

AL WORLD CUP LITHUANIA 20



Développement du football mondial

MANUEL DE L'ENTRAÎNEUR DE FUTSAL

Bienvenue dans ce manuel de l'entraîneur

Le futsal fait partie intégrante du monde du football. Il est aujourd'hui pratiqué par des millions de joueurs au sein de nombreuses associations membres réparties sur toute la planète. Certains y voient une forme de football populaire à part entière, là où d'autres le considèrent avant tout comme un outil de formation précieux à l'intention des jeunes footballeurs.

La FIFA accorde de l'importance à toutes les formes de football. Le futsal n'a bénéficié qu'assez tardivement des aides à l'entraînement qui sont offertes à la famille du football dans son ensemble. Il est temps d'intégrer pleinement le futsal au monde du football afin d'exploiter tout son potentiel tout en poursuivant son développement.

Si nous modernisons le jeu, si nous rendons le futsal plus accessible en clarifiant les concepts qui le sous-tendent et en montrant à quel point il est simple d'y jouer, nous permettrons à plus de garçons et de filles d'accéder à sa pratique. Plutôt que d'imposer des exercices d'entraînement complexes et structurés de façon rigide, nous visons à simplifier le contenu de ce sport en invitant simplement les joueurs à le pratiquer. De la sorte, nous espérons inciter un plus grand nombre d'adultes à entraîner des équipes et diriger des matches.

Les enfants sont instinctivement portés à jouer. Le meilleur moyen de leur donner l'envie de s'adonner au futsal consiste à les laisser en faire l'expérience eux-mêmes, sans être soumis au contrôle rigide d'un adulte désireux de leur faire suivre des séances d'entraînement correspondant davantage à son intérêt qu'au leur.

De plus, nous savons que la pratique du football sous toutes ses formes joue un grand rôle dans la formation des garçons comme des filles. Les contraintes inhérentes aux règles du futsal ont pour effet d'accélérer le développement des jeunes joueuses en particulier. Cela ne peut que faire progresser le football féminin sur tous les plans.

L'entraînement et la formation doivent reposer sur **ce qui est dit**, ce qui peut être corroboré par des preuves et des données, plutôt que sur **l'identité de la personne qui parle**. Il est bien évident qu'en tant qu'entraîneurs, nous sommes amenés à prendre des décisions qui s'appuient sur des intuitions que les données ne peuvent pas remplacer, mais les données doivent informer autant que possible notre processus de prise de décision (au lieu de prendre les décisions à notre place).

Le présent Manuel de l'entraîneur n'est pas destiné à enrichir un cursus ou à aider à obtenir une licence d'entraîneur. Il vise à guider les entraîneurs dans leur volonté de changer d'approche pour attirer les jeunes joueurs. Le manuel repose sur la conception de jeux simples qui permettent aux jeunes joueurs de jouer et de toucher davantage le ballon, de se familiariser avec son maniement et d'essayer librement de nouvelles choses.

Il est possible de faire progresser chaque jeune joueur en l'exposant au caractère aléatoire du jeu pratiqué au cours de séances libres plutôt que dans le cadre de séances d'entraînement conçues et mises en œuvre pour obtenir des résultats déterminés. Pour un jeune enfant, le fait de pouvoir explorer les possibilités qui s'offrent à lui et expérimenter – que ce soit à travers un processus de découverte guidée ou par tâtonnement – est l'occasion d'acquérir dès le plus jeune âge la confiance nécessaire pour s'exprimer librement. Un enfant qui contribue à sa propre progression est un enfant qui s'approprie son parcours d'apprentissage.

La mise à disposition des joueurs d'environnements d'entraînement spécifiques à leur catégorie d'âge, gérés par des experts de ces catégories, est préférable à une approche uniformisée.

Le présent Manuel de l'entraîneur n'est pas conçu pour remplacer d'autres ressources déjà publiées, mais vient en complément, en fournissant peut-être une approche actualisée de l'entraînement en futsal.

Bien que ce guide puisse trouver son application à tous les niveaux de pratique, il ne doit en aucun cas être considéré comme une recette efficace pour remporter des compétitions à quelque niveau que ce soit. Conçu à la fois pour contribuer à la formation de futurs joueurs et offrir des recommandations aux entraîneurs, aux éducateurs, aux parents et aux bénévoles concernés, il vise à la constitution de bases solides en permettant aux enfants de pratiquer librement le futsal, mais dans le cadre d'une approche fondée sur les contraintes créatives.

Nous estimons également nécessaire de distinguer les différentes phases de développement de chaque jeune joueur, depuis son plus jeune âge jusqu'à l'âge adulte et au-delà.

Dans ce contexte, le Manuel de l'entraîneur distingue :

- **Le joueur en développement** (6 à 12 ans)
- **Le joueur des catégories de jeunes** (13 à 18 ans)
- **Futsal de loisir**
- **Futsal de haut niveau**

Indépendamment de vos connaissances en futsal et du rôle qui est le vôtre, aussi bien en futsal que dans le football, j'espère que vous apprécierez la lecture de ce Manuel de l'entraîneur et qu'il sera une source d'inspiration utile pour mieux comprendre le futsal et former votre jugement.

Introduction	06	04 Motivation pour la pratique et le développement du futsal 28	08 Entraîner des adultes 58	11.2 Sans le ballon	132
01 Introduction au Manuel de l'entraîneur	08	4.1 Le futsal, un outil de formation des joueurs	59	11.2.1 Bloc haut et pressing haut	132
1.1 Utiliser des entraînements à base de jeux pour faire progresser les joueurs	11	4.2 Encourager la créativité chez les jeunes joueurs	59	11.2.2 Bloc haut	132
1.2 Une approche de l'entraînement en futsal fondée sur les contraintes créatives	12	4.3 Science du jeu / savoir-faire dans le jeu		11.2.3 Pressing haut	134
1.3 Entraîner de jeunes joueurs	12	4.4 Futsal – accessibilité et transposabilité		11.2.4 Bloc médian, pressing médian	141
1.4 Les tendances observées aux JOJ 2018 applicables au développement des jeunes joueurs	14	4.5 Nouvelles opportunités		11.2.5 Bloc bas et pressing bas	145
1.5 Le processus d'apprentissage	15	4.6 Marketing, publicité et médias		11.2.6 Repli défensif	149
1.6 Les différentes phases d'apprentissage	15	4.7 Un sport complémentaire du football plutôt que rival		11.2.7 Contre-pressing	150
1.7 Le futsal chez les femmes et les jeunes filles	16	4.8 Le futsal en tant qu'activité de base		11.2.8 Défense face au power play	152
1.8 Un football normalisé : le vocabulaire du futsal	17	4.9 Le futsal en tant qu'outil de formation des joueurs pour le football		11.3 Organisation du jeu 152	
1.9 Les vecteurs du jeu	17	4.10 Les avantages du futsal		11.3.1 Systèmes de jeu – formations	153
02 L'histoire du futsal	18	05 Une approche moderne de l'entraînement en futsal 36	09 La séance d'entraînement 60	12 Coups de pied arrêtés 158	
2.1 Le développement du futsal	18	5.1 Une méthode d'entraînement	61	12.1 En possession du ballon	159
2.2 Une présentation du futsal et de ses principales caractéristiques	19	5.2 Caractéristiques de l'entraîneur de futsal	64	12.1.1 Rentrées de touche (en possession)	161
03 Lois du Jeu de Futsal de la FIFA	22	5.3 Entraînement en fonction des catégories d'âge	66	12.1.2 Corners (en possession)	163
3.1 Appliquer les Lois du Jeu de Futsal	24	06 Le joueur en développement 44	68	12.1.3 Coups francs (en possession)	163
3.2 Amendements aux Lois du Jeu de Futsal	25	6.1 Comprendre les besoins du joueur en développement	68	12.2 Sans le ballon	164
3.3 Gérer les modifications apportées aux Lois du Jeu de Futsal	27	6.2 Adopter une approche fondée sur les jeux pour améliorer la compréhension du jeu	69	12.2.1 Rentrées en touche (sans le ballon)	165
		6.3 Un programme d'entraînement	72	12.2.2 Corners et rentrées en touche (sans le ballon)	165
		6.4 Entraîner le joueur en développement	73	13 Le gardien de but 166	
		07 Le joueur des catégories de jeunes 52	10 Développement technique 74	14 Préparation physique 178	
		7.1 L'entraîneur de jeunes joueurs de futsal	75	15 Préparation de l'équipe et coaching en compétition 182	
		7.2 Un programme d'entraînement pour jeunes joueurs	76	15.1 L'expérience du jour de match	184
		7.3 Contenu spécifique	82	15.1.1 Préparation des matches	185
			86	15.1.2 Causerie d'avant-match	186
			90	15.1.3 Instructions en cours de match	186
			92	15.1.4 Évaluation d'après-match	188
			99	15.1.5 Corrections et feedback	188
			100	16 Planifier une saison 190	
			100	17 Glossaire du futsal 194	
			103		
			105		
			108		
			115		
			118		
			122		
			125		
			125		
			126		

Introduction

Ces dernières années, le futsal a connu une progression importante à travers le monde. Dans son format réduit, ce sport continue à évoluer et à se développer grâce à une notoriété grandissante associée à un meilleur accès aux infrastructures.

Dans certaines associations membres, le futsal est d'ailleurs la forme de football la plus pratiquée. Dans d'autres, il en est encore à ses balbutiements. Quoi qu'il en soit, dans la plupart des fédérations, le futsal est non seulement un sport à part entière, mais constitue également une des facettes fondamentales d'un parcours football à long terme pour les jeunes joueurs en formation, dans la mesure où il offre une expérience hybride dont l'apport dépasse le cadre du futsal.



C'est ce qui explique pourquoi le futsal est désormais pratiqué par l'ensemble des groupes démographiques au sein de nombreuses associations membres de la FIFA. Le présent Manuel de l'entraîneur de futsal de la FIFA est le reflet de cette nouvelle tendance marquée par une participation accrue au sein de chaque catégorie d'âge dans le monde entier. Il s'applique avec un égal succès à tous les âges et à tous les niveaux, sous réserve d'y apporter les ajustements requis en fonction des besoins de développement.

Le manuel offre aux entraîneurs des recommandations sur la manière d'appliquer les concepts d'entraînement du futsal aux **joueurs en développement** (de 6 à 12 ans) et aux **joueurs des catégories de jeunes** (de 13 à 18 ans), de façon à pouvoir développer des parcours spécifiques à chaque catégorie d'âge selon les principes énoncés, depuis le futsal de base jusqu'au plus haut niveau. Son contenu précise les différentes compétences en matière d'entraînement et les ajustements pratiques requis pour chaque phase de développement de l'enfant, tout en orientant l'entraîneur-éducateur à cet effet.



Ces deux phases de la formation du joueur sont suffisamment distinctes l'une de l'autre pour justifier l'utilisation de concepts séparés.

La gestion d'un **joueur en développement** (de 6 à 12 ans) nécessite de mettre l'accent sur la progression technique, les compétences footballistiques et l'aisance balle au pied : c'est l'âge de la découverte. À cet âge, les enfants acquièrent leur compréhension du déroulement du jeu. Dans certaines situations, l'attitude de l'enfant pourrait être interprétée comme indiquant une hésitation à s'engager, mais on peut aussi y voir des moments d'observation où il cherche le courage de tenter des choses. C'est sur ce point que l'entraîneur doit se montrer compréhensif et afficher de l'empathie pour le jeune joueur qui est en train de prendre confiance en lui et de prendre conscience de son jeu. La taille réduite du terrain, le nombre limité de joueurs par rapport au 11 du football et les conséquences du fait d'avoir plus souvent le ballon contribuent à améliorer l'expérience du joueur et à l'encourager à s'engager dans le jeu. Le temps passé ballon au pied en particulier permet au joueur de gagner en confiance et de l'encourager à s'impliquer dans le jeu et à expérimenter sur le plan individuel. Les joueurs de cet âge ont tendance à vouloir garder le ballon et s'essayer à marquer des buts et vivre ainsi l'expérience du succès, ce qui doit être encouragé lors de chaque séance d'entraînement. Les séances d'entraînement doivent être organisées autour de la mise en place de ces deux domaines d'intérêt (la conservation du ballon et la

volonté de marquer des buts) dans le jeu plutôt que dans le cadre d'exercices et d'activités à objectifs ciblés

En ce qui concerne les **joueurs des catégories de jeunes** (de 13 à 18 ans), bien que toutes ces facettes continuent à jouer un rôle dans la formation du joueur, l'accent est davantage mis sur la compréhension tactique en tant que membre d'une équipe et l'acquisition de compétences techniques plus complexes. Par nature, la dimension tactique du jeu implique une approche plus structurée et orientée vers des objectifs ciblés. C'est le principe même d'une approche tactique.

Il est fondamental de comprendre que pour appliquer des concepts tactiques à tous les niveaux, il est indispensable que les joueurs aient intégré auparavant des compétences techniques fondamentales. Les joueurs qui ne comprennent pas correctement et ne sont pas capables d'exécuter de façon satisfaisante des gestes techniques aussi simples que passer le ballon, courir avec le ballon, créer des espaces, tirer au but avec précision, prendre des joueurs au marquage (pour ne prendre que certaines des compétences spécifiques requises) seront dans l'incapacité d'appliquer efficacement les concepts tactiques concernés.

Le présent manuel de l'entraîneur propose un cadre complet de formation des joueurs de futsal qui s'appuie sur les trois facteurs fonctionnels contributifs au développement : **joueur – jeu – entraîneur**.



FIFA Training Centre

**MANUEL DE
L'ENTRAÎNEUR
DE FUTSAL**

Pour l'essentiel, ce Manuel est une ressource destinée aux entraîneurs. Toutefois, la soif de connaissance des jeunes joueurs peut les pousser à consulter des ressources destinées en principe aux entraîneurs, pour parfaire leur compréhension et en faire une composante fondamentale de leur autoapprentissage. C'est une tendance de plus en plus prédominante chez les joueurs âgés de moins de 20 ans, qui s'appuient davantage sur Internet et les plateformes concernées pour aller chercher un grand nombre d'informations.

Le Manuel de l'entraîneur a été conçu pour répondre à la demande de ressources en ligne émanant aussi bien des joueurs et des entraîneurs que des supporters. Dans un monde en perpétuelle évolution, où les appareils mobiles et autres technologies assimilées sont bien plus répandus qu'il y a une dizaine d'années, le constat vaut d'autant plus pour les plus jeunes générations.

Le principe qui sous-tend ce Manuel de l'entraîneur est de fournir des recommandations à l'intention de chaque participant, indépendamment de son expérience, de son âge et de son niveau. Il ne faut pas y voir une source unique de sagesse ou de conseils : ce document est là pour offrir un soutien en complément d'autres ressources utiles déjà publiées.

Par conséquent, cette ressource en ligne doit rester « ouverte » par essence, de façon à ce qu'elle puisse être comprise aussi bien par un « novice » que par un éventuel « expert ». D'autre part, il est également important de développer le vocabulaire du futsal dans différentes langues pour pouvoir unifier le jeu, en évitant de se contenter de reprendre des termes utilisés dans les pays où on joue beaucoup au futsal. Il est peu recommandé de traduire littéralement ces termes, dans la mesure où cela peut facilement entraîner la perte de nuances importantes et d'associations porteuses de sens avec d'autres mots.

Dans le cadre du présent Manuel de l'entraîneur, notre but est d'offrir non pas des « solutions » mais des « outils » (des « savoir-faire » plutôt que des « savoirs ») et de promouvoir l'idée que le développement des joueurs et leur compréhension du jeu reposent davantage sur la nature de ce qui leur est enseigné plutôt que sur l'identité de la personne qui le leur enseigne. Dans ce contexte, après la Coupe du Monde de Futsal de la FIFA, Lituanie 2021⁶, la FIFA a décidé d'adopter une nouvelle approche fondée sur la capture de données liées au futsal pratiqué lors de cette compétition, de façon à pouvoir proposer des informations utiles pour orienter le développement des joueurs dans les prochaines années. Cela doit aussi permettre au lecteur d'améliorer sa compréhension de l'évolution du jeu. Cette approche diffère de la conception classique qui consiste à s'appuyer sur l'interprétation d'actions de jeu offerte par des experts ou des commentateurs.

La responsabilité d'octroyer des licences d'entraîneur repose sur chaque association membre. Le présent Manuel de l'entraîneur vise à soutenir ce processus, sans ignorer le fait que certaines associations membres et confédérations disposent d'ores et déjà d'un système avancé de formation aux entraînements de futsal.



Ces dernières décennies, le futsal n'a sans doute pas bénéficié du soutien, de la recherche et des analyses approfondies du jeu sur lesquelles d'autres formes de football ont pu s'appuyer, mais cela ne l'a pas empêché de trouver de façon isolée ses propres façons de procéder. Cela a entraîné un style de progression fondé largement sur des conceptions d'entraînement linéaires, où la répétition constitue l'élément d'apprentissage de base à tous les niveaux de jeu, indépendamment de l'âge, des capacités individuelles et du sexe des joueurs et joueuses. L'efficacité de cette approche est incontestable, puisqu'elle a permis à ce sport de progresser récemment de façon si spectaculaire à l'échelle de la planète, mais un tel style d'entraînement tend à inhiber le développement du jeu en raison du manque de flexibilité de la méthode d'apprentissage et, in fine, à limiter la capacité du joueur à apprendre et progresser. Il est important de comprendre que des méthodes et philosophies d'entraînement plus adaptées à l'état actuel du jeu sont désormais prédominantes au sein de nombreuses associations membres. Cette évolution correspond à des modifications qui ont été constatées dans l'approche pédagogique et dans l'évolution générale des styles d'entraînement, mais qui n'ont pas encore trouvé leur application en futsal.

Aujourd'hui, le principal défi auquel le futsal est confronté réside dans l'écart qui existe entre ce que les joueurs font à l'entraînement, dans cette phase cruciale de pratique et d'exploration, et ce qui les préparerait au mieux à être performants en match. Les différentes études menées par des experts techniques mettent en évidence le fait qu'un temps précieux est perdu dans le cadre de séances d'entraînement qui s'appuient sur des méthodes sans lien avec le jeu réellement pratiqué en match. Cette perte de temps est également une conséquence de la volonté des entraîneurs de suivre à tout prix une méthode d'entraînement donnée sans se préoccuper de savoir si l'approche adoptée s'avère réellement bénéfique en vue du développement des jeunes joueurs. C'est ici qu'il est possible d'apporter des améliorations importantes et pourtant faciles à mettre en œuvre.

Ce Manuel de l'entraîneur ne vise pas uniquement à contribuer au développement d'entraîneurs déjà expérimentés, qu'ils soient spécialisés dans le futsal ou dans le football, mais aussi à encourager et à aider ceux qui ne sont qu'au début du chemin qui doit les mener à devenir des entraîneurs de futsal accomplis. Il se veut tout aussi utile à tout joueur, entraîneur, arbitre, administrateur ou supporter qui souhaite simplement en savoir plus sur le futsal et ses nuances.

Les grands entraîneurs sont ceux qui possèdent à la fois la science du jeu et des savoir-faire dans le jeu. Ces deux facettes du jeu sont fondamentalement différentes. Elles ne peuvent pas faire l'objet d'un apprentissage livresque : il faut les amasser avec le temps, à force d'expérience et de contact avec le sport. Le Manuel entend aborder ces deux facettes.



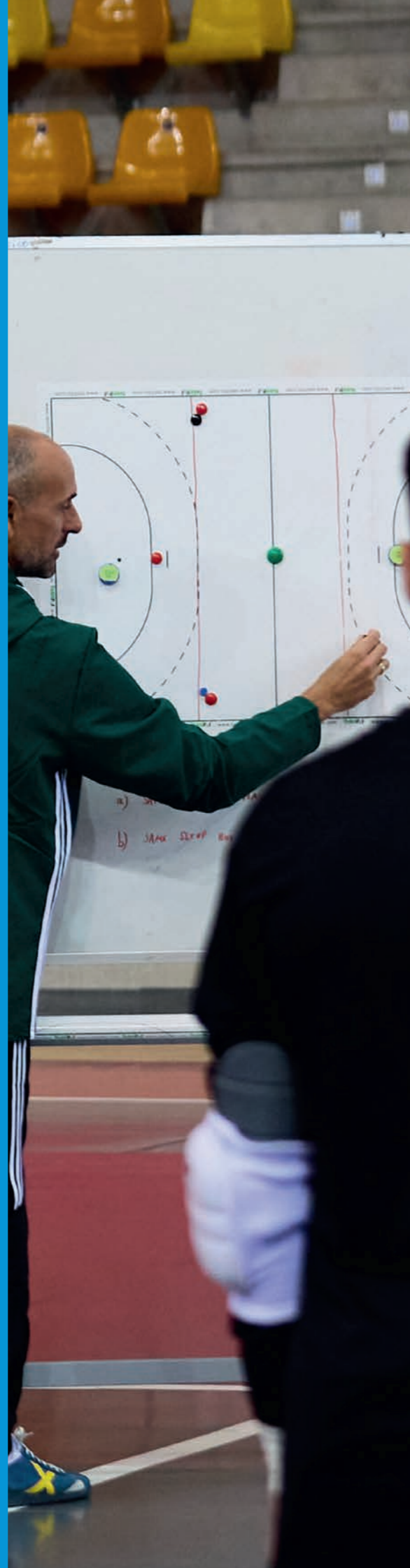
1.1 Utiliser des entraînements à base de jeux pour faire progresser les joueurs

Le livre *Teaching Games for Understanding* [Thorpe, R et al. Loughborough University] repose sur des principes d'exploitation des situations qui se présentent aléatoirement en jeu dans le cadre d'un apprentissage de la tactique en lien avec les différentes capacités techniques en jeu.

Bien que les concepts exposés dans cet ouvrage remontent aux années 1980, il a été largement démontré que leur application peut s'avérer particulièrement fructueuse dans le contexte des sports collectifs d'une manière générale et du futsal en particulier. Le futsal est un sport imprévisible qui se dispute sur un rythme rapide, mais les joueurs doivent se montrer capables de structurer un minimum le jeu. Ces deux aspects sont interconnectés, mais ils sont généralement passés sous silence par les méthodes d'entraînement linéaires classiques. Il s'agit d'un point particulièrement important lorsqu'on s'adresse à un entraîneur plutôt inexpérimenté qui risque de ne pas être à l'aise avec la rigueur et le soin du détail nécessaires au déploiement d'une méthode linéaire d'entraînement, et ce d'autant plus s'il découvre le futsal. L'idée de manifester publiquement un manque de connaissance ou de compréhension du futsal peut s'avérer intimidante et dissuader les entraîneurs potentiels de s'engager dans la supervision ou l'organisation d'une séance d'entraînement.

1.2 Une approche de l'entraînement en futsal fondée sur les contraintes créatives

- La partie théorique d'une approche fondée sur les contraintes créatives peut servir de base à la création de séances d'entraînement à même d'offrir aux entraîneurs les meilleures chances de satisfaire les besoins de chacun des enfants en termes de développement technique et d'acquisition des savoir-faire techniques ainsi que sur le plan psychologique.
- Quand les enfants ne sont pas pleinement impliqués dans une séance d'entraînement, leur objectif caché durant les activités ludiques est souvent d'éviter d'afficher leurs faiblesses en déployant une certaine créativité pour trouver des raisons de ne pas participer. Dans une séance d'entraînement « linéaire », les exercices et les ateliers établissent souvent un environnement qui force les enfants à tenter de reproduire un geste technique à la perfection. Pourtant, à cet âge-là, leurs capacités motrices ne sont pas suffisamment développées pour leur permettre d'y parvenir, ce qui tend à les installer dans une spirale d'échec et de démotivation.
- Il est crucial d'offrir aux jeunes joueurs des possibilités de progresser dès le début pour les aider à développer leurs qualités techniques.
- Dans le cadre d'un jeu, l'exploration des possibilités fait émerger des difficultés qui poussent les enfants à trouver des solutions en faisant preuve de créativité, en interaction avec des contraintes ciblées. Il n'y a pas une manière unique et optimale de résoudre les problèmes de performances. Il convient donc de mettre les jeunes joueurs dans des situations variées pour leur permettre d'appréhender les différentes stratégies possibles à leur propre manière.
- Une des particularités des approches fondées sur les contraintes créatives réside dans le fait que chaque individu évolue dans un environnement dynamique en perpétuelle évolution. Au moment de concevoir les différentes tâches, il est donc crucial de faire en sorte que les joueurs gardent à l'esprit l'information essentielle ou la contrainte utilisée pour les orienter et assurer chez eux le développement d'associations fonctionnelles entre perception et action. Pour mettre fin à une séance d'entraînement, il n'est pas toujours nécessaire de passer d'un jeu à contrainte à un jeu libre et ouvert. Là encore, c'est à l'entraîneur de déterminer les besoins des joueurs, leur stade de développement et les avantages particuliers qu'ils peuvent tirer de chaque situation.
- Les contraintes ne doivent pas être considérées indépendamment les unes des autres : modifier une contrainte aura probablement des conséquences sur d'autres facettes du jeu. Il est important que l'entraîneur ou l'éducateur ait conscience de cette notion lorsqu'il organise une séance d'entraînement selon une approche fondée sur les contraintes créatives.



1.3 Entraîner de jeunes joueurs

Le présent Manuel de l'entraîneur aborde les différentes phases d'apprentissage et de formation du joueur en fonction des catégories d'âge que nous avons définies (**joueur en développement, joueur des catégories de jeunes, adulte**). Il définit les contours d'une approche collaborative en faisant apparaître en filigrane les concepts majeurs qui sous-tendent chaque phase jusqu'à la fin du cycle. Nous sommes conscients du fait que le développement ne s'arrête jamais. Il s'agit toujours d'un processus qui peut évoluer de façon inattendue, mais c'est en s'appuyant sur quelques recommandations utiles que l'entraîneur et le joueur peuvent garder le cap, quel que soit le niveau de pratique.

Dans ce Manuel, nous offrons des conseils adaptés spécifiquement aux **joueurs en développement** (de 6 à 12 ans) et aux **joueurs des catégories de jeunes** (de 13 à 18 ans), dans l'optique de leur transition vers le jeu senior. Les pratiques décrites dans le cadre du présent Manuel restent valables indépendamment de l'âge et du sexe des pratiquants, mais il convient de respecter les spécificités propres à chaque phase d'apprentissage pour veiller à ce que les séances d'entraînement répondent aux besoins liés à cette phase. Bien que les fédérations soient généralement plus promptes à nommer des entraîneurs seniors pour s'occuper d'équipes de jeunes, ceux-ci n'ont pas forcément les compétences requises pour travailler avec de jeunes joueurs et les aider à réaliser leur potentiel (veuillez vous référer aux conclusions du Groupe d'étude technique sur les Jeux Olympiques de la Jeunesse 2018, présentées dans le cadre du rapport sur le Programme de développement des talents de la FIFA). Il s'agit à la fois d'un risque et d'une opportunité pour le développement des jeunes joueurs de futsal. Le fait de posséder une connaissance approfondie de ce sport ne garantit pas la capacité à les transmettre

efficacement ni à en faire profiter au mieux un public dont l'âge et les capacités techniques peuvent varier fortement.

Le présent Manuel tient également compte de l'importance de la phase de **développement** dans l'évolution des joueurs. Nous mettons l'accent sur la nécessité de permettre au **joueur en développement** de passer plus de temps dans des jeux avec le ballon, en possession du ballon, sans mettre l'accent sur la tactique individuelle et collective avant une phase bien plus tardive de leur développement.

Pour un entraîneur de jeunes, il ne sert à rien de posséder de vastes connaissances en matière de tactique, d'exercices à l'entraînement ou de mise en place des stratégies les plus complexes si cela ne s'accompagne pas d'une compréhension des besoins individuels de chaque enfant à chaque phase de son développement. En tant qu'entraîneurs adultes, nous devons essayer de visualiser le jeu à travers les yeux d'un enfant pour comprendre pourquoi il y trouve du plaisir, ce qui le stimule le plus et surtout ce qui le motive à jouer.

Face à des **joueurs en développement**, le rôle de l'entraîneur comprend deux volets distincts : d'un côté, la transmission des connaissances (20%) ; de l'autre, la compréhension de chaque joueur et la capacité à nouer des relations fructueuses avec lui (80%). Quand un jeune joueur se sent en sécurité et comprend qu'on s'occupe de lui pour son bien, il tend à s'épanouir et à apprendre davantage de choses. La confiance en son entraîneur lui permet de devenir plus réceptif aux différents modes d'apprentissage et de bénéficier, dans un esprit de curiosité, de la liberté qui lui est offerte. À cet âge-là, il faut partir du principe qu'au-delà de la conception de séances d'entraînement complexes, il faudra

s'engager avec chaque joueur dans des rapports tenant compte de son mental et de ses émotions. Pour assurer des entraînements efficaces, il ne faut pas travailler dans un état d'esprit de préparation des joueurs à passer des tests ou des examens, mais plutôt dans l'idée de créer des environnements positifs.

Les entraîneurs de jeunes ne doivent pas avoir peur de laisser du désordre s'installer lors de séances d'entraînement avec des enfants. À cette phase de sa croissance, l'esprit de l'enfant n'est pas encore pleinement développé et manque donc de structure. Le chaos est pour lui un état naturel. Nous devons viser en premier lieu à aider chaque enfant à prendre confiance en soi et en sa capacité à acquérir les compétences techniques nécessaires au jeu. C'est en laissant s'installer ce désordre, ce chaos, qu'on permet à l'esprit de l'enfant de se structurer de lui-même.

Le présent Manuel de l'entraîneur est en accord total avec l'idée qu'il est vital, pour un entraîneur de jeunes, d'adopter des méthodes d'entraînement et d'utiliser des ressources spécifiques à la catégorie d'âge des joueurs qui sont sous sa direction. Il souligne à quel point il est important de faire appel à des personnes disposant des compétences requises, en leur offrant le soutien pédagogique (recherche, enseignement et apprentissage) adapté au travail avec chacune de ces catégories d'âge. Il est établi que les entraîneurs sont souvent bien plus aptes à se former efficacement lorsqu'ils suivent des instructions informelles et se retrouvent dans des contextes moins officiels (par exemple à travers des conversations décontractées avec d'autres entraîneurs) que dans le cadre d'environnements d'apprentissage très structurés à base de présentations et d'objectifs ciblés à atteindre. La même chose vaut pour les jeunes joueurs désireux d'apprendre le futsal. Pourtant, ce sont les entraîneurs qui, par le passé, ont généralement insisté pour créer un environnement d'apprentissage structuré dans le cadre duquel le management exercé par l'entraîneur joue un rôle fondamental. Cette approche doit être modifiée de façon à répondre aux besoins d'aujourd'hui.

Ce sont les expériences positives qui suscitent l'intérêt des enfants et les poussent à s'engager pleinement dans des activités sportives. On le sait, un enfant actif est un enfant plus heureux et plein de ressources. Il est donc important de veiller à ce que tous les jeunes enfants bénéficient des opportunités que peut offrir la pratique du futsal. C'est ici qu'entrent en jeu les méthodes d'entraînement spécifiques en fonction des catégories d'âge, qui s'appuient sur une véritable compréhension des besoins des enfants. Il convient de mettre en place des stratégies d'entraînement permettant de maximiser ces expériences positives pour en tirer les bénéfices à long terme dans la perspective du développement du futsal.

1.4 Les tendances observées aux JOJ 2018 applicables au développement des jeunes joueurs

Le rapport de développement du Groupe d'étude technique portant sur les JOJ 2018 distingue certaines tendances dans le jeu et dans les méthodes d'entraînement. Ces tendances ont été prises en compte dans l'élaboration du présent Manuel de l'entraîneur. Elles ont donc une influence sur les différents domaines identifiés par les experts techniques de la FIFA. À l'évidence, il faut corriger l'approche qui consiste à entraîner les jeunes joueurs comme s'il s'agissait d'adultes en leur imposant des schémas tactiques complexes alors que les jeunes joueurs ne possèdent pas encore les capacités techniques de base qui leur permettraient de les appliquer. Il n'est pas très utile de recruter des entraîneurs d'équipes seniors pour travailler avec des **joueurs en développement** ou des **joueurs des catégories de jeunes** s'il s'agit d'appliquer les mêmes méthodes d'entraînement alors que l'on sait qu'elles sont inefficaces avec les jeunes.

De plus, on considère aujourd'hui que l'adoption d'approches et d'environnements d'entraînement spécifiques à chaque catégorie d'âge est amenée à jouer un rôle crucial en vue du développement de la prochaine génération de joueurs de futsal dans le monde entier, au-delà du fait que cela permettra en parallèle de veiller au bien-être de ces jeunes joueurs.



1.5 Le processus d'apprentissage

Dans l'optique du développement des jeunes joueurs, il est important d'initier les joueurs au futsal dès le plus jeune âge, mais en se concentrant sur la notion de plaisir et sur l'apprentissage des bases du jeu. Il convient de toujours garder à l'esprit la nécessité d'aider l'enfant à développer des capacités techniques. Le Manuel de l'entraîneur porte sur le

processus de transition depuis le plus jeune âge (de 6 à 12 ans) vers un jeu plus complexe (de 13 à 18 ans) en proposant un enseignement spécialisé permettant d'intégrer le développement des capacités techniques des joueurs à l'apprentissage des différentes facettes tactiques du jeu en vue du passage au futsal senior.

1.6 Les différentes phases d'apprentissage

Les principales phases d'apprentissage dans le cadre du développement d'un jeune joueur sont au nombre de trois : **l'expérimentation**, **l'acquisition des automatismes** et **le perfectionnement**.



Dans toutes ces situations, l'entraîneur doit tenir compte de la progression individuelle de chacun des joueurs. L'avancée de chaque phase doit être calibrée en fonction des capacités du joueur en tenant compte à la fois de son âge et de sa compréhension du futsal.

Il s'agit ici d'adapter le programme d'entraînement au joueur plutôt que de lui imposer un programme rigide et identique pour tous, dans la mesure où tous les joueurs n'ont pas les mêmes besoins au même moment.

Avec le temps, les joueurs affinent leur compréhension du jeu. La façon dont ils appréhendent les difficultés varie dès lors en fonction de leur vision du futsal et de leur capacité à effectuer la tâche requise. Ce n'est que lorsque ces deux caractéristiques sont en phase l'une avec l'autre que le joueur peut véritablement progresser. Cette approche évite l'erreur courante qui consiste à demander l'application de schémas tactiques complexes à des joueurs qui ne maîtrisent pas encore toutes les bases techniques du jeu. Le futsal est un sport qui repose sur une analyse et des capacités techniques, peut-être plus encore que dans le football à 11 contre 11 en raison de la taille limitée du terrain et du rythme de jeu.

Il est fondamental de savoir s'adapter. C'est le rôle de l'entraîneur de savoir proposer un contenu technique correspondant à l'âge et à la phase de progression du jeune joueur.

Que ce soit chez le **joueur en développement** ou chez le **joueur des catégories de jeunes**, il est crucial d'encourager l'expérimentation en offrant des occasions de jouer. Cette exposition à l'éventail des difficultés qu'on peut rencontrer de manière aléatoire dans le jeu, plutôt qu'à des exercices structurés aux objectifs ciblés, permet de fonder l'apprentissage sur l'expérience de jeu. Cela peut par exemple passer par des méthodes impliquant un processus de découverte guidée ou par tâtonnement, ce qui permet de mieux consolider l'apprentissage. Prendre dans le jeu la décision adaptée aux circonstances deviendra une seconde nature pour les joueurs. Avec le temps, ils seront confrontés à des situations plus difficiles et complexes qui les forceront à perfectionner la mise en œuvre de ces décisions. Posséder l'expérience de situations auxquelles on a déjà été exposé permet de se forger une capacité à produire sur demande une réponse adaptée.



1.7 Le futsal chez les femmes et les jeunes filles

Le futsal féminin, que ce soit chez les jeunes ou à l'âge adulte, ne relève pas d'une catégorie différente de futsal : tous les types de futsal sont exactement de la même nature. Il est toutefois important d'inciter à l'adoption du futsal dans l'optique du développement du football féminin sous toutes ses formes, sachant que dans certains pays le futsal peut devenir la forme de football préférée des joueuses.

Chez les femmes, les obstacles à la participation sont nombreux. Un certain nombre d'entre eux sont très concrets, mais dans d'autres cas il peut s'agir de barrières artificielles ou liées à la perception que les gens ont de ce sport. Il est important de noter que le futsal permet de contourner un grand nombre de ces obstacles traditionnels à la pratique du football par les femmes.



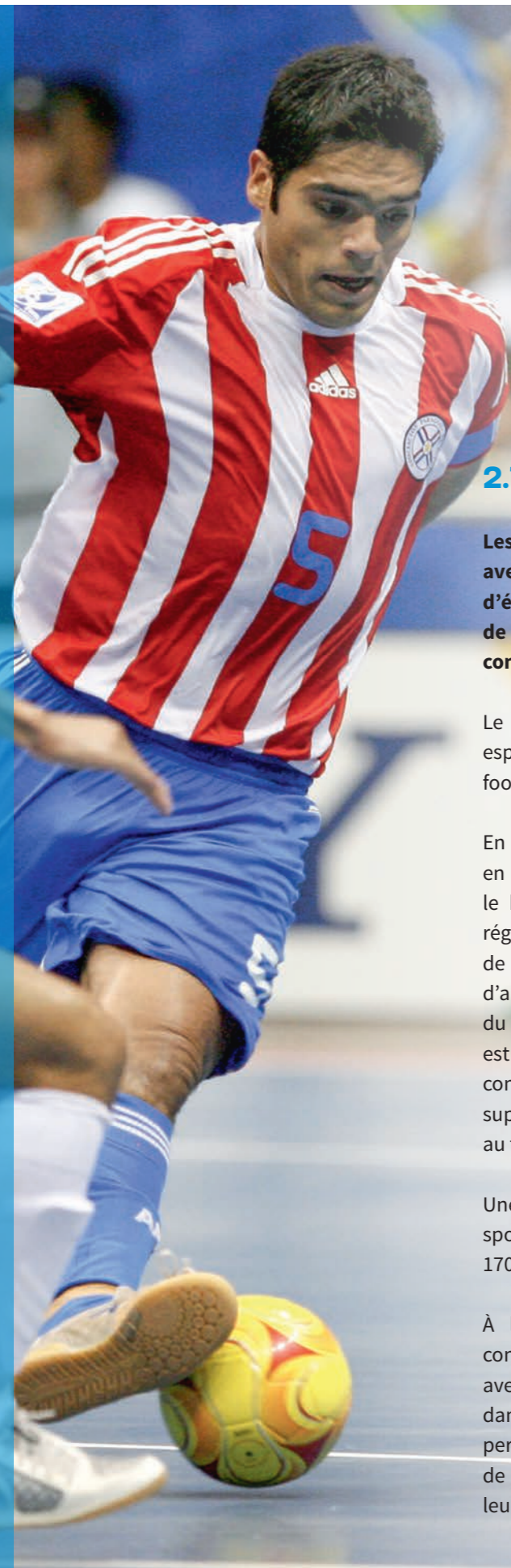
1.8 Un football normalisé : le vocabulaire du futsal

Le futsal est un sport à part entière, mais il est également considéré dans le monde entier comme un outil important dans le cadre du développement des jeunes joueurs de football. C'est pourquoi il est important de dissiper toute confusion potentielle liée à la terminologie utilisée à la fois en football et en futsal. Il faut pouvoir passer de l'un à l'autre sans difficulté et sans perte de sens.

1.9 Les vecteurs du jeu

Le présent Manuel de l'entraîneur fait référence aux phases de jeu dites **de possession** (attaque), **sans le ballon** (défense), **de transition** (contre-attaque) et **de jeu de gardien**.

Le jeu de gardien fait l'objet d'un traitement spécifique dans le cadre de ce manuel en raison de l'importance du rôle du gardien au regard de la taille du terrain et du nombre de joueurs réduit par équipe. Les spécificités liées au poste et au rôle de gardien de but sont explorées dans le détail et le gardien est inclus dans les exercices des joueurs de champ.



2.1 Le développement du futsal

Les origines du futsal remontent à 1930 en Uruguay avec l'invention par Juan Carlos Ceriani (un professeur d'éducation physique de Montevideo) d'un nouveau type de football pratiqué en intérieur et donc indépendant des conditions météorologiques.

Le mot « futsal » est un mot-valise associant les mots espagnols fútbol (football) et sala (salle) pour désigner du football en salle.

En choisissant d'ajouter des règles tirées d'autres sports en intérieur connus comme le basketball, le water-polo et le handball, Ceriani a doté ce nouveau sport d'un cadre réglementaire établissant les dimensions du terrain, le nombre de joueurs, la durée d'une rencontre et toutes les règles d'application générale, y compris les nouvelles attributions du gardien, à la fois plus limitées et plus étendues. Ce cadre est resté le même pendant des décennies. Après la prise de contrôle du futsal par la FIFA en 1985, certains ajustements supplémentaires, comme l'adoption d'un ballon spécifique au futsal, ont été effectués.

Une étude récente a montré que le futsal était désormais un sport pratiqué, en intérieur comme en extérieur, dans plus de 170 des 211 associations membres de la FIFA.

À l'échelle mondiale, le futsal connaît une croissance constante et de plus en plus de fédérations se familiarisent avec ce sport et reconnaissent le rôle positif qu'il peut jouer dans le développement de la technique des enfants en leur permettant d'acquérir tout un éventail de compétences de jeu, de parfaire leur coordination et leur agilité et de développer leur sens tactique.

2.2 Une présentation du futsal et de ses principales caractéristiques

Le futsal est une variété de football. Certains diront que le futsal est un sport à part entière, tandis que d'autres y voient avant tout un outil de développement unique au service de tous les jeunes footballeurs.



Certaines facettes du jeu le distinguent totalement d'autres variétés de football à effectifs réduits. C'est ce qui en fait une discipline particulièrement utile pour assurer la formation technique des joueurs tout en préservant leur plaisir de jeu. Si on souhaite conserver l'identité de ce sport et continuer à en tirer ces avantages, il est vital de ne pas toucher à ses principes fondamentaux, quelle que soit la manière dont ils se traduisent sur le terrain. S'il n'y avait pas ce ballon plus petit, les équipes à effectifs réduits, le matériel différent, la surface spécifique et les buts moins grands, on se retrouverait simplement avec un dérivé du football privé des avantages spécifiques offerts par le futsal.

Toutes ces particularités font du futsal un sport technique pratiqué sur un rythme élevé, ce qui permet aux joueurs de toucher plus souvent le ballon.

Comme chaque équipe ne compte que cinq joueurs avec des buts de dimension réduite, sur un terrain presque huit fois plus petit qu'un terrain de football classique, il est fondamental de pratiquer un jeu technique et créatif en s'appuyant sur une précision d'exécution optimale. Les espaces réduits, la vitesse d'enchaînement des actions, la prise de décision instantanée et les transitions rapides d'un bout à l'autre du terrain en font une variété de football à la fois difficile et grisante.

Le futsal présente des **phases de jeu d'attaque** (de possession) et de **défense** (sans le ballon). Le passage d'une phase à l'autre, nommé **transition offensive** (de la défense à l'attaque, appelée **contre-attaque** lorsqu'elle est pratiquée suffisamment vite pour empêcher l'adversaire d'avoir le temps de se replier) ou **défensive** (de l'attaque vers la défense), joue souvent un rôle crucial dans le déroulement des matches.

- Comme son nom ne l'indique pas nécessairement, le futsal peut aussi bien se pratiquer en extérieur qu'en salle.
- La taille du terrain est variable mais ne peut pas dépasser 40 x 20 m pour les rencontres internationales chez les seniors. Lorsqu'il s'agit de joueurs en développement, on utilise souvent des terrains plus petits adaptés à la catégorie d'âge.
- Buts spécifiques de 2 x 3 m spécifiques au futsal.
- Cinq joueurs par équipe (gardien inclus) – en cas de power play, un joueur de champ se voit attribuer les responsabilités du gardien.
- Un ballon de futsal, plus petit qu'un ballon de football mais d'un poids équivalent et rebondissant beaucoup moins.
- Un match se joue en deux mi-temps de 20 minutes pour les adultes, mais la durée est réduite pour les joueurs en développement et les joueurs des catégories de jeunes.
- Le futsal a ses propres Lois du Jeu, qui sont calquées sur celles du football pour marquer l'appartenance du futsal à la famille du football.
- Remplacements illimités.
- Pas de règle de hors-jeu.

Comme en football, les joueurs de futsal sont répartis sur le terrain en fonction du poste qu'ils occupent : **gardien, défenseur, ailier et pivot / attaquant**. Il existe en espagnol tout un vocabulaire associé à ces postes, mais il ne reflète pas toujours l'intention originale lorsqu'il est traduit dans différentes langues dans le monde entier. Ces termes ont donc été normalisés pour permettre une harmonisation de leur sens et de leurs implications qui soit indépendante de la traduction dans les différentes langues de la FIFA.

Certains joueurs apportent à chaque poste une polyvalence qui leur est propre tandis que d'autres restent de purs spécialistes (par exemple pivots / attaquants, aux aptitudes et attributs spécifiques, performants en un contre un avec des capacités techniques ou physiques hors du commun). Ce n'est pas vraiment le cas chez les **joueurs en développement** ou les **joueurs des catégories de jeunes**, mais au fur et à mesure de leur transition vers le jeu senior, les caractéristiques spécifiques de chaque joueur d'une équipe tendent à déterminer la façon dont l'équipe va jouer. Cela se constate tout aussi bien à l'échelon international, où les équipes sont construites en fonction de la disponibilité éventuelle de spécialistes à tel ou tel poste de façon à permettre la mise en œuvre d'une philosophie et d'un style de jeu spécifiques.

Le futsal nécessite une participation active et les joueurs doivent avoir développé des compétences motrices avancées qui favorisent le développement d'une pratique ambidextre et fournissent une excellente plateforme en vue de l'acquisition des compétences techniques au plus jeune âge. L'utilisation de tout le banc avec remplacements constants permet d'impliquer activement tous les joueurs.

Il faut également développer la capacité à déterminer à quel moment passer dans les pieds ou dans l'espace, à quel moment passer le ballon ou dribbler, tirer ou conserver le ballon et à quel moment marquer un joueur ou couvrir l'espace. Des joueurs comme Kaká, Robinho, Xavi, Dani Alves, Messi, Marta, Cristiane ou Cristiano Ronaldo sont passés par ces phases de développement dès le plus jeune âge. Développées dans le cadre d'un sport qui encourage les joueurs à jouer librement, à prendre des décisions rapidement, à essayer des choses différentes, à passer instantanément d'une posture défensive à un état d'esprit offensif dans le cours du jeu, ces capacités sont applicables au football. Le jeu permet aux joueurs d'acquérir un savoir-faire polyvalent tout en intégrant les principes du fair-play.

Et indépendamment de tout cela, le futsal donne de multiples occasions de s'exprimer individuellement et collectivement, ce qui peut avoir sur le plan social des effets positifs qu'il ne faut pas sous-estimer.



Le futsal offre aussi aux associations membres d'autres possibilités d'accueillir des compétitions internationales ou d'y participer en passant par les qualifications. C'est bien sûr aussi une possibilité supplémentaire pour les joueurs, les entraîneurs et les officiels.

Le futsal attire de plus en plus l'attention des joueurs et des supporters. Ce sport à part entière nécessite de déployer des compétences de jeu qui s'appliquent indifféremment au football et renforcent la variété qui fait partie de son identité. Chez les hommes comme chez les femmes, c'est un sport qui est le complément idéal du football à 11.



Alors que le futsal attire de plus en plus de pratiquants (plus de 30 millions dans le monde entier), il s'avère de plus en plus nécessaire, pour maximiser son potentiel, de construire des structures capables d'accueillir des spectateurs et d'assurer le transfert des connaissances au sein de la famille du football.

La pratique du futsal, en tant que sport de conquête, nécessite de savoir coopérer et travailler en équipe, tout en mettant au premier plan les qualités individuelles, indépendamment de l'âge, du sexe et des capacités de chacun.

Il conviendrait de faire du futsal un élément clé du développement de chaque jeune joueur. Ce sport présente des difficultés et des opportunités qui diffèrent d'autres variétés de football et mériteraient d'être intégrées à la boîte à outils de développement mise à la disposition des jeunes joueurs et de leurs entraîneurs.

Le futsal est un sport de conquête où le territoire d'une équipe est menacé et envahi par un adversaire. C'est un enchaînement permanent de phases d'attaque, de défense et de contre-attaque.

Le futsal se pratique à divers degrés d'intensité dans le monde entier, et pourtant on le considère souvent comme un sport à rythme élevé qui implique de la créativité sur le plan individuel et sur le plan collectif. Dans un contexte où le joueur dispose de **moins de temps et de moins de place** pour mettre en œuvre les différents éléments de jeu d'ordre technique et tactique qui sont à sa disposition, le jeu nécessite une **excellente lecture et une prise de décision judicieuse**. Le futsal a beau être un sport collectif, le résultat d'un match repose souvent sur des actions individuelles et leurs conséquences positives ou négatives sur le déroulement de la partie.

La pratique du futsal requiert un degré élevé de maîtrise **technique**, mais la dimension **tactique** reste d'une grande importance, surtout au regard des limites de l'espace de jeu et du nombre élevé de joueurs qui occupent cet espace (en comparaison avec le football).

La pratique du futsal se caractérise par la production d'efforts intensifs répétés de courte durée, principalement en raison des dimensions du terrain et de l'occupation de l'espace par les joueurs. Le score peut évoluer très rapidement à cause de cette énorme débauche d'énergie dans des espaces aussi réduits. Quel que soit le niveau des joueurs, ils doivent faire preuve à la fois de vitesse, d'endurance et de robustesse. C'est pourquoi les Lois du Jeu de Futsal leur permettent de bénéficier de périodes de récupération, une mesure indispensable pour faire face au rythme élevé et aux moments d'intensité extrême imposés par le format du jeu. Au plus haut niveau, il est fondamental pour les joueurs de bénéficier d'une préparation physique adaptée, seule à même de leur permettre de récupérer des efforts constants consentis dans le jeu.

Introduction

Le futsal est régi par les Lois du Jeu de Futsal de la FIFA. Il est important que la pratique du futsal dans le monde entier obéisse à ces règles normalisées pour que l'approche du jeu soit la même partout.

Contrairement aux Lois du Jeu en vigueur pour le football, les Lois du Jeu de Futsal sont placées sous l'autorité du Conseil de la FIFA et non de l'IFAC.

Les Lois du Jeu de Futsal de la FIFA reposent sur une philosophie dont les principes fondamentaux sont les suivants :

- proposer une version du football jouable en intérieur ;
- promouvoir le fair-play ;
- développer une forme de jeu vive et attrayante allant rapidement d'un but à l'autre ; et
- mettre en place des contraintes appropriées liées à la taille du terrain.

Le fait de disposer d'un ensemble de règles du jeu normalisé assorti d'un vocabulaire et d'une terminologie partagés par tous permet d'assurer une vision claire de ce sport à travers les continents et les différentes variétés existantes.

Toutefois, étant donné que le futsal reste une forme de football et que ses règles découlent de celles du football, il est naturel que toute modification des Lois du Jeu de football se répercute sur les Lois du Jeu de Futsal, avec un petit décalage dans le temps. Cela ne signifie pas que les règles du futsal sont copiées sur celles du football, loin de là, mais l'adaptation des règles au format du jeu, qui consiste à assurer le bon fonctionnement de concepts du football dans le cadre des contraintes du futsal, passe généralement par l'identification des éléments communs avec le football.

La dernière édition en date de ces Lois offre aux associations membres des recommandations en vue de l'adaptation du futsal aux conditions locales pour le développement des jeunes joueurs. Il relève de la responsabilité de chaque fédération de déterminer de quelle manière elle souhaite adapter les Lois du Jeu de Futsal pour répondre à leurs besoins spécifiques en matière de développement du futsal au service des jeunes joueurs, mais aussi en ce qui concerne la pratique du futsal en tant que loisir. Une fois approuvées par l'association membre, ces modifications peuvent être adoptées dans le pays concerné.

Les Lois du Jeu de Futsal sont disponibles [ici](#).

Toutefois, cette possibilité d'adapter les Lois du Jeu de Futsal aux conditions locales doit être utilisée avec discernement pour comprendre parfaitement les conséquences de chaque modification mise en œuvre. Il convient d'envisager avec le plus grand soin les conséquences

potentielles de toute adaptation, en organisant des tests dont les résultats doivent être analysés et compris, avant d'adopter les modifications concernées. Des adaptations conçues pour aider les jeunes joueurs peuvent tout à fait constituer plus tard une entrave à leur développement ou limiter leurs progrès techniques, ce qui risque en retour de les empêcher de trouver par eux-mêmes les solutions aux situations de jeu et aux difficultés générées par les règles.

La conséquence potentielle la plus lourde qu'une modification peut entraîner est probablement l'idée reçue selon laquelle le futsal doit se jouer sur un terrain aussi grand que possible, quel que soit l'âge des joueurs. Cette idée ne convient pas aux joueurs en développement. Il est au contraire fortement conseillé d'envisager avec soin les tailles maximales du terrain à privilégier au sein de cette catégorie d'âge.

Certaines recommandations en matière d'adaptation de la taille du terrain en fonction de la catégorie d'âge, qui n'ont aucun caractère obligatoire, sont formulées ci-dessous :

	Longueur (max) m	Largeur (max) m	Zone de sécurité (min) m	Rond central (rayon min) m	2e (10 m) point de penalty (min)
U9	18	11	1	1,5	4,5
U11	20	12,5	1	1,5	4,5
U12-16	30	15	1	2,25	10



Bien que cette idée ne soit pas forcément intuitive pour les entraîneurs comme pour les joueurs, il est fondamental de bien comprendre les Lois du Jeu de Futsal pour savoir comment améliorer le jeu à travers quelque innovation que ce soit sans jamais trahir ces lois. Dans tous les sports, il existe cette idée que les lois existent principalement à l'intention des arbitres chargés de leur application. Il n'en reste pas moins que le jeu y gagne lorsque tous les participants partagent la même compréhension de ce qui est autorisé et de ce qui ne l'est pas.

L'équité et le fair-play sont des valeurs portées par la FIFA dans l'ensemble de la famille du football. Elles sont constitutives de l'idée selon laquelle les joueurs et les officiels évoluent au sein d'un même cadre de gouvernance pour matérialiser ce qui constitue concrètement le fair-play dans le jeu. Il est tout aussi établi que toute velléité

manifestée par un entraîneur d'adopter des stratégies et tactiques novatrices doit passer par le respect des contraintes délimitées par les Lois du Jeu. Comprendre les limites est par conséquent indispensable quand on souhaite penser le jeu et l'entraînement de façon innovante. Il n'y a aucun sens à perdre du temps d'apprentissage en entraînant les joueurs dans une optique qui entre en infraction avec les Lois du Jeu ou qui ne reflète pas la façon dont le futsal se joue sur le terrain. Par exemple, faire des entraînements à 6 contre 6 ou 7 contre 7 pour impliquer tous les joueurs n'a aucun sens dans la mesure où les règles du jeu limitent le nombre de joueurs sur le terrain à cinq par équipe. En revanche, les exercices à 3 contre 2, 4 contre 3, etc. (que ce soit dans la perspective du surnombre ou d'infériorité numérique), reflètent des situations réelles qu'on rencontre en match. Il reste possible d'inclure dans un rôle actif des joueurs supplémentaires à l'entraînement sans bafouer l'esprit des Lois du Jeu : il suffit pour cela de planifier la séance de façon à ce que la phase de jeu concernée n'implique jamais plus de 5 joueurs contre 5 dans une zone active du terrain.

C'est la FIFA qui publie les Lois du Jeu de Futsal. Il ne s'agit pas d'une publication annuelle : les Lois sont modifiées au moment opportun en fonction des besoins. Le jeu doit toujours être pratiqué dans le respect des Lois du Jeu dans leur dernière version, de façon à répercuter les améliorations visées et à respecter le principe d'équité. Les entraîneurs et les joueurs doivent donc toujours prendre connaissance de tout changement, surtout lorsqu'il s'agit de modifications des Lois du Jeu, de façon à ce que le jeu s'adapte en conséquence.

Les associations membres doivent encourager les joueurs, les entraîneurs et les membres de l'administration à participer à des cours de base sur l'arbitrage : cela permet non seulement de contribuer à l'amélioration de l'arbitrage, mais aussi de veiller à ce que tous les participants aient la même vision des exigences liées au respect des Lois du Jeu.

3.1 Appliquer les Lois du Jeu de Futsal

Le fait que les mêmes Lois du Jeu de Futsal s'appliquent à chaque match disputé dans chaque confédération, chaque pays, chaque ville et chaque village dans le monde entier constitue un atout considérable qu'il nous faut préserver. C'est également une opportunité qui doit être exploitée dans l'intérêt du futsal aux quatre coins de la planète.

Les personnes chargées de la formation des arbitres et autres parties prenantes doivent insister sur les aspects suivants :

- **les arbitres doivent appliquer les Lois du Jeu de Futsal dans l'esprit du jeu afin de garantir que les matches soient disputés dans des conditions de jeu équitables et sûres ; et**
- **tout le monde doit respecter les arbitres et leurs décisions, en gardant à l'esprit l'importance liée au respect de l'intégrité des Lois du Jeu de Futsal**

Les joueurs endossent une responsabilité importante dans l'image véhiculée par ce sport. Le capitaine de l'équipe doit jouer un rôle important dans le respect des Lois du Jeu de Futsal et des décisions arbitrales.

3.2 Amendements aux Lois du Jeu de Futsal

En raison de l'universalité des Lois du Jeu de Futsal, le futsal reste fondamentalement pratiqué de la même manière partout dans le monde, à tous les niveaux de jeu. Au-delà de la création de conditions de jeu équitables et sûres, les Lois du Jeu de Futsal doivent aussi inciter à la participation et contribuer au plaisir de chacun.

La FIFA a toujours permis à ses associations membres de modifier certaines sections de type « organisationnel » pour certaines catégories de futsal. Cependant, la FIFA estime que ses associations membres devraient disposer de davantage de souplesse pour modifier certains autres aspects de l'organisation du futsal s'il est avéré que cela peut bénéficier au développement du futsal dans leur propre pays.

La façon dont on joue au futsal et la façon dont un match est arbitré doivent être les mêmes sur chaque terrain de futsal dans le monde. Mais ce sont les besoins spécifiques du futsal national qui devraient présider à la détermination de la durée d'un match, du nombre de joueurs par équipe et des sanctions à adopter à l'encontre des attitudes contraires au fair-play.

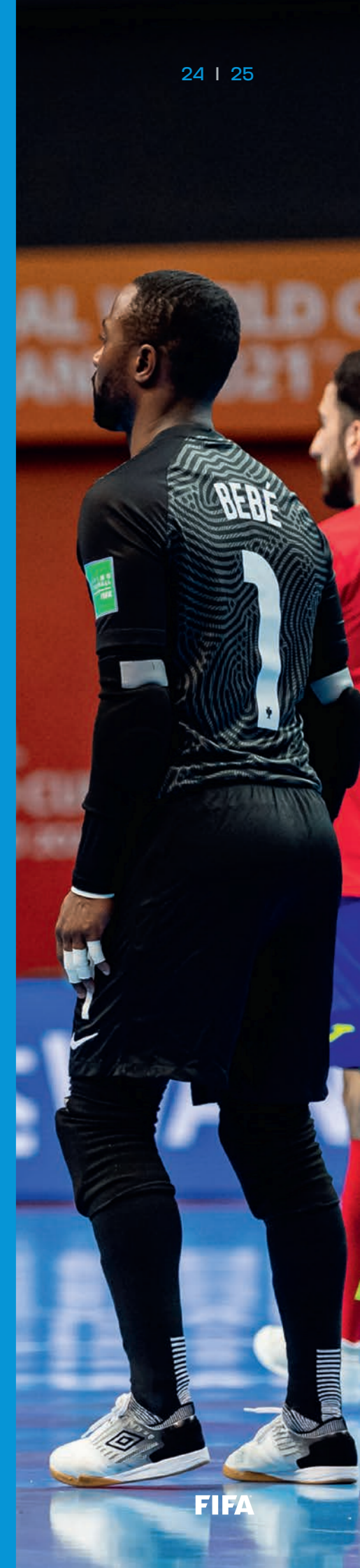
En conséquence, les associations membres de la FIFA, les confédérations et la FIFA elle-même ont maintenant la possibilité d'amender tout ou partie des domaines organisationnels suivants au sein des Lois du Jeu de Futsal dont elles sont responsables pour le futsal pratiqué par les jeunes, les vétérans, le futsal handisport et le futsal de base

- **dimensions du terrain**
- **circonférence, poids et matière du ballon**
- **dimensions des buts**
- **durée des deux périodes (de durée égale) du match et des deux périodes de la prolongation (de durée égale)**
- **restrictions concernant le renvoi à la main par le gardien**

du développement du futsal dans leur pays, il est autorisé d'apporter aux différentes « catégories » de futsal les changements suivants :

- **les associations membres, les confédérations et la FIFA elle-même peuvent décider de façon indépendante quelles doivent être les restrictions d'âge correspondant aux catégories de jeunes et aux vétérans**
- **chaque association membre doit déterminer quelles compétitions correspondant aux niveaux les moins élevés de pratique du futsal doivent être désignées comme relevant du futsal de base.**

Les fédérations ont la possibilité d'approuver certaines de ces modifications dans le cadre de certaines compétitions en particulier : rien ne les oblige à appliquer ces règles de façon identique pour toutes les compétitions. Aucun autre amendement de quelque type que ce soit n'est autorisé sans l'accord de la FIFA.



Limites dans lesquelles le gardien peut dégager le ballon

La FIFA a approuvé le principe d'imposer certaines limites au gardien de but en matière de dégagement du ballon pour le futsal pratiqué par les jeunes, les vétérans, le futsal handisport et le futsal de base, sous réserve d'approbation spécifique de l'organisation concernée (association membre, confédération ou FIFA).

Ces limites sont mentionnées ici :

LOI 12 – FAUTES ET INCORRECTIONS

« Un coup franc indirect est également accordé lorsqu'un gardien commet l'une des infractions suivantes : [...] »

- **lance le ballon à la main directement au-delà de la ligne médiane alors que le règlement national l'interdit dans le futsal de base, de jeunes, de vétérans et/ou handisport ; le coup franc doit alors être tiré depuis l'endroit où le ballon a franchi la ligne médiane. »**

LOI 16 – SORTIE DE BUT

« Lorsque le règlement national l'interdit dans le futsal de base, de jeunes, de vétérans et/ou handisport, si le gardien lance le ballon à la main directement au-delà de la ligne médiane, un coup franc indirect est accordé à l'équipe adverse, à tirer depuis l'endroit où le ballon a franchi la ligne médiane. »

La philosophie qui sous-tend cette restriction consiste à promouvoir la créativité et à encourager le développement technique.

Les associations membres sont priées d'informer la FIFA de l'utilisation qu'elles font de tous les amendements susmentionnés et des niveaux auxquels ils sont appliqués, dans la mesure où ces informations (en particulier les raisons pour lesquelles ces amendements sont utilisés) sont susceptibles de contribuer à repérer des idées ou des stratégies de développement que la FIFA pourrait partager en vue du développement du futsal dans d'autres associations membres.

La FIFA est ouverte à toute suggestion portant sur quelque autre modification potentielle des Lois du Jeu de Futsal que ce soit susceptible de contribuer à renforcer la participation, à rendre le futsal plus attrayant et à promouvoir son développement à l'échelle internationale

Il convient toutefois de veiller à ne pas trop dévier des principes du jeu. Bien que les amendements puissent être considérés comme des améliorations apportées à l'expérience du joueur, leur apport positif doit être documenté avant que la modification concernée puisse être mise en œuvre. Tout changement devrait associer, de façon équilibrée, des avantages pour les joueurs et une expérience améliorée pour le spectateur. Il convient également de considérer que tout changement est susceptible d'avoir des conséquences imprévues à court, moyen et long terme : c'est pourquoi il faut veiller à ce que tout

amendement proposé s'appuie sur des essais et des tests documentés de façon à se donner la possibilité de tenir compte de l'impact, positif ou négatif, qu'il pourrait avoir à long terme. Si on décide de changer une loi du jeu dans une catégorie de jeunes ou au niveau du futsal de base parce qu'on estime que cela pourrait apporter quelque chose, on prend le risque de nuire au jeu et à la formation des joueurs à long terme.

Par exemple, toute décision d'empêcher le gardien de but de dégager le ballon à la main au-delà de la moitié du terrain doit être liée à la taille du terrain. La taille du terrain dépend de l'âge et du niveau technique des joueurs. Une telle limitation peut très bien mettre l'équipe en possession du ballon sous pression si elle a du mal à pénétrer dans la moitié de terrain adverse par

son jeu de passes et ses déplacements. L'impact est alors clairement négatif sur la créativité dans le jeu. Cela s'avère particulièrement évident quand l'une des deux équipes est supérieure à l'autre, à la fois sur le plan physique et sur le plan technique. Dans ce contexte, pour obtenir l'effet voulu, on peut se contenter à la place de limiter la taille du terrain pour certaines catégories d'âge, bien que la capacité du gardien à relancer au-delà de sa propre moitié de terrain soit un élément constitutif du futsal.

Il est également possible d'obtenir le même résultat par la gestion du jeu et des entraînements innovants tout en offrant une option plus intéressante sur le plan technique, pour les joueurs comme pour l'entraîneur, en introduisant des contraintes supplémentaires sans rien changer aux Lois du Jeu.

3.3 Gérer les modifications apportées aux Lois du Jeu de Futsal

Pour chaque amendement proposé, il convient d'examiner avec soin les aspects liés aux notions d'équité, d'intégrité, de respect, de sûreté, de plaisir des participants et de déterminer de quelle façon l'utilisation d'outils technologiques peut profiter au jeu. Les Lois du Jeu de Futsal doivent aussi inciter à la participation de tous, indépendamment de l'expérience ou des capacités techniques.

Le risque zéro n'existe évidemment pas, mais les Lois du Jeu de Futsal doivent rendre le jeu aussi sûr que possible. Les joueurs doivent respecter leur adversaire et les arbitres doivent faire en sorte de créer un environnement sûr en sanctionnant fermement les excès d'agressivité et le jeu dangereux. La terminologie utilisée dans les Lois du Jeu de Futsal reflète le principe selon lequel tout jeu dangereux est inacceptable (par exemple « charge inconsidérée » (avertissement = carton jaune), « mise en danger de l'intégrité physique d'un adversaire » ou « faute avec violence » (exclusion définitive = carton rouge)).

Le futsal doit être une source de plaisir pour les joueurs, les arbitres et les entraîneurs, tout comme pour les

spectateurs, les supporters, les dirigeants, etc. Les modifications apportées à cette édition des Lois du Jeu de Futsal doivent aider à rendre la discipline attrayante afin que tout le monde – sans distinction d'âge, de couleur de peau, de religion, de culture, d'origine ethnique, de sexe, d'orientation sexuelle, de handicap, etc. – puisse y participer et en tirer de la satisfaction.

Ces modifications ont pour but de simplifier le jeu et d'aligner de nombreux aspects des Lois du Jeu de Futsal sur celles du football. Il est toutefois évident que, dans la mesure où de nombreuses situations sont « subjectives » par nature et où les arbitres sont humains (et sont donc susceptibles de commettre des erreurs), certaines décisions seront forcément sujettes à polémique.

Les Lois du Jeu de Futsal ne peuvent envisager toutes les situations possibles et imaginables. Lorsqu'un cas de figure n'est pas explicitement prévu par les règles, la FIFA attend des arbitres qu'ils prennent une décision dans l'esprit du jeu en s'appuyant sur leur compréhension du futsal. Bien souvent, ils doivent alors se poser la question suivante : « est-ce dans l'intérêt du futsal ? ».

Introduction

Le futsal peut être considéré à la fois comme un sport à part entière et un précieux outil pour la formation des joueurs de football. Ces deux approches doivent être prises en compte dans le cadre du développement de ce format de jeu. Il y a d'ailleurs une certaine variabilité dans les orientations choisies dans ce cadre par les associations membres de la FIFA dans le monde entier.

Il est vrai que certaines fédérations considèrent que la pratique du futsal est aussi importante que celle du football aux yeux de la population locale, tandis que d'autres, généralement associées à des territoires plus petits, préfèrent se concentrer sur une recherche d'excellence dans le futsal plutôt que dans le football. Il y a aussi celles qui voient simplement le futsal comme un outil de formation des joueurs dans l'optique du football. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise approche, pas plus qu'il n'y a de formule idéale : ces différentes options illustrent le niveau de flexibilité qu'il est possible d'appliquer dans la transposition du futsal sur des territoires extrêmement variés et à l'intention de populations très différentes.

Dans les différentes catégories de jeunes, et en particulier chez les joueurs en développement, il convient de privilégier une recherche d'équilibre entre les différents formats de jeu afin de leur permettre de développer un savoir-faire technique, une conscience et une compréhension du jeu tout en prenant un grand plaisir à jouer. Le futsal est un cadre propice à cet équilibre. Il ne s'agit sans doute pas de la solution universelle dont on parle souvent dans le domaine du développement des footballeurs, mais il n'en fait pas moins partie des expériences majeures qui peuvent être offertes aux joueurs en développement dans le cadre de leur formation.

Le futsal présente un format véritablement normalisé doté de lois qui lui sont propres et qui sont appliquées dans toutes les associations membres de la FIFA. Cette approche contribue largement à la création d'un parcours futsal qui offre la possibilité de se remettre au futsal à un stade ultérieur après avoir fait l'expérience du jeu au plus jeune âge.

4.1 Le futsal, un outil de formation des joueurs

Les principales caractéristiques du futsal (équipes à effectifs réduits, terrain de plus petite taille, ballon spécifique, changements illimités) font de son format un atout en le rendant facilement transposable dans toutes les situations. Il implique :

- un contact accru avec le ballon et des frappes au but fréquentes ;
- un temps et un espace limités pour les contrôles et les passes ;
- a nécessité de prendre des décisions rapidement ;
- un système de jeu dynamique et une rotation des joueurs à tous les postes ;
- la motivation de tous les joueurs en les impliquant systématiquement ; et
- l'engagement constant de tous les joueurs, surtout ceux qui n'ont pas le ballon.

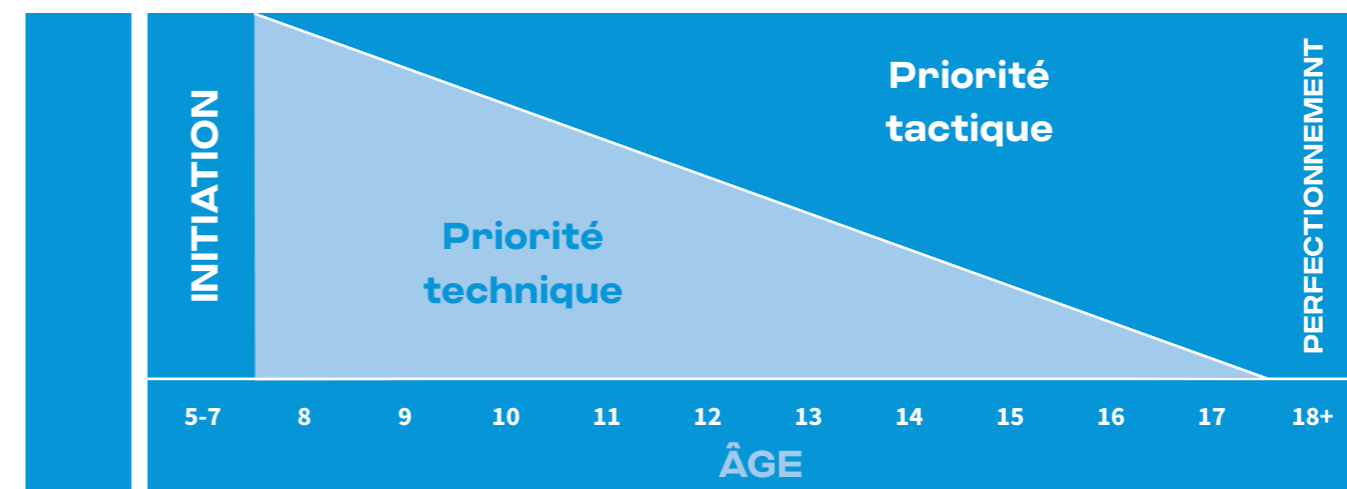
Cela fait aussi du futsal l'outil idéal pour le développement et l'amélioration de la technique des joueurs de football et

de futsal, de leur compréhension tactique, de leur agilité, de leur condition physique, de leur capacité à jouer en toute confiance des deux pieds et de leur coordination, ainsi que de leur vitesse et de leur réactivité.

Il existe de nombreuses compétences qui s'avèrent aussi utiles en futsal qu'en football. Il est toutefois important pour la formation des joueurs de maximiser les avantages offerts par le futsal à la famille du football dans son ensemble en préservant la philosophie et les caractéristiques clés du futsal. Plus ces éléments sont édulcorés, moins la pratique du futsal aura les effets voulus pour le football. D'autre part, il est important de préciser que le futsal n'est qu'un des formats de football entre équipes à effectifs réduits qui devraient constituer la totalité de l'expérience offerte aux jeunes dans le cadre de leur formation en vue d'en faire des joueurs polyvalents.

4.2 Encourager la créativité chez les jeunes joueurs

Le développement de la créativité fait partie des composantes fondamentales de la formation des joueurs. En effet, toute action de jeu prend naissance dans l'esprit du joueur. Lorsqu'un jeune joueur a la liberté de donner corps à ses pensées et de formuler ses idées dans un environnement inclusif et accueillant, sans craindre d'être jugé, il bénéficie d'un espace protégé propice à son développement. Le fait d'encourager le joueur à innover, à utiliser son imagination et à tenter des choses, quitte à ne pas les réussir tout de suite,



sert de catalyseur à la formation d'un jeu créatif. Cela fait partie du processus d'expérimentation qui joue un rôle vital dans la formation de joueurs créatifs.

Lorsqu'un enfant joue, son imagination le déplace dans le « théâtre des rêves », tandis qu'un adulte tendra à voir tel qu'il est l'environnement dans lequel il évolue. Un enfant engagé dans l'acte de jouer ressent une joie pure qui lui donne l'impression que le monde entier le regarde, indépendamment de la réussite de ses entreprises. L'entraîneur doit toutefois être sensible à la manifestation de ces hauts et de ces bas émotionnels suscités par les phases d'expérimentation et de mise à l'épreuve.



L'esprit d'un jeune joueur n'est pas encore structuré : c'est avec les années qu'il finit par créer et organiser un système mental lui permettant de contrôler et donner forme aux données qu'il reçoit. Il ne faut toutefois pas oublier que la créativité et l'innovation naissent d'un environnement de pensée moins structuré. Dans cette optique, c'est dans le cadre d'activités non structurées que le joueur peut accéder à tout un ensemble d'outils servant à la résolution des problèmes qui se présentent. Le déroulement aléatoire du jeu génère de façon imprévisible des situations qu'il faut être capable de surmonter en utilisant toute une gamme de solutions découvertes dans le cadre d'un processus de découverte guidée ou par tâtonnement, deux concepts d'apprentissage qui ne sont pas fondés sur la réalisation d'objectifs prédéterminés.

4.3 Science du jeu / savoir-faire dans le jeu

Toute vision du travail de l'entraîneur qui repose sur les quatre dimensions inhérentes à toute séance d'entraînement (**physique, psychologique, technique et tactique**) doit également intégrer une cinquième dimension qui est souvent laissée de côté : la **connaissance** du futsal. Ces quatre dimensions sont indispensables au développement d'un joueur polyvalent, mais cela n'empêche pas le travail de l'entraîneur de se développer et d'évoluer en parallèle. C'est là qu'interviennent les notions de science du jeu et de savoir-faire dans le jeu.

On peut considérer qu'au fur et à mesure de l'apprentissage du jeu suivi par l'entraîneur, il acquiert à la fois une science du jeu de futsal et un savoir-faire dans le jeu.

Ces deux facettes peuvent être définies comme suit :

Science du jeu – il s'agit d'une compréhension du jeu fondée sur des savoirs acquis en immersion et spécifiques à des tâches ou des activités données. On peut citer par exemple les connaissances tactiques et techniques dans le contexte de formations spécifiques au futsal associées à des stratégies avec le ballon et sans le ballon.

Savoir-faire dans le jeu – il s'agit d'une compréhension situationnelle qui émerge dans le flux du jeu et qui aboutit à des initiatives fondées sur l'improvisation et l'innovation.

Pour aborder ces deux facettes de la connaissance du futsal, il faut savoir de quelle façon elles peuvent être développées ou acquises dans le cadre d'une formation spécifique. En réalité, ces deux notions émanent de l'immersion dans le jeu, à savoir du temps passé à entreprendre des tâches appropriées et d'un désir d'apprendre et d'être confronté à toute une série de difficultés liées au caractère imprévisible du déroulement du jeu. Leur apprentissage doit passer de préférence par l'adoption d'un environnement plus flexible où la liberté est donnée de s'exprimer et d'expérimenter dans le cadre d'un apprentissage fondé sur les contraintes créatives et la nécessité pour le joueur (aidé par l'entraîneur) de trouver des solutions face aux difficultés auxquelles il se retrouve confronté. C'est là que, par le biais de l'expérience, les joueurs peuvent se constituer une bibliothèque mentale de solutions stockées dans leur mémoire et disponibles sur demande pour répondre à une situation donnée ou dans le cadre d'une improvisation.

Pour les entraîneurs, c'est lors des phases de maturation de la formation des joueurs dans le cadre d'un apprentissage fondé sur les contraintes créatives qu'il devient crucial de disposer de ces connaissances. Le plus important dans la conception de séances d'entraînement et dans la planification de la progression des joueurs est de conserver une relation au jeu qui permette aux contraintes de fonctionner de façon

4.4 Futsal – accessibilité et transposabilité

Le futsal peut être considéré comme une version transposable et accessible du football. Tous les pays ne sont pas en mesure de construire et d'entretenir des terrains en gazon naturel sur tout leur territoire. De la même manière, toutes les populations ne comptent pas forcément en leur sein 22 joueurs à peu près du même âge présentant un même potentiel de développement. Dans certains pays où la foi religieuse et la culture imposent certaines contraintes sur la population (par exemple l'interdiction faite aux femmes de s'engager dans des activités sportives), il apparaît plus approprié de privilégier un format de football plus petit.

Le choix du futsal présente les avantages suivants :

- **Peu d'infrastructures sont requises.**
- **Il est possible d'utiliser des équipements existants (par exemple gymnases d'écoles, d'universités, publics, etc., avec des installations adaptées aux différentes catégories d'âge qui ne requièrent aucune extension ni aucun entretien supplémentaire).**
[Note: dans les pays qui disposent de moins d'infrastructures, il est possible d'adapter des courts de tennis, de volleyball ou de basketball, des parkings ou d'autres zones à ciel ouvert et sur sol dur, en vue d'une utilisation par les joueurs des différentes catégories d'âge.]
- **Il est plus facile de débiter dans la mesure où on a besoin de moins de joueurs pour jouer.**
- **Le futsal est plus accessible dans les régions ou au sein des populations où il est difficile de jouer au football à 11 en raison du climat ou du manque d'infrastructures, de financement ou d'espace (par exemple dans les grandes villes ou au sein de populations isolées).**
- **Il est accessible aux femmes, aux enfants et aux personnes âgées là où d'autres barrières sociales seraient susceptibles d'exister.**

4.5 Nouvelles opportunités

La croissance du futsal lui permet d'offrir d'autres possibilités de jouer, dans la mesure où de plus en plus de gens prennent connaissance de cette forme de football et de sa transposabilité dans de nombreux types de territoires.

Cela génère :

- **de nouvelles possibilités de carrière pour les joueurs, entraîneurs, arbitres, dirigeants, etc. ;**
- **de nouvelles occasions, pour les fédérations, d'accueillir des compétitions internationales ou d'y participer en passant par les qualifications ; et**
- **de nouvelles occasions de coopérer avec les ONG, l'État, les sponsors privés, etc.**

4.6 Marketing, publicité et médias

Le futsal fait toujours partie des sports qui se développent le plus rapidement dans le monde entier, ce qui offre des opportunités très variées.

Bien sûr, le futsal appartient à la famille du football et y reste fortement associé, mais son format permet de contourner les problèmes liés à la saturation du marché et d'attirer des profils différents (en particulier les garçons et filles âgés de moins de 25 ans). Cette caractéristique propre au futsal en fait une cible pour les sponsors désireux de toucher ces catégories d'âge. Le futsal est un sport qui se joue sur un rythme rapide. Beaucoup de buts sont marqués, les joueurs

affichent une grande précision technique et le tempo élevé permet de voir beaucoup de phases offensives, en particulier sur contre-attaque, autant de caractéristiques qui le rendent très attrayant.

Bien qu'il soit généralement considéré comme un sport d'intérieur, on y joue aussi beaucoup en extérieur dans de nombreux endroits dans le monde, pour peu que la surface de jeu et le climat s'y prêtent. Le futsal est donc aussi considéré comme un sport d'extérieur dans ces zones géographiques, ce qui lui confère un atout supplémentaire.

4.7 Un sport complémentaire du football plutôt que rival

Bien que cette opinion soit de moins en moins partagée, le futsal est parfois considéré comme un rival du football. Rien ne pourrait être plus éloigné de la réalité.

Le présent Manuel de l'entraîneur a déjà mis en lumière le rôle que le futsal devrait jouer dans le développement de chaque jeune joueur. Il peut servir à permettre aux futurs joueurs de faire leurs premiers pas en football : c'est en effet un sport qui produit des joueurs de grande qualité et simplifie la gestion technique et le processus pédagogique de nombreux enfants qui disposent de peu de ressources d'apprentissage.

Le futsal fait partie de la famille mondiale du football et contribue à son rayonnement ; aussi bien à travers son utilisation comme outil de formation des joueurs qu'en tant que sport à part entière. En proposant un format de jeu attrayant pour un public plus vaste, le futsal amène davantage de joueurs, de supporters, de dirigeants, d'entraîneurs et d'arbitres.

Dans le football moderne, la quête de joueurs aux qualités techniques supérieures reste une priorité dans tous les plans de développement des différentes associations membres. Pour assurer l'évolution continue de la formation des joueurs, il est fondamental de rechercher

de nouvelles options tout en continuant à améliorer celles qui existent. C'est pourquoi les fédérations les plus avancées intègrent le futsal dans le cadre de leur politique de diversification des activités de football, dans ses formes disputées en intérieur ou en extérieur.

Le futsal est simple à transposer dans différents contextes. Dans un monde idéal, la population locale devrait pouvoir bénéficier de l'accès à un terrain de futsal, mais en réalité ce n'est pas toujours le cas. Il existe toutefois dans le monde beaucoup d'équipements sportifs qu'il est possible d'adapter à la pratique du futsal. Si une école est dotée d'un terrain de jeu ou d'activités dénué de marquages au sol, on peut aisément utiliser cet espace en délimitant le terrain à l'aide de plots, entre autres possibilités. Le futsal doit se jouer sur une surface dure parce que cela entraîne des déplacements plus rapides du ballon tout en permettant aux joueurs d'effectuer des changements de direction plus rapides et plus fréquents, ce qui est indispensable au regard de la fréquence des contre-attaques. Mais l'idée selon laquelle le futsal est un jeu qui se dispute sur un rythme rapide n'est pas forcément fondée. Cela peut naturellement être le cas, mais il est aussi possible de jouer plus lentement, ou en imprimant des changements de tempo suivant les phases de jeu. Quand le jeu se dispute sur un rythme élevé, cela



permet aux joueurs d'acquies rapidement une condition physique optimale tout en gérant leur mental et leurs émotions face aux situations problématiques qui se présentent.

Les espaces réduits propres au futsal entraînent une implication supérieure de chaque joueur, puisque cela permet de toucher plus souvent le ballon et rend indispensable de jouer un rôle actif au sein de l'équipe. On dit souvent que le futsal se joue autant sur les joueurs qui n'ont pas le ballon que sur celui qui est en sa possession. Cela implique également d'adopter une approche tactique différente, puisqu'il faut veiller à ce que les joueurs offensifs capables d'influencer le jeu lorsqu'ils n'ont pas le ballon fassent l'objet d'une attention spécifique.

La taille réduite du terrain oblige les joueurs à se côtoyer constamment, ce qui oblige tous les joueurs à tirer davantage et à effectuer plus d'interventions défensives. En conséquence, le nombre de décisions à prendre augmente, sachant que chaque joueur dispose de moins de temps pour les prendre.

On entend souvent dire que le ballon de futsal est plus lourd qu'un ballon de football, ce qui n'est pas vrai. Les deux ballons ont à peu près le même poids, mais celui de futsal a une circonférence plus petite et rebondit moins. Cette caractéristique particulière permet au ballon de rester en jeu bien plus longtemps qu'avec un ballon de football classique. Le temps de jeu augmente et tout le monde peut être plus souvent en possession du ballon. Parce qu'il rebondit moins, le ballon de futsal passe plus de temps au sol, ce qui oblige à effectuer davantage de passes courtes sans pour autant éliminer le jeu aérien et les passes longues. Le ballon est plus facile à contrôler après rebond.

4.8 Le futsal en tant qu'activité de base

Le **Manuel du football de base de la FIFA** est une ressource complémentaire au présent Manuel de l'entraîneur de futsal qui fournit des conseils supplémentaires portant sur les joueurs en développement et la participation dans tous les différents formats du football. Il est important de noter que les principes qui président à la formation des joueurs restent les mêmes quel que soit le format du jeu.

Le futsal n'est bénéfique à la formation des joueurs que selon des modalités bien précises. Il faut toujours mettre en avant l'esprit unique de ce sport et ses caractéristiques fondamentales : c'est l'objet du présent Manuel de l'entraîneur de futsal de la FIFA.

Dans le football moderne, le développement de la technique individuelle reste d'une importance fondamentale en vue de la réussite à long terme des joueurs. Il convient de décourager la tendance qui consiste à faire jouer les jeunes directement au football à 11 contre 11. Une transition progressive vers des terrains et des formats plus grands est toujours préférable. Cela implique d'élaborer un plan d'entraînement et de développement varié qui expose tous les joueurs aux différents formats du jeu, dont le futsal, qui y joue un rôle fondamental.

Voici une liste des contraintes de jeu propres au futsal (ses caractéristiques de base) :

- **taille du terrain**
- **ballon**
- **chaussures**
- **nombre de joueurs par équipe**
- **taille du terrain (en fonction de la catégorie d'âge)**
- **remplacements constants**
- **décompte des quatre secondes**

Ces contraintes constituent un ensemble unique qu'il est préférable de conserver pour tirer le maximum des avantages techniques induits dans le cadre de la formation générale des joueurs. Les Lois du Jeu de Futsal de la FIFA autorisent les fédérations à procéder localement à des ajustements en vue de la formation des jeunes joueurs. Il faut toutefois veiller à ce que tout amendement proposé s'appuie sur des essais et des tests documentés de façon à se donner la possibilité de tenir compte de l'impact imprévu qu'il pourrait avoir à long terme, au-delà des avantages envisagés dans l'intérêt des enfants.

Le **Manuel du football de base de la FIFA** propose d'autres conseils portant sur l'organisation d'activités autour du futsal et la généralisation des pratiques maximisant l'implication du joueur en développement.

4.9 Le futsal en tant qu'outil de formation des joueurs pour le football

Le caractère grisant du rythme du futsal, constitué d'un enchaînement de phases d'attaque et de contre-attaques, est renforcé par l'excellence technique d'un grand nombre de joueurs au très haut niveau. Le même phénomène se retrouve aussi chez les meilleurs joueurs de football de la planète, qui sont nombreux à être passés par le futsal dans le cadre de leur apprentissage.

En tant que sport à part entière pratiqué et suivi dans le monde entier par des millions de personnes au sein de la famille du football, le futsal présente de nombreux aspects à même d'influencer son développement et de lui offrir de nombreuses opportunités de croissance à l'avenir. Des données ont été collectées lors des 52 matches disputés pendant la Coupe du Monde de Futsal de la FIFA, Lituanie 2021. C'est la première fois qu'est menée une étude aussi approfondie portant sur l'intégralité de matches de futsal de compétition. Cette initiative a permis d'obtenir une quantité inédite de données à même de confronter la perception qu'on a du jeu collectif et des performances individuelles de chaque joueur à la réalité des faits. L'analyse des données et les rapports techniques permettent aussi de renforcer notre engagement en faveur de la croissance et du développement du futsal dans le monde entier.

Ces dernières années, la FIFA a procédé à une collecte de données destinée à mieux comprendre la façon dont le futsal peut contribuer au développement des joueurs de football dès le plus jeune âge. Tous les jeunes joueurs ont besoin de vivre une gamme variée d'expériences autour du football pendant la période décisive de leur développement qui a lieu entre cinq et douze ans. Le futsal offre aux jeunes joueurs une multitude de possibilités d'amélioration et de développement à travers une grande variété d'expériences.

Compétences transposables au football

Nous estimons que le football et le futsal sont des disciplines partenaires qui bénéficient l'une à l'autre. Ces deux formats de jeu n'entrent pas en concurrence mais sont au contraire complémentaires. Les données montrent qu'il existe des « compétences transposables » clés qu'il convient de prendre en compte et d'étudier.

Il est intéressant de noter que les entraîneurs de futsal encouragent depuis quelque temps tous leurs joueurs à toucher davantage le ballon pendant les matches. L'idée est que le contact avec le ballon renforce la confiance des joueurs dans les phases de possession et leur permet d'expérimenter et de développer leurs qualités techniques et leur compréhension du jeu en étant exposés à toute une gamme d'expériences techniques (bien que cette approche soit davantage empirique que fondée sur des données objectives). La même chose vaut pour la multiplication des duels dans le jeu et l'implication plus active du gardien dans la construction et la relance, pour ne choisir que deux exemples parmi d'autres. Désormais, les données collectées lors de la Coupe du Monde 2021 mettent en lumière la manière dont le futsal peut contribuer de façon décisive à la formation générale des joueurs au sein de la famille du football dans son ensemble, définissant un nouveau rôle à jouer pour le futsal.

De plus, en vue de faciliter le passage d'un format à l'autre, il est important de disposer pour le futsal d'un vocabulaire normalisé corrélé au nouveau Lexique du football de la FIFA. Cela permettra d'aligner davantage les formats afin de faciliter la compréhension, la transposabilité et le développement.

4.10 Les avantages du futsal

L'expérience de jeu d'un joueur pendant ses jeunes années est déterminante pour son implication autour du football pour le reste de sa vie. Dans cette optique, nous allons examiner de quelle façon l'implication des joueurs à la fois dans le football et le futsal permet aux joueurs de rester actifs plus tard dans leur vie. Quand un joueur peaufine sa compréhension du futsal en y jouant dès le plus jeune âge, cela renforce la probabilité qu'il s'adonne à nouveau à la pratique de ce sport plus tard dans sa vie, avec tous les avantages que cela implique sur le plan du bien-être physique et psychologique et de la socialisation. Il convient aussi de mettre en valeur les énormes avantages qu'offre la pratique du futsal dans certaines régions du monde, où le climat et les équipements existants (quand on pense à la difficulté liée à entretenir des terrains en gazon naturel tout au long de l'année) opposent des barrières à la formation des joueurs, aussi bien en été qu'en hiver. Il ne faut toutefois pas sous-estimer les avantages offerts par le futsal en termes de bien-être et de développement technique. C'est ce qui motive largement notre engagement à promouvoir ce format de jeu.

En ce qui concerne en particulier le développement des talents chez les femmes et les jeunes filles, le futsal peut être amené à jouer un rôle croissant dans la mesure où les possibilités qu'il offre sont de plus en plus élaborées. Il permet de jouer plus facilement dans la mesure où on a besoin de moins de joueuses dans chaque équipe et où le jeu en lui-même permet d'impliquer davantage chacune des joueuses en raison des rebonds plus faibles du ballon et des remplacements constants. Le futsal offre des occasions de jouer, et de jouer mieux, ce qui encourage à une participation active et favorise chez chaque joueuse le développement des techniques fondamentales, lesquelles sont transposables au football.

Les experts techniques de la FIFA vont continuer à analyser ces précieuses informations pour offrir de nouvelles perspectives dans l'optique du positionnement du futsal en tant qu'outil de développement majeur pour le football, tout en réaffirmant notre soutien au futsal en tant que sport à part entière.

Il est important d'affiner notre compréhension de la façon dont le futsal contribue au football et de tenir compte des synergies potentielles et des opportunités offertes par ce format réduit en vue du développement des compétences et du sens du collectif dans le cadre du football à 11.

Introduction

Certains verront dans le futsal l'objet principal de leur implication dans le monde du football. Pour d'autres, le futsal s'intégrera à une expérience d'entraîneur plus vaste mise au service des joueurs de football en développement.

Peu importe la quantité de ressources, de formations et de livres où un entraîneur puise ses références : l'art de l'entraîneur s'apprend sur le terrain avec les joueurs.

Étant donné que le futsal reste un format de football relativement récent, les aides à la compréhension du jeu et de sa dimension tactique restent en retrait par rapport à ce qui est disponible dans le domaine du football à 11 contre 11. Pendant des décennies, le futsal a dû compter sur ses propres moyens pour développer des ressources et des aides à mettre à la disposition des entraîneurs, en l'absence quasi totale d'outils de formation formalisés et structurés. Mais les choses sont en train de changer dans toutes les associations membres de la FIFA, alors que le futsal s'impose de plus en plus et que l'on comprend de mieux en mieux le jeu dans toutes ses implications. Le présent Manuel de l'entraîneur vise à compléter le travail fourni au sein des confédérations, et non à s'y substituer. Il convient aussi de ne pas oublier que certaines fédérations sont plus avancées que d'autres et qu'il s'agit de prendre des mesures progressives pour créer, en collaboration avec les fédérations en développement, un fonds commun de compréhension qu'il sera possible d'étoffer au fil du temps.

D'autres vont découvrir le futsal. Ce serait une erreur de traiter le futsal comme un format de football réduit parmi d'autres. Cela entraînerait la perte d'un certain sens de la nuance et limiterait les avantages recherchés. Il est tout aussi important de ne pas prendre un pays donné pour modèle en essayant de transposer son optique telle quelle dans un autre pays.

On dit souvent que l'entraîneur exerce une influence déterminante, mais cela ne doit pas passer par un contrôle absolu des résultats recherchés. Au contraire, l'objectif est de créer un environnement d'apprentissage à même de permettre aux joueurs de découvrir par eux-mêmes différents résultats possibles. L'entraînement doit être pour eux un espace protégé où ils ont la possibilité d'expérimenter et sont encouragés à tenter des choses, quitte à échouer.

Pour adopter une approche de la formation du joueur fondée sur les contraintes créatives à travers l'expérience du jeu (par opposition à une approche par exercices et ateliers fondée sur la recherche de résultats prédéterminés en travaillant uniquement sur des situations de jeu très précises), il convient de prendre en compte les aspects suivants :

- **Les exigences physiques et les différents prérequis en matière de capacité aérobie et anaérobie**
- **L'intensité des matches**
- **Les périodes de jeu**
- **Imposez des périodes de repos plus importantes pour diminuer la durée de l'activité sans réduire l'intensité dans le jeu**
 - ▶ En cas de doute, il ne faut jamais hésiter à imposer des périodes de repos plus longues aux joueurs en développement : la santé des enfants doit passer avant tout le reste. Quand un enfant est fatigué, il le dit et il s'arrête de jouer !
- **Le volume – la charge d'entraînement**
 - ▶ Pour augmenter la charge d'entraînement, il vaut mieux ajouter des périodes de travail supplémentaires plutôt que rallonger les périodes déjà prévues.
- **Ratios de repos et récupération**
 - ▶ Conservez des périodes de repos et de travail de la même durée, mais augmentez l'intensité des périodes de travail.
- **Application de contraintes**
 - ▶ Ne modifiez qu'une seule variable (par exemple la taille du terrain ou le nombre de joueurs par équipe) à la fois – jamais plusieurs en même temps.
- **Intensité ou durée**
 - ▶ Les deux sont importants à l'entraînement, surtout quand on part du principe qu'on s'entraîne comme on joue et qu'on joue comme on s'entraîne. Commencez par travailler l'intensité, puis passez progressivement à des séances de durée plus longue, tout en continuant à respecter les principes de repos et de récupération.
 - ▶ Visez la rapidité dans la prise de décision et la qualité dans l'exécution technique en renforçant l'intensité.

5.1 Une méthode d'entraînement

Pour les joueurs en développement, la méthode d'entraînement doit être centrée sur le joueur et la création d'un environnement d'apprentissage approprié. L'accent doit être mis sur le plaisir, l'inclusion, la coopération dans une optique de socialisation et l'implication dans le jeu. Les jeunes joueurs doivent continuer à participer à des activités amusantes, gratifiantes, qui les motivent et les valorisent. Cela renforcera leur envie d'apprendre et leur permettra de progresser encore plus.

Le rôle de l'entraîneur est d'aider chaque joueur à se passionner pour la « glorieuse incertitude du sport » au point d'en faire une source de motivation à part entière. Pour l'entraîneur, la difficulté est de ne pas se focaliser sur le résultat des matches mais de lancer et d'entretenir le processus qui détermine, in fine, le résultat des matches. Dans le football moderne, les entraîneurs, les éducateurs et les parents doivent veiller à mettre l'accent non plus sur la recherche de la victoire mais sur le développement personnel des enfants.

La relation qui existe entre les enfants et leur entraîneur joue également un rôle majeur dans leur apprentissage. Il y a un avantage énorme à tirer de la création d'un environnement où les enfants se sentent en sécurité, libres de s'exprimer. Cela renforce l'efficacité des entraînements et pousse à accepter l'échec pour peu qu'il soit une source d'apprentissage. Si l'entraîneur ne parvient pas à caractériser l'échec comme étant indissociablement lié au fait d'essayer (« qui ne tente rien n'a rien »), les jeunes joueurs seront peu enclins à expérimenter ou à tenter des choses par peur de l'échec et de la critique. Il est important que chaque joueur soit encouragé par son entraîneur et reçoive de sa part des critiques constructives.

L'apprentissage est fortement influencé par l'environnement dans lequel évoluent les jeunes joueurs, les obstacles qu'ils rencontrent et les contraintes qui leur sont imposées. Il convient d'ajuster ces contraintes au fur et à mesure que les joueurs se développent et mûrissent. L'application de subtiles modifications dans chaque domaine peut entraîner des changements importants dans l'apprentissage et les performances. La capacité de l'entraîneur-éducateur à définir et manipuler l'environnement et les contraintes à appliquer est un facteur majeur en vue de l'efficacité des séances d'entraînement.



Le type de contraintes à appliquer pendant les séances d'entraînement doit varier au cours du cycle de développement en fonction des caractéristiques des joueurs au fur et à mesure de leur évolution (taille, poids, changements perçus dans leur état mental, etc.). Tous ces facteurs entrent en jeu dans l'apprentissage et les performances. Quand on entraîne de jeunes filles, ces caractéristiques de développement se retrouvent souvent amplifiées, ce qui doit pousser à mettre un soin particulier à concevoir le planning d'entraînement et à savoir quelles doivent être les attentes associées. Les contraintes doivent toutefois dépendre des joueurs : il peut toujours s'avérer nécessaire de procéder à des simplifications pour tenir compte des besoins des joueurs en termes d'apprentissage.

La manipulation constante du cadre d'apprentissage peut permettre à l'entraîneur d'encourager les jeunes joueurs à s'adapter, et donc à acquérir la capacité à trouver un certain nombre de manières de résoudre des difficultés spécifiques auxquelles ils sont susceptibles de faire face en match. Cette capacité d'adaptation constitue un atout majeur pour les joueurs en développement. Il s'agit d'une variable d'entraînement axée sur le jeu « en temps réel » fondamentale pour la formation et le

développement de joueurs plus intelligents, dotés d'une meilleure compréhension du jeu et d'une meilleure capacité à prendre les bonnes décisions. Le caractère perpétuellement évolutif de ces situations pousse les enfants à chercher et découvrir des solutions en mouvement, ce qui, associé à leurs capacités techniques, est propice à l'innovation et à l'imagination.

Les **joueurs en développement** ne s'améliorent pas drastiquement du jour au lendemain : il convient donc de manifester une patience indissociable du rôle de l'entraîneur-éducateur. Il est improbable de parvenir à obtenir immédiatement des résultats. Il faut prendre soin à ne pas avoir d'attentes démesurées, aussi bien chez l'entraîneur que chez les joueurs. Tout entraîneur-éducateur doit être capable de comprendre à la fois « pourquoi » et « comment » manipuler les contraintes lorsqu'il remarque une certaine stagnation dans le développement d'un joueur pendant une période prolongée. Être capable de déterminer et de modifier les « limites » en fonction des besoins est une compétence indispensable. L'utilisation de situations de match pendant les séances d'entraînement doit reposer sur une coopération entre chacun des joueurs, l'équipe et l'entraîneur.

4 phases d'apprentissage effectif

1 - Activation

Le fait d'apprendre en étant activement impliqué, dans le cadre d'un jeu par exemple, peut faciliter l'apprentissage.

2 - Démonstration

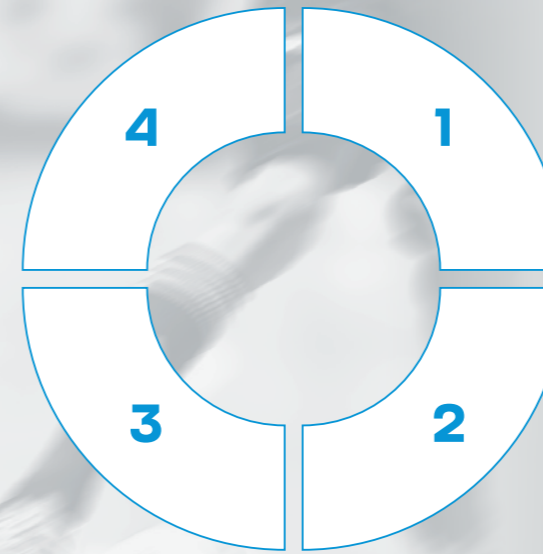
Certaines personnes, en particulier les enfants et les adolescents, parviennent à apprendre en regardant, mais il est également possible de leur demander de démontrer une technique.

3 - Application

Un jeune joueur arrivera à mieux comprendre de quelle manière une technique s'insère dans le jeu s'il a l'occasion de la pratiquer dans le cadre d'un exercice spécifique.

4 - Intégration

La notion de plaisir au sein d'un groupe d'apprenants est importante pour l'estime de soi et pour l'intégration sociale. L'apprentissage dans un environnement sans pression et dans lequel le joueur a la possibilité d'expérimenter sans craindre l'échec permet de développer des compétences à travers la découverte guidée.



Les phases d'apprentissage sont variées. Le tableau ci-dessous offre un aperçu de la progressivité des phases de développement :

Pour chaque phase d'apprentissage, il est important de définir des paramètres d'apprentissage afin de comprendre l'objectif. Cela permet de veiller à ce que le plan d'entraînement général et chaque programme d'entraînement soient clairement définis et à ce que chaque phase assure une progression vers la suivante. Il est important de noter qu'il ne faut pas y associer une contrainte de temps, dans la mesure où chaque joueur doit se développer à son propre rythme. Si les jeunes joueurs ne maîtrisent pas encore les techniques et concepts de base, il ne sert à rien d'essayer d'appliquer des principes tactiques plus complexes.

Les jeunes joueurs doivent se développer à leur rythme et non en fonction d'un plan rigide imposée par leur entraîneur. Il est important de respecter les caractéristiques et les besoins des enfants. Le rôle de l'entraîneur consiste à comprendre dans quelle phase d'apprentissage se trouve chaque joueur et à savoir quel programme d'entraînement lui faire suivre. L'efficacité de ces choix dépend du joueur concerné.

Comme nous l'avons évoqué plus haut dans cette section, chaque phase de l'apprentissage peut être divisée en trois objectifs spécifiques : **expérimentation, acquisition des automatismes et perfectionnement.**

Expérimentation



**Acquisition
d'automatismes**



Perfectionnement

Ce n'est qu'une fois ces trois objectifs manifestement atteints par les jeunes joueurs que l'entraîneur peut envisager de passer à la phase de développement suivante. Même si leur technique n'a pas été parfaitement peaufinée, ils peuvent manifester une compréhension et une perception du jeu suffisantes pour pouvoir continuer à s'entraîner en étant mis en situation de match.



Dans le cadre de chaque phase de formation des joueurs, il est important de veiller à ce que les joueurs comprennent les actions impliquées lorsque leur équipe est en possession du ballon et lorsqu'elle joue sans ballon (attaque et défense). Mais cela doit aussi être lié à la compréhension qu'a chaque jeune joueur de la différence entre les situations où il a le ballon dans les pieds (porteur du ballon) et celles où il fait partie des quatre joueurs sans ballon lorsque son équipe est en phase offensive. Il s'agit d'une notion cruciale en futsal : les joueurs sans ballon peuvent s'avérer plus importants que le porteur du ballon lui-même, ce qui appelle à un traitement spécifique de leurs actions et intentions à l'entraînement. L'entraînement en futsal s'est souvent concentré sur le porteur du ballon. Pourtant, les joueurs qui n'ont pas le ballon jouent probablement un rôle plus important à travers l'influence qu'ils exercent sur les actions et les possibilités qu'ils offrent au porteur du ballon. On peut dire qu'il s'agit de la notion la plus importante abordée par le présent Manuel de l'entraîneur : le fait d'envisager les actions du point de vue des joueurs « passifs » (sans le ballon) au sein de l'équipe et d'orienter l'entraînement en conséquence.

Lorsque les joueurs sont en possession du ballon, il existe une idée reçue qui consiste à estimer que l'intention, sur le plan tactique, est toujours de marquer un but, alors qu'il peut aussi s'agir de conserver le ballon afin d'empêcher l'adversaire de marquer. Toutefois, dans le cadre des phases initiales d'apprentissage des très jeunes joueurs, cette possession tactique ne doit pas constituer une priorité. Il faut au contraire encourager le jeu offensif dans l'intention de marquer à travers une possession bien orientée.

5.2 Caractéristiques de l'entraîneur de futsal

Il est important de comprendre que les principes fondateurs de l'entraînement restent les mêmes quel que soit le sport concerné. Le futsal ne déroge pas à la règle. Il doit s'appuyer sur l'application de principes et méthodes modernes d'entraînement technique et tactique pour contribuer à son développement.

Cela étant, les entraîneurs-éducateurs font évoluer leur méthode en fonction de l'âge et du sexe des joueurs placés sous leur direction, ainsi que du contexte dans lequel le futsal est pratiqué (haute compétition ou loisir). La capacité à distinguer les nuances et les différences majeures peut jouer un rôle considérable pour le développement des joueurs, mais il ne faut pas oublier que l'adoption d'approches différentes destinées à faciliter la progression des joueurs peut aussi aboutir au résultat inverse. Dans cette optique, les fédérations doivent apporter leur soutien aux entraîneurs-éducateurs en veillant à ce que la pédagogie soit adaptée à l'âge et au sexe des enfants. Il est également important que les participants reconnaissent la nécessité de suivre un entraînement adapté à leur âge et à leurs capacités.

Dans le sport moderne, l'adoption de méthodes d'entraînement spécifiques aux catégories d'âge, avec le concept qui sous-tend cette approche, est une pratique courante qui bénéficie tout particulièrement aux **joueurs en développement** et aux **joueurs des catégories de jeunes**.

La pratique qui consiste à désigner des entraîneurs d'élite très expérimentés pour s'occuper de **joueurs des catégories de jeunes** et de **joueurs en développement** est considérée depuis plusieurs années comme un important frein au développement du futsal. Lorsqu'une minorité d'entraîneurs de futsal sont érigés en figures de proue, la base de connaissances reste limitée, sachant que ces entraîneurs sont souvent désignés à tous les niveaux, ce qui n'est pas nécessairement approprié. Par

exemple, il est peu probable que le sélectionneur de l'équipe nationale d'un pays soit la personne la mieux placée pour donner l'exemple en matière d'entraînement des **joueurs en développement**. Bien sûr, il saura ce qui est nécessaire pour accéder au plus haut niveau, à la fin du parcours de formation du joueur, mais comprendra-t-il les mécanismes d'apprentissage des jeunes ? Est-il immergé dans le processus pédagogique associé à la formation des jeunes ?

Indépendamment des compétences de l'entraîneur et de son domaine d'expertise (hommes ou femmes, enfants ou adultes, futsal de haut niveau ou de loisir), la liste ci-dessous se propose d'énumérer les caractéristiques idéales pour le poste. Il est possible de mettre un accent plus ou moins appuyé sur telle ou telle caractéristique spécifique en fonction du groupe de joueurs qu'il est question d'entraîner.

De la même manière, l'entraîneur doit être capable de comprendre ses joueurs et d'apprendre à les connaître. Être entraîneur ne consiste pas à imposer une solution générique immuable quelle que soit la situation. Pour obtenir les meilleurs résultats, il convient d'envisager chaque joueur de façon individuelle. L'entraîneur doit utiliser ses compétences pour savoir quelles options choisir, de quelle façon les appliquer, à quel moment il convient de les appliquer et avec quel niveau d'intensité. L'entraînement doit être conçu sur mesure pour répondre aux besoins des joueurs tout en impliquant un mélange d'interactions individuelles portant sur différents plans (technique / tactique, social, psychologique et physique). Lorsqu'un joueur se sent valorisé (ce qui peut passer par des choses aussi simples que de s'adresser à lui par son prénom), il s'implique davantage et cela renforce son estime de soi, avec à la clé un apprentissage plus efficace. Ce sont souvent les petits détails qui ont les plus grandes conséquences.

<p>1. Personnalité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Attitude positive • Juste • Ouverture d'esprit • Objectifs définis • Déterminé • Innovant 	<p>2. Qualités</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sait écouter • Sait communiquer et incarner la philosophie de l'institution • Sait s'exprimer clairement • Sait comment régler les litiges • Sait prendre des décisions sans tergiverser • Sait faire preuve d'autocritique • Sait motiver et encourager • A une conduite exemplaire (apparence, langage, ponctualité, attitude, etc.) 	<p>3. Connaissances</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniques et tactiques du futsal • Physiques • Préparation psychologique et mentale • Nutrition • Premiers soins • Capacité d'organisation • Méthode • Niveau général attendu de l'équipe et de chaque joueur 	<p>4. Conduite à éviter</p> <ul style="list-style-type: none"> • Constamment en train de crier • Critique les joueurs devant leurs coéquipiers • Se concentre sur le négatif (néglige le positif) • Fait des causeries longues et confuses • Interrompt trop fréquemment les séances d'entraînement • Répète trop les mêmes exercices • Propose des exercices trop longs • Insiste sur des objectifs prédéfinis malgré leur inadéquation
--	---	--	---

Prérequis spéciaux en matière de gestion / enseignement technique des enfants

<p>Profil d'un entraîneur-éducateur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Connaissances sur les caractéristiques physiques et mentales des enfants (phases de développement) • Exemplaire et toujours disponible • Intéressé par les enfants et leurs rêves • Capacité à entretenir de bonnes relations avec les parents 	<p>Code de bonne conduite</p> <ul style="list-style-type: none"> • Met l'accent sur la notion d'apprentissage par le jeu • Réserve un bon accueil à tous les enfants à l'entraînement, indépendamment de leur niveau • Encourage un esprit d'unité et d'identité • Veille à ce que chaque enfant se sente en sécurité et valorisé • Donne de la confiance aux enfants et les encourage • Ne traite pas les enfants comme de petits adultes • Ajuste les équipements utilisés et la taille du terrain • N'insiste pas sur la dimension compétitive – laisse les enfants jouer et apprécier le jeu • Sait équilibrer les équipes (par exemple répartit les enfants dans des catégories d'âge) • Ne permet pas des écarts excessifs au score lors des matches d'entraînement
--	--



5.3 Entraînement en fonction des catégories d'âge

Chaque joueur se développe à son propre rythme, apprend à sa propre manière et présente des besoins différents sur le plan social, psychologique et physique. Pour mieux appréhender ces différentes facettes chez chaque joueur au fil de son évolution, il est nécessaire d'avoir des connaissances sur la catégorie d'âge concernée.

Les besoins des adultes diffèrent fondamentalement de ceux des jeunes, mais entre 5 et 18 ans, ces besoins sont encore plus variables et requièrent donc une approche spécialisée.

Il est impératif que les joueurs passent toujours au premier plan et que l'apprentissage et le développement soient axés sur les joueurs eux-mêmes. Il faut identifier les besoins des joueurs et élaborer un plan d'apprentissage pour maximiser le développement de chaque joueur et les opportunités qui s'offrent à lui.



6.1 Comprendre les besoins du joueur en développement

Il est crucial pour l'entraîneur de comprendre que tous les joueurs se développent à leur propre rythme lors de chaque phase d'apprentissage et que les besoins de chaque joueur en matière de développement sont uniques. Par conséquent, l'entraîneur a besoin d'adopter un style de pédagogie flexible associé à une compréhension de l'apprentissage, de façon à pouvoir communiquer avec chaque joueur pour lui apporter un soutien adapté à sa propre phase de développement.



La capacité à comprendre comment fonctionne l'apprentissage chez les joueurs (et surtout les différentes manières dont les joueurs peuvent apprendre) dans les différentes phases de leur cycle de développement fait partie des compétences clés d'un entraîneur. Il est fondamental de savoir sur quoi doit porter l'entraînement et à quel moment, en ayant conscience que différents besoins coexistent au sein de chaque groupe de joueurs, en particulier quand on entraîne de **joueurs en développement** (de 6 à 12 ans).

Il est tout aussi important d'avoir conscience du fait que les différents styles d'entraînement et l'application de types de séances spécifiques doivent varier au fil des phases de formation des joueurs en raison de la nécessité de s'adapter aux différentes catégories d'âge. Concrètement, la façon dont on entraîne les jeunes diffère fondamentalement de la façon dont on entraîne les adultes. Si on souhaite obtenir les meilleurs résultats pour les joueurs en développement, il est peu conseillé de faire appel à un même entraîneur disposant des mêmes compétences. Pour permettre aux joueurs de se développer et d'acquérir des connaissances spécifiques à long terme, il est indispensable de savoir adopter

un style d'entraînement approprié correspondant aux besoins et aux capacités des joueurs et leur permettant de comprendre les choses et de s'y impliquer. Quand on fournit aux joueurs une expérience d'apprentissage qui les encourage à persévérer, on favorise fortement leur implication personnelle. Quel que soit leur âge, les joueurs veulent s'amuser, mais là où les adultes trouvent leur satisfaction dans la participation à une activité complexe et couronnée de succès, la complexité risque de constituer un frein à la compréhension et donc au plaisir des plus jeunes. En conséquence, proposer des exercices complexes peut fonctionner avec des joueurs adultes de haut niveau, mais ce n'est pas une pratique adaptée à l'entraînement des **joueurs en développement**.

Les différents styles et approches d'entraînement doivent être appropriés et adaptés de façon à optimiser les résultats. Les besoins des enfants doivent toujours passer au premier plan. Par exemple, comprendre les limites de la capacité d'attention des jeunes et de leur capacité à retenir des informations lors de blocs d'apprentissage prolongés fait partie des éléments clés des entraînements à proposer dans les différentes catégories d'âge.

Face à des joueurs de six à douze ans, l'entraîneur doit être encouragé à utiliser autant d'exercices à base de jeu qu'il est possible d'organiser afin d'obtenir les résultats techniques voulus, de façon à permettre aux joueurs d'avoir de multiples occasions de se familiariser avec le jeu. Les enfants ont envie de « jouer », cela fait partie des caractéristiques fondamentales de tout enfant. Il convient donc de s'appuyer sur cette dimension. Lors d'une séance d'entraînement, quand un enfant demande « on peut jouer un match ? », il est toujours préférable de répondre « oui » plutôt que d'insister sur un plan d'entraînement constitué d'exercices structurés avec un terme imposé par l'entraîneur. L'entraîneur ne doit surtout pas réprimer le désir de jouer : il doit l'utiliser au bénéfice des enfants. Imposer des exercices complexes ou fondés sur une méthode d'entraînement linéaire génère peu de résultats et tend à comprimer l'apprentissage au point de limiter l'expérience de jeu des jeunes joueurs. Cela peut entraîner chez eux une certaine lassitude et une implication moindre dans les activités proposées, mais cela fait surtout perdre aux jeunes des occasions d'apprendre des choses.

Chaque fois que c'est possible, il faut confronter les jeunes joueurs à des obstacles afin de les encourager à penser par eux-mêmes et à s'adapter au jeu pour trouver des solutions. Stimulez leur imagination dès le plus jeune âge, aussi bien individuellement qu'en tant qu'équipe. Ce sont les fondements indispensables à la formation de meilleurs joueurs de futsal sur le plan technique et tactique. L'apprentissage est moins efficace lorsqu'il s'appuie sur des exercices définis dans un cadre d'entraînement rigide qui vise à obtenir des résultats arbitraires et prédéterminés en fonction des besoins de l'entraîneur et non des joueurs. Au cours de cette phase de formation des joueurs, l'entraînement doit mettre l'accent sur le positif et rester intéressant tout en motivant les joueurs, mais il doit surtout rester un plaisir pour les enfants. Le processus doit aussi être gratifiant pour l'entraîneur, qui doit être en mesure de constater les progrès de ses joueurs et les bénéfices qu'ils ont tirés des différentes activités.

Les méthodes d'entraînement et d'apprentissage pour les enfants sont en pleine mutation. Les sociétés modernes reposent davantage sur les interactions bénéfiques dans un environnement qui comporte moins de contraintes, au-delà de celles imposées par le temps. En futsal, l'entraînement doit pouvoir s'adapter aux grandes évolutions méthodologiques en cours. Il n'est possible d'y parvenir qu'en gardant l'esprit ouvert à des changements susceptibles de remettre en cause les pratiques établies, aussi bien chez les entraîneurs que chez les joueurs, et visant en particulier à dissiper les idées reçues sur l'efficacité supposée des exercices complexes.

Un entraîneur-éducateur doit être capable de concevoir pour les joueurs en développement des exercices ludiques qui font écho à des situations de match, tout en orientant les conditions de jeu de façon à obtenir le résultat voulu en laissant les enfants jouer. Bien sûr, l'entraînement technique individuel est toujours appelé à jouer un rôle important, dans la mesure où chaque joueur a besoin de conseils et d'assistance pour corriger ses erreurs et apprendre à trouver des solutions. Mais dans l'idéal, cette dimension de l'entraînement ne devrait pas occuper au total plus du quart d'une séance d'entraînement. C'est ce qui permet de faire en sorte que la séance reste axée sur les joueurs et non sur l'entraîneur. Pour certains, il s'agira d'un véritable changement de paradigme dans un contexte où l'entraîneur a toujours joué le rôle de la personne qui fournit les solutions. Il ne faudrait toutefois pas en conclure que cette philosophie d'entraînement reposant sur le jeu libère l'entraîneur de ses responsabilités : il doit toujours intervenir pour aider les jeunes joueurs à obtenir de meilleurs résultats.



Trouver le bon équilibre en la matière devient une compétence à part entière pour les entraîneurs. Il est d'ailleurs important de souligner que l'entraîneur conserve un rôle fondamental à jouer au sein de cette méthode d'apprentissage fondée sur les contraintes créatives. En effet, l'entraîneur-éducateur dans les catégories de jeunes doit être polyvalent et réactif pour pouvoir s'adapter aux situations multiples qui émanent d'un jeu imprévisible par essence. Cette philosophie d'entraînement représente donc aussi un défi à relever pour l'entraîneur.

Chaque enfant est un athlète en puissance. Les **joueurs en développement** sont des entités complexes. Ils ont tous des besoins différents liés au fait que leur esprit et leurs capacités physiques ne sont pas complètement développés. Face à des joueurs de cet âge-là, interagir individuellement avec tous les joueurs peut prendre beaucoup de temps. De plus, si la même attention n'est pas portée à tous les joueurs pendant les séances d'entraînement, cela peut entraîner des disparités dans le développement des uns et des autres. De plus, les besoins de tous les joueurs sont eux-mêmes évolutifs et changent à des rythmes différents au fur et à mesure de leur maturation. La première priorité reste toutefois pour eux d'acquérir la maîtrise du futsal à leur propre rythme en fonction de l'évolution de leur compréhension du jeu et de leurs capacités.

Le cerveau continue à se développer jusqu'à l'âge de 25 ans environ, mais en parallèle, les capacités motrices et la compréhension du jeu se développent aussi de façon à doter chaque joueur des moyens de trouver des solutions face aux difficultés qui se présentent à lui dans le jeu. En vieillissant, les joueurs acquièrent la capacité à mieux comprendre les situations complexes et à formuler des solutions adaptées. Ce processus naturel peut être freiné si on leur fournit les solutions à travers des séances conçues par un adulte, doté de capacités que les jeunes n'ont pas encore. C'est une définition possible des « méthodes d'entraînement linéaires » que nous avons évoquées, dans le cadre desquelles le résultat est prédéterminé par la structure même de l'exercice et s'obtient par la répétition, en l'absence de variation significative des contraintes de jeu.

La difficulté réside dans le fait qu'il s'agit non pas de penser l'entraînement à partir de la compréhension complètement formée d'un adulte mais du point de vue plus simple d'un enfant, moins avancé mais caractérisé par son esprit de curiosité. L'entraîneur doit encourager les jeunes joueurs à se confronter aux difficultés pour atteindre un certain niveau de compréhension de la complexité en fonction de leurs capacités et de celles de leur équipe, de façon à pouvoir trouver les bonnes solutions. L'entraîneur-éducateur doit viser à créer des occasions de jeu qui encouragent les joueurs à se confronter aux difficultés qui naissent du caractère imprévisible du jeu. Les joueurs finissent alors par trouver les solutions par eux-mêmes en s'adaptant à des scénarios évolutifs qui se répètent rarement.

6.2 Adopter une approche fondée sur les jeux pour améliorer la compréhension du jeu

La recherche dans ce domaine (à travers l'approche dite « *Teaching Games for Understanding* ») tend à confirmer la théorie selon laquelle le caractère aléatoire des situations de jeu fournit de multiples occasions d'apprendre des choses et offre aux joueurs une expérience dans laquelle ils pourront puiser à l'avenir. Cette approche diffère de celle qui s'appuie sur un enchaînement linéaire d'exercices répétitifs visant des objectifs prédéterminés, dans la mesure où il est rare de retrouver en jeu une situation se rapprochant de la configuration des différents exercices.

Face à l'incertitude qui caractérise les situations difficiles et imprévisibles auxquelles ils sont confrontés, les jeunes joueurs sont obligés de s'adapter à chaque scénario. Ce faisant, ils améliorent leur façon de penser, mettent leurs capacités en pratique et renforcent leur capacité à prendre des décisions instantanées. Par sa nature même, le futsal tend à proposer régulièrement des situations de ce genre, où les joueurs doivent mettre en jeu leurs capacités physiques, techniques, tactiques et mentales.



Les exemples de séances d'entraînement proposés dans le cadre du présent Manuel de l'entraîneur doivent être utilisés au bon moment dans les différentes phases de développement, lorsque les joueurs possèdent les capacités techniques leur permettant de tirer bénéfice de ces exercices. Les exercices complexes ne doivent pas être inclus dans le programme d'entraînement des joueurs en développement et n'être introduits que chez les jeunes joueurs.

D'un autre côté, il convient d'encourager les joueurs en développement à simplement jouer dans une configuration définie par l'entraîneur au moyen de contraintes qui reflètent des situations de jeu (5 contre 5 avec les différents scénarios de surnombre et sous-nombre) dans le but d'atteindre les objectifs définis pour la séance (par exemple en termes de passes, contrôles de balle, conduite de balle, feintes, défense en un contre un, tirs à deux contre un, jeu dans le troisième tiers en infériorité numérique, phase offensive en surnombre, etc.).

Face à des joueurs de cet âge, il est peu probable de parvenir à obtenir des résultats intéressants en appliquant des concepts tactiques avancés, dans la mesure où le cerveau des enfants les pousse davantage à l'exploration et à la découverte qu'à l'apprentissage pur. Il faut donner aux enfants la possibilité de former leur propre compréhension basique du jeu en jouant. À cet âge, la dimension tactique doit se concentrer sur la compréhension générale des structures du jeu et des principes sur lesquels reposent :

- la défense ;
- l'attaque ; et
- la contre-attaque.

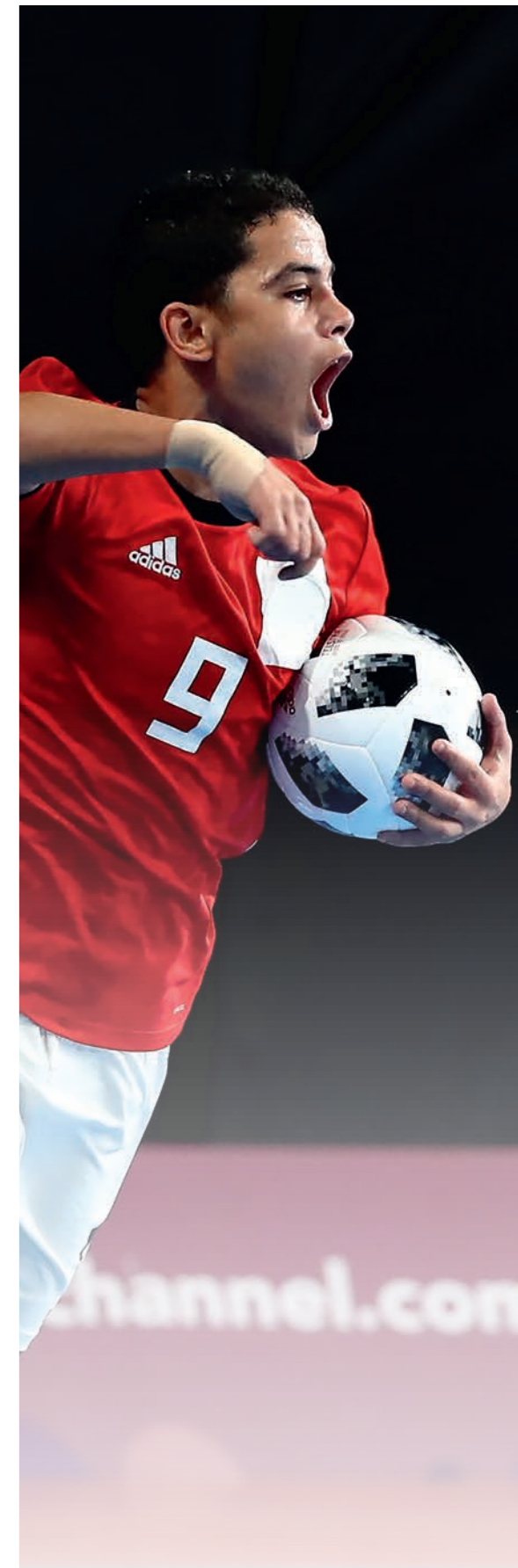
L'introduction d'un enseignement de mouvements complexes doit être réservée aux jeunes joueurs (de 13 à 18 ans), à un moment où les joueurs doivent, en principe, posséder un arsenal technique plus varié et être plus ouverts à l'apprentissage de concepts complexes.

L'entraîneur doit veiller à ce que les **jeu**ers en développement aient l'occasion de s'exprimer et de développer leurs capacités techniques individuelles, sur lesquelles le présent Manuel de l'entraîneur reviendra plus longuement dans une partie ultérieure.

Ce concept nécessite aussi de la part de l'entraîneur une certaine compréhension des espaces, du nombre de joueurs et de la taille de terrain adaptés à la catégorie d'âge concernée. Par exemple, faire jouer des U-9 sur un terrain de futsal réglementaire (40 m x 20 m) ou avec un ballon réglementaire n'a aucun sens. Tous ces différents aspects doivent faire l'objet d'une mise en place soigneusement pensée, dans la mesure où il s'agit d'un pan fondamental des entraînements à proposer dans les différentes catégories d'âge.

Dans les premières années d'apprentissage, le fait d'avoir été exposé à toute une variété de situations de jeu permet aux jeunes joueurs d'imaginer et de créer de nombreuses possibilités. On peut partir du principe que cela contribue à retarder la prise de décision. Une fois que les joueurs ont acquis de l'expérience grâce aux différents processus d'apprentissage (par découverte guidée ou par tâtonnement), c'est le moment de développer leur capacité à trouver les solutions possibles et de les encourager à tenter des choses et à expérimenter. Or l'œil expert de l'entraîneur est déjà formé, ce qui le porte moins à l'expérimentation. Mais s'il impose sa vision aux joueurs en développement, cela ralentit leur processus d'apprentissage et limite de façon significative les résultats obtenus et le processus de prise de décision. Avant toute chose, les enfants doivent être exposés à un environnement qui favorise et facilite le traitement d'un certain nombre d'informations, dont l'accès est rendu complexe par les interférences qui ont lieu dans le contexte d'un jeu à la configuration imprévisible. C'est à partir de ces concepts qu'il devient possible d'obtenir de meilleurs résultats à long terme.

Dans l'esprit d'un débutant, les possibilités sont multiples. Dans celui d'un expert, elles sont peu nombreuses. Il est donc important que l'entraîneur ne limite pas les occasions d'apprendre en réduisant arbitrairement l'espace des possibilités.



6.3 Un programme d'entraînement

Les **joueurs en développement** doivent être encouragés à progresser en faisant l'expérience du jeu. Il faut veiller à consolider leurs capacités techniques pour leur permettre, au fil de leur progression, de jouer un rôle clé sur le plan tactique pour leur équipe.

Pour y parvenir le plus efficacement possible, il faut adopter une approche guidée de l'apprentissage et de l'acquisition des compétences. Nous avons déjà établi qu'une approche uniformisée ne convenait pas aux joueurs en développement et que les besoins de chaque enfant doivent toujours passer au premier plan. Il faut donc établir pour chaque enfant un programme d'entraînement sur mesure conçu pour répondre à ses besoins. Qu'il soit écrit ou informel, un tel programme doit viser à la réalisation simultanée de quatre objectifs dans le cadre de l'expérience d'apprentissage :

- 1 **veiller à répondre aux besoins de l'enfant**
- 2 **aider le joueur à se familiariser avec les concepts et sujets abordés et à en avoir une bonne compréhension**
- 3 **faire en sorte que l'enfant développe une aptitude technique unique qui lui permette de s'insérer dans le jeu et de nouer une relation technique avec les autres joueurs**
- 4 **pousser l'enfant à acquérir de bonnes habitudes et à développer des attitudes et des caractéristiques à même de l'aider à s'améliorer tout en s'amusant**



Les joueurs qui n'ont pas encore des aptitudes techniques très développées ne sont pas faciles à utiliser sur le plan tactique : il faut donc faire en sorte de développer simultanément les intentions techniques et tactiques chez les joueurs des catégories de jeunes.

On peut considérer qu'à cet âge, les joueurs en sont encore à la phase d'expérimentation, ils acquièrent une certaine compréhension du jeu et sont encouragés à tenter un maximum de choses, en acceptant la possibilité de faire des erreurs. C'est la seule manière pour un entraîneur de créer un environnement positif qui invite à une découverte guidée ou à procéder par tâtonnement, entre autres mécanismes d'apprentissage. L'erreur ne réside pas dans le fait de tenter des choses et d'échouer,

mais dans le fait de ne pas apprendre faute de tenter des choses.

Les **joueurs en développement** doivent être encouragés à être curieux et à expérimenter quand ils font face à des difficultés qui se présentent dans le jeu, plutôt que de se contenter d'un entraînement coupé des multiples configurations qui se présentent naturellement dans le jeu en raison de son caractère imprévisible. Dans cette optique, les **joueurs en développement** doivent bénéficier de davantage d'opportunités de s'entraîner par le jeu plutôt que dans un environnement structuré qui oriente les joueurs vers l'obtention de résultats prédéterminés.

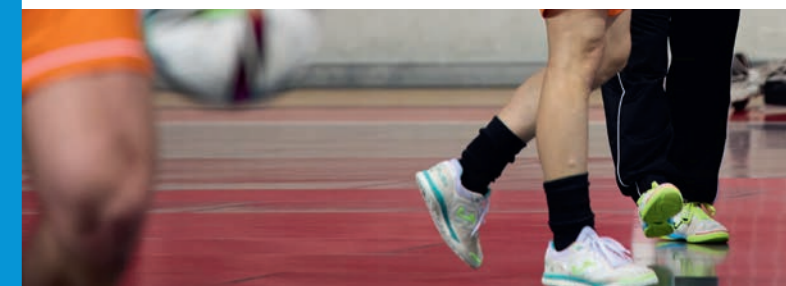
En ce qui concerne les éléments techniques constitutifs du futsal, où il est crucial d'encourager la compréhension du jeu et l'expérimentation dans le jeu pour développer des joueurs dotés des capacités techniques nécessaires à la construction d'actions s'appuyant sur une dimension tactique, on peut les séparer en deux catégories distinctes : les éléments techniques actifs et les éléments techniques passifs. En d'autres termes, la technique avec ballon et la technique sans ballon (cette dernière subdivisée entre les phases offensives et les phases défensives). Ces éléments peuvent être regroupés comme suit :

- Passe
- Contrôle
- Conduite de balle
- Dribble
- Frappe au but
- Feinte pour passer / faux appel
- Duel
- Mise en place d'un bloc
- Défense dans la profondeur
- Interception
- Démarquage
- Bloquer une attaque adverse
- Prérequis aux différents postes : ailier, défenseur, attaquant, gardien, etc.
- Capacité à jouer des deux pieds
- Protection du ballon
- Soutien au joueur en possession du ballon
- Création d'espaces
- Comblant un espace
- Déplacements (des coéquipiers et de l'adversaire)
- Gestion et compréhension du rythme du match
- Jeu deux par deux
- Priorité au jeu vers l'avant
- Conservation du ballon
- Mise en valeur du jeu de possession
- Actions individuelles en possession du ballon (phase offensive)
- Actions individuelles sans le ballon (phase défensive)
- Actions collectives en possession du ballon (phase offensive)
- Actions collectives sans le ballon (phase défensive)
- Organisation défensive de base
- Organisation offensive de base

Au regard de la variété inhérente au futsal, cette liste ne se veut ni exhaustive ni définitive. Elle donne simplement un aperçu de la variété des facettes techniques liées au développement des jeunes joueurs que l'entraîneur doit prendre en considération.

6.4 Entraîner le joueur en développement

Pour les joueurs en développement (de 6 à 12 ans), l'entraîneur intervient surtout à titre de guide, pour faciliter le processus et créer l'environnement, encourager les joueurs à s'amuser en leur permettant de jouer et de vivre le futsal dans sa dimension ludique, tout en ne perdant jamais de vue le besoin de faciliter la progression et l'apprentissage individuel de chaque joueur. Lorsqu'il est nécessaire de corriger quelque chose ou de prodiguer quelques conseils, cela doit se faire de façon subtile, sans faire appel à des concepts trop complexes et, d'une manière générale, en mettant les joueurs dans des situations de jeu où ils doivent trouver des solutions par eux-mêmes, plutôt qu'en leur donnant des instructions individuelles qui explicitent les solutions à trouver.



À cet âge-là, les priorités doivent être articulées autour de trois facteurs : le jeu, l'environnement et les relations. Bien qu'il convienne de considérer ces facteurs comme faisant partie intégrante du continuum du processus d'apprentissage, ils n'en ont pas moins une influence majeure sur l'apprentissage dans la petite enfance.

À ce stade de leur développement individuel, tous les enfants ont les mêmes besoins intrinsèques. Il n'y a rien qui justifie l'adoption de styles d'entraînement différents pour les filles et les garçons. Leur parcours d'apprentissage est unique quoi qu'il arrive. Ce n'est qu'avec l'arrivée de la puberté que les plans d'entraînement devront être adaptés, même si la thématique générale doit rester la même en vue du développement de joueurs polyvalents.



Introduction

Avec le passage à l'adolescence, les joueurs changent de multiples manières. Garçons et filles évoluent à des rythmes différents lors de la puberté, ce qui doit pousser à adopter une approche flexible. La différence la plus importante n'est pas seulement d'ordre physique : elle porte aussi sur leur capacité à apprendre en restant curieux et ouvert d'esprit. C'est ce qui rend les joueurs des catégories de jeunes plus faciles à entraîner. Il est alors possible de leur faciliter l'apprentissage dans la mesure où ils ont une meilleure capacité d'attention et une réelle soif de connaissance. L'entraîneur doit tirer parti de cette opportunité.



Dans les années de développement qui ont précédé, les **joueurs des catégories de jeunes** ont développé des aptitudes techniques qui doivent leur permettre de bénéficier de séances d'entraînement qui ne reposent plus uniquement sur des mises en situation de match. Ils sont désormais capables de comprendre l'utilité des exercices dans le contexte du jeu. Tout cela constitue les fondements techniques qui doivent avoir été mis en place chez les **joueurs en développement**.

Cette approche permet aux entraîneurs de faire prendre conscience aux joueurs de la dimension technique et tactique du jeu en présentant les mouvements qui mettent les joueurs, à titre individuel et collectif, en situation d'influer sur le déroulement du match. Il ne s'agit bien sûr pas d'un brusque changement de paradigme d'entraînement dès que les joueurs atteignent 13 ans. L'idée est plutôt de modifier l'approche en passant graduellement de l'acquisition d'une aisance technique à une priorité donnée à l'utilisation de ces aptitudes techniques dans un environnement plus orienté vers la tactique.

Avec le temps, les joueurs des catégories de jeunes grandissent physiquement et mentalement, ce qui renforce leur capacité à comprendre de mieux en mieux le jeu d'un point de vue aussi bien individuel que collectif. Les entraîneurs de jeunes joueurs doivent être capables d'articuler ensemble les dimensions individuelle et collective du jeu. Cela implique un mélange de travail en un contre un, d'exercices en situation de match et, bien sûr, de liberté offerte dans le jeu. C'est à cette phase du développement des joueurs que la proportion d'instructions données pendant les phases d'entraînement doit augmenter par rapport à l'approche adoptée avec les joueurs en développement.

Dans chaque section, on donnera des exemples d'entraînements fondés sur le jeu à titre indicatif pour donner une idée du travail à accomplir avec les joueurs en développement en vue d'atteindre les objectifs techniques définis dans le cadre du présent Manuel de l'entraîneur. Ces exemples n'ont pas l'ambition d'être exhaustifs, ils ne sont là que pour guider l'entraîneur.

Il convient toutefois de garder à l'esprit qu'ils peuvent être appliqués pour tous les âges et tous les niveaux techniques (moyennant une simple adaptation de la taille du terrain en fonction de l'âge et des capacités des joueurs). Les entraîneurs de toutes les catégories d'âge sont donc encouragés à les utiliser en fonction de leurs besoins.

Le Manuel de l'entraîneur de jeunes de la FIFA (pour le football) est une ressource qui fournit un complément utile au présent Manuel de l'entraîneur de futsal. Il permet de bénéficier de conseils supplémentaires quant aux nombreuses facettes des joueurs des catégories de jeunes et du travail de leur entraîneur. Les principes restent les mêmes quel que soit le format de jeu.

7.1 L'entraîneur de jeunes joueurs de futsal

D'un autre côté, les entraîneurs de jeunes joueurs (âgés de 13 à 18 ans) doivent élaborer cette phase de l'apprentissage des joueurs comme une transition : elle doit leur permettre de mieux comprendre le jeu en s'appuyant sur les capacités techniques qu'ils ont acquises pour les peaufiner en se confrontant aux difficultés rencontrées dans le jeu. C'est là que l'utilisation des situations de jeu a davantage de valeur que des exercices linéaires ou préconfigurés de façon arbitraire, dans la mesure où la confrontation au rythme fluctuant d'un match met bien plus à l'épreuve la capacité des joueurs à prendre des décisions et à les exécuter. Dans ces catégories d'âge, les joueurs font leur transition progressive vers l'âge adulte. Ils sont capables de rester concentrés plus longtemps, ce qui facilite le travail de l'entraîneur, qui n'est plus seulement de les accompagner de façon souple pour faciliter leur apprentissage. Les joueurs des catégories de jeunes sont mieux à même d'évoluer à l'entraînement dans le cadre d'exercices plus structurés. Dans les catégories d'âge les plus avancées (de 15 à 18 ans), à mesure que les joueurs développent leurs aptitudes techniques, les entraîneurs peuvent dépasser le simple stade de la pédagogie en les mettant délibérément dans des situations difficiles pour les pousser à devenir plus polyvalents. Cela doit leur permettre d'élever leurs seuils de performance. Dans ces exemples, l'entraîneur se transforme en facilitateur

d'apprentissage, à la recherche de façons innovantes de stimuler les joueurs en leur imposant des contraintes de jeu dans le cadre des séances d'entraînement, tout en étant toujours attentif à encourager les joueurs dans leur processus de prise de décision.

Il est plus facile d'aider les talents à se développer chez les 13-18 ans si les phases de développement des capacités techniques individuelles ont été efficaces. Les résultats obtenus durant la phase de développement seront plus évidents si les concepts sous-jacents associés aux joueurs en développement sont consolidés au plus tôt de façon à mettre en avant la prise de décision en impliquant les joueurs dans des situations de jeu imprévisibles à même d'assurer chez eux le développement précoce de la compréhension du jeu.

Pour l'entraîneur, l'adaptation en fonction de l'âge nécessite de travailler différemment et d'avoir un contact et un style de communication distincts de ce que requiert, par exemple, le travail avec des adultes. Le ton à adopter, le dialogue avec les joueurs et la façon de bâtir une relation avec eux, la gestuelle, le contact physique : tout cela doit être adapté et modifié dans le cadre de tout travail avec des enfants et de jeunes joueurs.



Les **jeu**rs en développement (de 6 à 12 ans) risquent de ne pas tirer de bénéfices d'entraînements ou de matches qui impliquent un arbitrage formel. Il convient donc de ne pas y recourir pendant les phases de jeu. Il est important pour les joueurs d'apprendre le jeu en se confrontant aux contraintes appliquées lors de séances de jeu, afin de leur permettre de s'approprier leur apprentissage et d'acquérir une meilleure compréhension du jeu à leur rythme et à leur manière. Le fait de pousser tous les jeunes joueurs à s'approprier le processus d'apprentissage à l'entraînement constitue une composante cruciale pour favoriser chez eux l'innovation et l'imagination sans recourir au contrôle imposé de façon autoritaire par un entraîneur. Les entraîneurs doivent être capables de structurer les phases de jeu proposées à l'entraînement en y adjoignant des contraintes qui s'inspirent des Lois du Jeu de Futsal de la FIFA. Les enfants aiment évoluer sans contraintes imposées dans l'intérêt des adultes et ils tendent à créer progressivement leurs propres règles et limites pour refléter les vraies situations de match, mais il faut veiller à ce que ces règles et limites soient toujours réalistes et conformes à ce qu'on peut retrouver en match.

Pour certains jeunes joueurs, le temps passé à s'entraîner ou à jouer au futsal est l'unique moment de la journée où ils ne sont pas sous le contrôle direct d'un adulte. Il convient donc de créer un environnement où ils se sentent bien, en sécurité, où ils peuvent s'amuser, s'approprier le jeu, développer des valeurs qui leur sont propres, et surtout où ils auront envie de revenir.

Pendant la phase des **jeu**rs en développement (de 6 à 12 ans), les joueurs développent leurs capacités motrices et leur compréhension du futsal dans sa dimension technique. Les séances axées sur le jeu doivent encourager les joueurs à s'impliquer techniquement dans le jeu et à apprendre par eux-mêmes les principaux mouvements fondamentaux du jeu, sans considération tactique. La tactique n'a pas grande valeur tant que les joueurs ne disposent pas des capacités techniques leur permettant de s'adapter aux différentes configurations du jeu. L'acquisition de la technique doit être l'objectif principal entre les âges de six et douze ans.



7.2 Un programme d'entraînement pour jeunes joueurs

Les jeunes joueurs (de 13 à 18 ans) doivent déjà posséder un bagage technique à même de leur permettre d'appliquer efficacement des concepts techniques et tactiques plus avancés. Au fur et à mesure qu'ils mûrissent, ils en ressentent les effets dans leur expérience du jeu. En retour, le plaisir de jouer et les résultats gratifiants qu'ils obtiennent les poussent à rester impliqués dans le futsal.

Si les joueurs entrent dans cette phase avec des limitations techniques ou sans posséder une compréhension suffisante du jeu, l'exécution de plans tactiques s'avérera beaucoup plus difficile, indépendamment de leur niveau de complexité. Les entraîneurs qui travaillent avec des joueurs âgés de 13 à 18 ans commettent souvent l'erreur d'essayer de mettre en place des stratégies complexes qui nécessitent un bon niveau d'exécution technique. Si les joueurs ne sont pas en mesure d'effectuer des passes correctes, de contrôler le ballon sous pression, d'assurer sa conservation, de créer ou combler des espaces (entre autres exigences techniques possibles), les chances de réussir à appliquer un plan tactique resteront limitées.

La priorité est d'établir une liste d'objectifs généraux liés à ces catégories d'âge. Voici des objectifs possibles :

- **consolider l'apprentissage effectué lors de la phase du joueur en développement**
- **se concentrer sur la maximisation des performances** (transition du jeu de base vers le jeu de haut niveau)
- **se concentrer sur la spécialisation à un poste** (par exemple pivot ou gardien)
- **parvenir à s'imposer dans les duels**
- **adopter une approche plus physique de la possession et du jeu**
- **maîtriser la capacité à jouer des deux pieds** (passe, dribble, conduite de balle ou tir)
- **savoir défendre efficacement sur le joueur**
- **développer un plan de jeu imprévisible en s'appuyant sur un répertoire avancé / développé d'applications tactiques**
- **développer un jeu efficace se déroulant à la vitesse voulue**
- **savoir gérer le tempo du match, dans les phases défensives et offensives**
- **savoir conserver le ballon grâce à un jeu de passes précis**



7.3 Contenu spécifique

Partons du principe que les objectifs de formation des joueurs ont été établis ci-dessus. Pour atteindre ces objectifs, il est important de comprendre à quelles facettes du jeu les joueurs doivent être davantage exposés pendant cette phase de développement.

Par exemple :

- **conscience de la dimension tactique du jeu au niveau individuel**
- **conscience de la dimension tactique du jeu au niveau collectif**
- **tactiques collectives complexes**
- **compréhension de la façon dont le côté technique s'articule avec la mise en place tactique souhaitée**
- **jeu à des postes spécifiques**
- **systèmes de jeu**
- **stratégies**
- **contenu contextuel**



Ces huit domaines se subdivisent encore pour se concentrer spécifiquement sur les besoins des jeunes joueurs :

jeu de possession	jeu sans ballon
postes	défense individuelle
prise de décision (dans les duels)	placement
prise de décision (dans les duels avec le gardien)	jeu de couverture
feintes	défense collective
passes	défense en zone / marquage individuel
couverture défensive	Freiner - contraindre - bloquer
Fixer le duo	
Protection du ballon	

8.1 Jouer pour le plaisir

Il ne faut pas croire que tous les jeunes joueurs rêvent de devenir des joueurs de futsal de haut niveau. Quand ils grandissent, certains ont simplement envie de continuer à jouer pour le plaisir, ce qui revient à entretenir sa condition physique en s'amusant. Il faut encourager cette façon de voir les choses.

Il est indéniable qu'à l'échelle de la planète, il y a beaucoup plus de joueurs qui jouent pour le plaisir que de joueurs de haut niveau. Le futsal n'en joue pas moins un rôle important dans leur vie. Dans cette optique, le développement ne peut pas se concentrer sur la pratique du futsal au plus haut niveau, mais plutôt sur le chemin qui mène vers le haut niveau. C'est pourquoi le présent Manuel de l'entraîneur se propose de fournir un contexte général, des recommandations et des conseils portant sur tous les niveaux auxquels le jeu est pratiqué, en mettant l'accent sur les parcours de développement des joueurs.

Il est toutefois important de noter que ces millions d'adultes qui jouent dans le monde entier ont beau ne pas être des joueurs de haut niveau, ils ne sont pas non plus des **joueurs en développement** ou des **joueurs des catégories de jeunes**. La structure et le format de leurs séances d'entraînement / de jeu doivent donc faire l'objet d'une réflexion qui permet de les adapter de façon à générer les meilleurs résultats possibles. Cette philosophie renforce l'idée selon laquelle une approche uniformisée ne convient pas à ces catégories d'âge. L'adoption d'un style d'entraînement adapté à l'âge et aux capacités des joueurs est cruciale pour faire en sorte que tous les joueurs aient du plaisir à venir à l'entraînement et aient envie de continuer à jouer au futsal lorsqu'ils deviennent adultes.

8.2 Joueurs de niveau avancé

Comme le montre la différence des qualités requises pour les entraîneurs qui travaillent avec de **joueurs en développement** par rapport à ceux qui travaillent avec des **joueurs des catégories de jeunes**, il existe des compétences spécifiques nécessaires pour travailler avec des adultes (de plus de 18 ans). Un entraîneur établi qui possède une bonne compréhension de la dimension tactique du jeu, qui est habitué à travailler avec des joueurs adultes et qui vise différents objectifs ne constitue pas forcément le meilleur choix pour travailler avec des **joueurs en développement** ou avec des **joueurs des catégories de jeunes**. C'est un élément qu'il convient de garder à l'esprit à l'heure où le futsal connaît une progression constante, dans la mesure où les connaissances existantes sont plutôt concentrées du côté du futsal pratiqué au plus haut niveau et par les adultes d'une manière générale. C'est souvent vers ce futsal-là qu'on se tourne pour chercher des conseils, mais cette ressource peut s'avérer inadaptée aux **joueurs en développement**. Il est peu probable que les personnes qui disposent de la meilleure compréhension du jeu sur le plan technique soient aussi celles qui ont les compétences nécessaires pour travailler avec de jeunes joueurs. De la même manière, les personnes compétentes pour travailler avec de jeunes joueurs ne disposent pas nécessairement de la compréhension tactique associée au plus haut niveau et ne seront donc peut-être pas en mesure d'apporter tous les éléments nécessaires à un développement optimal des joueurs.

Les joueurs adultes diffèrent de multiples façons de ce qu'ils étaient lors de leur parcours de développement. Ils ont tous une réelle expérience du jeu et ont un savoir-faire technique et tactique, mais ce qui les pousse à continuer à jouer est très différent d'un joueur à l'autre. Selon qu'ils jouent pour le plaisir ou au plus haut niveau, les principes à la base de ce que les joueurs veulent accomplir en jouant seront différents.

Certains des principes d'entraînement associés aux joueurs des catégories de jeunes restent valides. Les joueurs pour qui le futsal est un loisir éprouvent du plaisir à jouer, mais ils n'ont pas forcément les qualités techniques requises pour mettre en œuvre des stratégies complexes. L'entraîneur doit par conséquent développer une réflexion approfondie lui permettant de structurer le jeu de façon à obtenir les meilleurs résultats tout en préservant le plaisir de jouer.

De leur côté, les joueurs qui évoluent au plus haut niveau ont davantage tendance à se focaliser sur leur désir de gagner, qui constitue leur principale motivation. Ils arrivent au plus haut niveau en raison de leurs qualités techniques, de leur savoir-faire tactique sur le terrain et de leur volonté de s'entraîner et de disputer des compétitions avec des récompenses potentielles à la clé. La coexistence de toutes ces facettes constitue une difficulté supérieure pour l'entraîneur, mais l'approche fondée sur les contraintes créatives et les méthodes axées sur le jeu n'en restent pas moins applicables ici.



Introduction

Une séance d'entraînement ne s'improvise pas. Il faut y réfléchir, comprendre ce qu'on recherche, préparer la séance et, en dernier lieu, assurer son bon déroulement.

Dans cette section, nous allons aborder les questions clés à propos des séances d'entraînement : de quoi il s'agit, pourquoi organiser des séances d'entraînement et comment les organiser.

La conception et le développement d'une séance sont des éléments importants dans l'optique de notre approche de l'entraînement fondée sur les contraintes créatives. Un entraîneur doit être capable de repérer tout problème dans le jeu au cours de la séance et prévoir ou ajuster les contraintes dans les exercices pour obtenir les résultats voulus et donc atteindre les résultats fixés pour la séance. Il faut pour cela avoir une capacité d'observation supérieure et bien comprendre chaque joueur, ses capacités et ses besoins. Une fois la séance en cours, cette capacité d'observation sert aussi à modifier les contraintes sans tarder pour optimiser l'exercice, ce qui s'avère toujours nécessaire. Il s'agit d'un processus continu tout au long de la séance d'entraînement.

9.1 Interventions de l'entraîneur

Les **joueurs en développement** ont envie de jouer. Ils n'ont aucune envie d'être interrompus par un entraîneur adulte alors que l'environnement de jeu qui a été créé pour eux leur permet de jouer, d'exceller, d'expérimenter et, par-dessus tout, de s'amuser.

À cet âge, il convient donc d'interrompre les séances aussi peu que possible. Il ne faut le faire que si cela permet d'apporter une vraie valeur ajoutée. Dans le cas contraire, il faut se demander s'il est vraiment nécessaire d'intervenir.

Face à de jeunes joueurs, l'entraîneur doit absolument comprendre à quel moment il est conseillé d'interrompre le jeu pour offrir des conseils et quel message ou quelle approche adopter dans ce cas. Les interventions doivent être soigneusement pensées de façon à ce qu'elles apportent une valeur ajoutée au lieu d'être une interruption abrupte du processus d'apprentissage. On a souvent tendance à penser qu'on va apporter une valeur ajoutée sans envisager les conséquences sur l'apprentissage lui-même.

Face à un jeune joueur, dans l'idéal, l'entraîneur devrait s'adresser à lui pour passer en revue l'activité et l'aider à trouver ses propres solutions en utilisant un certain nombre de techniques d'intervention, à l'image des suivantes :

- **Questions-réponses**
- **Découverte guidée**
- **Méthode par tâtonnement**
- **Vérification des acquis**
- **Observations et commentaires**



Les entraîneurs-éducateurs qui travaillent sur la phase de développement doivent éviter d'offrir la solution ou des solutions. Ils doivent plutôt utiliser ces différentes techniques pour impliquer les joueurs et leur faire exprimer ce qu'ils pensent pour leur permettre de trouver leurs propres solutions. Avec les jeunes joueurs, et peut-être même avec tous les joueurs indépendamment de leur âge, il est tout aussi important d'adopter une approche consistant à planifier, exécuter et réviser ses séances. Dans cette optique, les joueurs sont amenés à s'impliquer après la séance pour dire ce qu'ils ont compris du jeu, on leur offre la possibilité de remettre en cause les conseils qui leur ont été donnés et on les encourage à discuter de ce qu'ils ont réussi et des difficultés qu'ils ont rencontrées pendant la séance. Le résultat doit permettre à l'entraîneur de mieux comprendre dans quelle mesure les joueurs acceptent ce qui leur est demandé, de façon à mieux préparer les activités suivantes.

On peut considérer l'entraîneur comme un facilitateur, un organisateur et un développeur. Dans chaque cas, il convient d'appliquer pour les joueurs des mesures différentes.

L'entraîneur se retrouve dans une position où il peut aussi bien faciliter la formation du joueur que la bloquer. C'est là qu'il doit se montrer particulièrement prudent, surtout lorsqu'il entraîne des **joueurs en développement et des joueurs des catégories de jeunes**.

Entraîner, c'est en quelque sorte exercer une influence destinée à orienter la formation du joueur, ce qui est loin d'être une approche nouvelle. Le rôle de l'entraîneur est de définir, d'appliquer et de diriger un programme d'activités de développement intégré au jeu. Mais comme chaque jeune joueur est un cas particulier avec ses propres besoins et capacités, il convient de lui consacrer une attention spécifique et personnalisée. Le fait d'appliquer un processus unique qui suit une routine et un programme stricts et immuables n'aide en rien, et ce quelle que soit la valeur du processus et du programme concernés. .

L'entraîneur doit être capable de comprendre les besoins de chaque joueur et de créer des environnements d'entraînement où il sera en mesure de progresser à son propre rythme, mais il faut aussi placer le joueur dans des situations stimulantes et l'encourager et le guider vers la découverte de solutions par lui-même.

En règle générale, pour entraîner des joueurs (ou pour enseigner au sens large), on suit un programme prédéfini indépendamment des besoins du joueur, en se donnant pour objectif de procéder au développement des aspects techniques avant de prendre en considération ce qui peut le plus servir dans le contexte d'un match, avec les exigences tactiques qui y sont associées. Imaginons que nous renversions ce concept et que les exigences techniques soient développées à travers l'expérience du jeu et des scénarios imprévisibles et toujours différents auxquels les joueurs se retrouvent confrontés.

Les jeunes joueurs ont envie de jouer, c'est ce qui les motive à venir à l'entraînement. Les exercices effectués à l'entraînement émanent de la vision de l'entraîneur, dont le cerveau fonctionne de manière structurée et exige de constater des progrès simplement parce que c'est le résultat attendu, et ce souvent même s'il n'existe pas ou peu de progrès réel dans le cadre d'exercices relevant d'une méthode linéaire. Mais cette vision ne permet pas de répondre aux besoins des jeunes joueurs. Le fait de déterminer quels joueurs ont une conscience du jeu moins développée, une compréhension tactique plus limitée et souhaitent simplement jouer au ballon avec leurs camarades permet d'obtenir de meilleurs résultats grâce à l'application d'un processus et d'une méthodologie qui intègrent dès le départ les objectifs des joueurs et de l'entraîneur



Le présent Manuel de l'entraîneur se donne pour objectif de promouvoir l'utilisation de jeux à effectifs réduits et axés sur le futsal, en conservant en permanence les différentes facettes du jeu mais de façon à obtenir d'autres résultats. Tout ceci contraste fortement avec les méthodes qui reposent sur l'organisation d'exercices linéaires sans lien avec le jeu réel, conçues pour obtenir des résultats progressifs plus efficaces en vue du développement du futsal. Cela vaut pour aussi bien pour le développement des joueurs que pour celui des entraîneurs.

L'idée d'adopter une approche fondée sur le jeu n'est pas forcément nouvelle, et pourtant elle n'a pas encore pleinement touché le futsal jusqu'ici. Il existe différentes expressions qui visent à exprimer cette idée, comme « apprendre en jouant » ou « comprendre par le jeu », mais elles peuvent s'avérer trompeuses et aboutir à la création de séances de jeu pur où l'entraîneur-éducateur se cantonne à un rôle d'arbitre, ou même d'observateur, où la compréhension des besoins des joueurs ne joue aucun rôle. Ici, en utilisant une approche fondée sur le jeu, l'entraîneur doit créer l'environnement nécessaire à l'apprentissage par le jeu. L'idée est de structurer cet environnement de façon à influencer le joueur en utilisant des contraintes qui orientent les actions (et l'apprentissage) vers les objectifs de la séance.

L'environnement ainsi créé doit permettre aux joueurs d'explorer le jeu librement et surtout de progresser. Il revient ensuite à l'entraîneur de consacrer le temps

nécessaire à la compréhension des besoins de chaque joueur de façon à pouvoir ajuster les contraintes en conséquence. La notion de disruption est constitutive du futsal. En utilisant des exercices répétitifs aux objectifs prédéterminés, on supprime cette dimension du jeu, avec la variabilité à laquelle elle est associée, ce qui ne reflète pas la vraie nature du futsal et constitue donc un frein à l'apprentissage, quand elle ne l'annihile pas purement et simplement. Au fur et à mesure que les joueurs prennent conscience du jeu dans toutes ses dimensions et commencent à adapter leurs actions et réactions face aux diverses difficultés qu'ils rencontrent dans le jeu, la valeur ajoutée de l'entraîneur provient de sa capacité à faire évoluer les contraintes en cours de jeu pour faire évoluer les difficultés en question.

Le présent Manuel de l'entraîneur se propose d'explorer ces possibilités en apportant des conseils sur la façon de passer d'une méthode linéaire existante à une approche qui constitue un défi aussi bien pour les joueurs que pour l'entraîneur, fondée sur la création d'un environnement axé sur le jeu à même de répondre aux besoins de chaque joueur. D'une certaine manière, contrairement à l'application rigide d'exercices en vue d'objectifs précis et prédéterminés, cette approche nécessite une certaine compréhension de la nature humaine et de la façon dont il faut gérer les joueurs pendant les séances d'entraînement afin de répondre à leurs besoins en termes de développement.

Méthodologie d'entraînement	Consignes	Questions et réponses	Observations et feedback	Découverte guidée	Essais et erreurs
Interventions des joueurs/de l'entraîneur	L'entraîneur explique et démontre la solution requise	L'entraîneur pose une question pour obtenir une réponse de la part des joueurs	L'entraîneur et les joueurs observent	L'entraîneur pose une question ou lance un défi	Les joueurs et/ou l'entraîneur fixe(nt) un défi
Exemple	« Je veux que vous... ! »	« Qu'est-ce que vous pouvez faire dans cette situation ? »	« Regardons ça. »	« Pouvez-vous me montrer... ? »	« Essayez de... ! »
Description	L'entraîneur définit les résultats désirés pour l'exercice	L'entraîneur pose une question et les joueurs proposent une solution verbale	Les joueurs et l'entraîneur observent et commentent ensemble	L'entraîneur invite les joueurs à démontrer leur solution personnelle	Les joueurs sont encouragés à trouver des solutions avec une aide minimale

9.2 Encourager la curiosité

Quelle que soit la phase de développement dans laquelle ils se trouvent, les joueurs doivent absolument faire preuve de curiosité, puisqu'il est indispensable à leur progression de vouloir apprendre comment corriger leurs erreurs. Les erreurs doivent faire partie du processus d'apprentissage et il convient d'encourager le processus d'exploration qui y conduit, et pourtant l'erreur est encore trop souvent mal vue dans la phase de développement des jeunes joueurs. Ce n'est qu'en tentant des choses et en les ratant qu'on apprend à surmonter l'échec. Lorsqu'un joueur rate quelque chose, c'est le signe qu'il tente quelque chose, généralement une action nouvelle pour lui, ou qu'il ne maîtrise pas encore parfaitement. Il doit se retrouver dans ces situations pour pouvoir s'améliorer. Il est également fondamental de comprendre de quelle façon une erreur influence le jeu dans son ensemble. Or une erreur faite de façon isolée dans un exercice conçu pour des raisons précises risque de ne pas illustrer les conséquences que peut avoir cette erreur sur le déroulement réel du jeu. Ce n'est qu'en créant une situation de jeu où les joueurs sont libres de tenter des choses et d'expérimenter (souvent à travers un processus de découverte guidée ou par tâtonnement, ou bien lors d'une séance libre) que les jeunes joueurs peuvent comprendre et retenir les conséquences d'une telle erreur. C'est cette activité qui permet aux jeunes joueurs d'utiliser leur expérience du jeu pour tenter, dans un scénario similaire qui se présente naturellement, des choses différentes.

En tant que développeurs de joueurs, il est important de garder à l'esprit que nous devons avant tout produire des joueurs avant de pouvoir créer une équipe. Il existe une idée assez répandue selon laquelle il suffirait, pour obtenir des résultats, de passer directement au jeu en équipe sans passer au préalable par le développement des capacités techniques des joueurs (« c'est l'équipe qui fait le joueur »). C'est une erreur. Il est toutefois important que chaque joueur comprenne les principes et les concepts qui sous-tendent le jeu en équipe et sache comment il peut s'intégrer dans la structure du collectif. C'est pourquoi il est conseillé de placer les joueurs dans un contexte de jeu par équipes aussitôt que possible durant la phase de développement. Cela leur permet d'explorer et d'expérimenter sans faire intervenir de notions tactiques complexes. Cette exposition précoce au jeu en équipe et à sa dimension imprévisible contribue au développement de l'intuition et à la constitution d'un répertoire d'actions techniques et de leurs résultats, sans oublier la connaissance du futsal qui se forme.

Faire travailler la technique aux joueurs en dehors du cadre du jeu ne les prépare pas au mieux à comprendre comment ces gestes et actions s'intègrent au jeu ou peuvent être utilisés pour faire face aux situations imprévisibles qu'on rencontre en match. Plus vite on expose les joueurs en développement à différentes difficultés rencontrées dans le jeu pour leur permettre de bâtir une base de connaissances dans laquelle puiser par la suite, le mieux c'est. Il est important de commencer à bâtir cette base de connaissances au plus tôt dans le parcours de développement du joueur. Entraîner des joueurs ne consiste pas à leur offrir les solutions toutes faites mais à créer, grâce à l'imposition de contraintes spécifiques, des situations poussant le joueur, quels que soient son âge et ses capacités, à s'adapter pour trouver une solution.

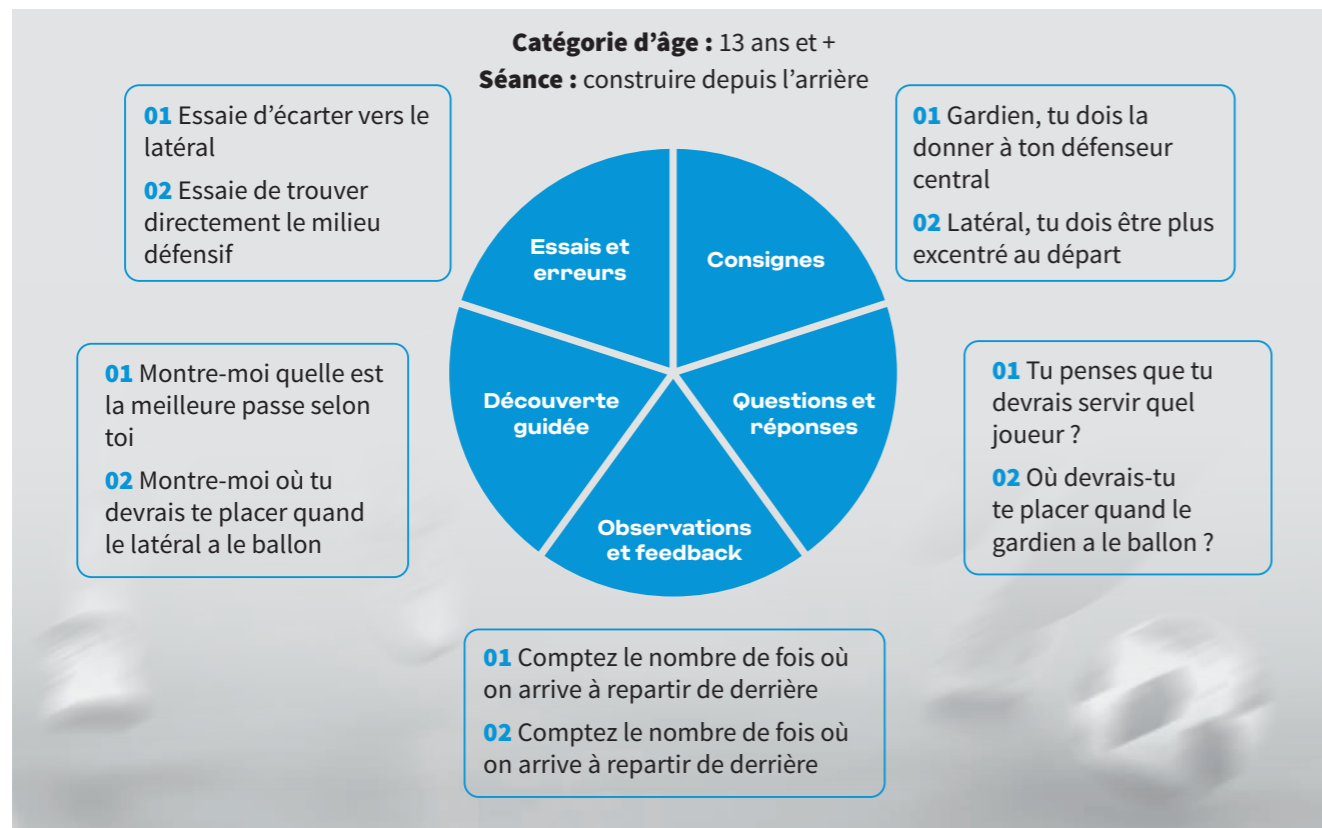
Il existe un danger qui guette le futsal, comme d'autres sports : en adoptant des méthodes d'entraînement linéaires conçues pour générer des résultats artificiels prédéterminés qui préfigurent les structures chorégraphiées du jeu de haut niveau, on risque de limiter fortement la liberté et la créativité dans le jeu. C'est ce qu'on obtient quand on aborde l'entraînement et la préparation de façon linéaire. Avec les **joueurs en développement**, cette approche est loin d'être idéale, puisqu'elle bride la créativité, l'apprentissage et le développement des joueurs et ralentit le développement du futsal lui-même. Le rôle de l'entraîneur est essentiel en raison de la nature imprévisible du jeu. Les entraîneurs sont eux aussi tenus de se former et de se préparer pour pouvoir relever ce défi.

Le futsal est un sport où la réflexion est indispensable : il s'adresse à des joueurs intelligents qui évoluent dans

un environnement où le ballon se déplace plus vite et reste en jeu plus longtemps, ce qui requiert la capacité à rester concentré sur des périodes plus longues. En raison de l'espace limité et des effectifs réduits, les joueurs (comme les entraîneurs) ont moins de temps pour réfléchir et agir. Les limites techniques imposées par la dimension physique du jeu peuvent être compensées par une capacité à penser plus vite. C'est là que la dimension psychologique joue un rôle plus important que la condition physique.

Comment faire en sorte que les **joueurs en développement** comprennent ce qu'ils ont appris et l'appliquent sur le terrain ? Cela nécessite de mettre en place pour les enfants des situations de jeu qui les impliquent et qu'ils sont **eux-mêmes** en mesure de comprendre, en restant libre de gérer leurs paramètres et de réorganiser au besoin, souvent de manière très simple. L'apprentissage est un processus de transformation qui nécessite de contextualiser les entraînements (par exemple dans le cadre d'une situation de match) plutôt que de mettre en place un environnement artificiel peu réaliste qui n'a aucun rapport avec les situations que les joueurs sont susceptibles de rencontrer en match. Dissocier l'apprentissage de son application en match est contre-productif. Cela prend souvent la forme de séances d'entraînement complexes qui n'ont qu'un rapport lointain avec le jeu. Au contraire, le fait d'adopter un format de jeu adapté permet d'obtenir des résultats en remplaçant régulièrement les difficultés opposées au joueur dans le contexte du jeu tout en misant sur sa variabilité infinie. C'est tout l'intérêt d'une approche fondée sur les contraintes créatives.





Pour pouvoir intervenir de façon pertinente, l'entraîneur doit comprendre les nombreux facteurs en jeu : les actions de jeu, les activités, les progrès effectués et, surtout, les individus. Il convient de soigneusement peser toute intervention, qui doit rester limitée et se produire au moment opportun. Il existe à cet effet différentes méthodes d'intervention visant à mettre davantage l'accent sur le joueur que sur l'objectif de la séance. L'entraîneur doit être capable de comprendre tous ces éléments et de choisir de quelle manière intervenir et à quel moment. Toute intervention doit apporter de la valeur ajoutée à la séance, en mettant toujours l'accent sur le développement des joueurs dans leur propre intérêt. Évitez d'intervenir si cela n'est pas absolument nécessaire, vous n'avez

pas besoin de cela pour justifier votre rôle. Cela permet de privilégier la fluidité de la séance et de reconnaître implicitement qu'un scénario donné a peu de chances de se reproduire à l'identique. Il est toujours possible de proposer votre retour constructif plus tard dans la séance ou bien à la fin, pendant la phase d'analyse avec l'ensemble des joueurs. Bien sûr, en contrepartie, il faut veiller à toujours donner des conseils ou des recommandations à titre pédagogique, et surtout s'assurer que les jeunes joueurs y sont réceptifs. Il existe différentes méthodes d'intervention, dans le cadre desquelles il est important d'adopter un langage approprié. Voici quelques exemples ci-dessus

9.3 Cycle évaluation - planification - exécution - révision

Le cycle évaluation planification - exécution - révision offre un cadre simplifié pour la conception d'activités d'entraînement à l'intention des jeunes joueurs, de façon à garantir un apprentissage aussi amusant et efficace pour chacun des joueurs.

Le principe de l'approche de planification - exécution - révision n'est pas nouveau en soi, ni même rarement utilisé. La phase de « révision » est toutefois souvent négligée, ou considérée comme un exercice de pure forme qui n'engage réellement ni les entraîneurs, ni les joueurs. Avant d'entamer la première phase de ce cycle, il est fondamental d'évaluer les besoins de chaque joueur et du groupe dans son ensemble. C'est ce qui donne à la séance son cadre spécifique.

Évaluation: Comprendre les besoins des joueurs.

Planification: Créer le plan de la séance en commençant par les objectifs, puis la conception et les progrès qui doivent répondre à la fois aux besoins du groupe et permettre d'atteindre les objectifs prévus. Concrètement, cette partie concerne la façon dont la séance doit aboutir à la réalisation des objectifs, le plan de la séance, les éléments techniques clés à aborder, l'implication des joueurs (tous les joueurs doivent être actifs), les contraintes à choisir (et les résultats visés), etc.

Exécution: Dans un contexte orienté vers le jeu, l'exécution doit impliquer toutes les contraintes qu'il est possible d'appliquer (espace, localisation, joueurs) en vue de mettre en œuvre le « plan » et d'effectuer des ajustements partout où cela s'avère nécessaire pour s'adapter aux besoins de chaque joueur et de l'ensemble du groupe.

Révision: Que ce soit pendant la séance ou après, il convient de consulter les joueurs et le reste de l'encadrement technique pour déterminer collectivement si la séance a permis d'atteindre les objectifs et pour déterminer ce qui peut être amélioré ou doit être repensé. Il n'est pas nécessaire d'y consacrer un temps très long, peut-être entre 5 et 10 minutes après la séance. Il convient en revanche d'y inclure des questions ouvertes à l'intention des joueurs et d'apporter un feedback direct ou de leur demander d'expliquer les résultats qu'ils ont obtenus à partir de ce qu'ils ont découvert pendant la séance.

La phase de révision doit s'articuler en deux parties : dans un premier temps juste après la séance en compagnie des joueurs, où il faut essayer de les amener à se charger de la révision eux-mêmes pour pouvoir mesurer leur degré d'apprentissage et de compréhension, tout en proposant à leur jugement certains développements et adaptations et une perspective de progression. Dans un deuxième temps, l'entraîneur doit passer en revue le feedback proposé par les joueurs et le mettre en parallèle avec le sien et, le cas échéant, celui des autres entraîneurs ou de l'encadrement technique.

Ces exemples ne sont donnés qu'à titre indicatif : chaque phase compte de nombreuses facettes différentes et c'est à l'entraîneur qu'il revient de trouver sa propre manière de faire les choses.

Pour adopter une approche planification - exécution - révision, il convient de tenir compte des éléments suivants :

- **Objectifs** (techniques, tactiques, physiques, psychologiques)
- **Période de la saison**
- **Semaine de la saison**
- **Jour de la semaine**
- **Match précédent et match suivant**
- **Nombre de séances prévues dans la semaine**
- **Résultats de la précédente séance d'entraînement**
- **Nombre de joueurs disponibles**
- **Niveau technique, tactique et physique général des joueurs**
- **Considérations d'ordre technique, tactique, physique et psychologique de la séance**
- **Postes et responsabilités des joueurs disponibles (y compris les gardiens)**
- **Installations et équipements / ressources d'entraînement disponibles**
- **Conditions météo (température, humidité, etc.) – dans certains pays, le futsal ne se joue pas nécessairement en intérieur**



9.3.1 Explication – styles de communication

- **L'objectif ou les objectifs de l'exercice**
- **Le rôle de chaque joueur, en fonction de ses responsabilités**
- **Utilisation de ressources adaptées (par exemple la vidéo ou un tableau tactique)**

Cela peut prendre la forme d'instructions données à l'oral, de défis à proposer aux joueurs ou de directives générales. Il faut cependant garder à l'esprit le fait que les jeunes joueurs sont susceptibles de perdre le fil très rapidement. L'utilisation d'aides à l'entraînement, comme les tableaux tactiques, les tableaux blancs ou les plans de séance, permet d'impliquer les jeunes joueurs rapidement et plus efficacement qu'en se contentant de leur parler. Le fait d'impliquer les jeunes joueurs en les questionnant ou en les mettant à l'épreuve pour leur permettre de comprendre les enjeux, voire en les encourageant à créer eux-mêmes la séance d'entraînement, leur apporte une réelle valeur ajoutée qui est très gratifiante pour eux. En amenant les joueurs à envisager la possibilité de s'imposer des contraintes pour stimuler leur créativité dans le jeu, on leur permet de découvrir leur propre compréhension du jeu ou leur propre envie d'élever le niveau de difficulté. Pousser les joueurs à parler entre eux des résultats visés en vue de trouver une solution est un moyen gratifiant de les encourager à adopter pour eux-mêmes certains principes de jeu.

9.3.2 Démonstration – par l'entraîneur ou par les joueurs

Certains joueurs (et entraîneurs) apprennent plus facilement les choses lorsqu'ils les voient. C'est pourquoi la démonstration visuelle est un outil d'apprentissage précieux. Il est toutefois certain que tous les entraîneurs ne possèdent pas nécessairement la confiance en eux ou même les qualités techniques requises pour effectuer des démonstrations efficaces. Dans ce cas, il est tout à fait approprié de désigner un joueur ayant démontré sa capacité à exécuter une action donnée pour lui demander d'en faire la démonstration aux autres. Les autres joueurs seront ainsi plus enclins à penser qu'ils ont les moyens de réussir le geste ou l'action en question que si la démonstration en avait été faite par un adulte. Dans cette optique, il est également important de veiller à ce que la responsabilité d'effectuer les démonstrations soit également partagée par l'ensemble des joueurs de l'équipe, pour offrir à chacun la possibilité de montrer ce qu'il sait faire. C'est un élément essentiel pour l'estime de soi et l'implication psychologique de chaque joueur.

N'hésitez jamais à demander à un joueur de montrer comment on effectue une action donnée : ses capacités peuvent vous surprendre, surtout dans le cas des jeunes joueurs.

Observation

- **des joueurs pendant l'exécution d'un exercice ; et**
- **dans le cadre de la prise en compte des éléments techniques mentionnés plus haut.**

Intervention

- **au bon moment ;**
- **pour donner des instructions spécifiques lorsqu'un exercice n'est pas exécuté correctement ; et**
- **en gardant les éléments techniques à l'esprit.**

Adaptation

- **du niveau de difficulté de l'exercice, non pas dans l'optique de changer pour changer, mais au moment opportun et en apportant l'adaptation ou le développement appropriés ;**
- **de la répartition des rôles et des tâches dans le cadre de l'exercice ; et**
- **adaptée aux capacités techniques et à la condition physique des joueurs.**

9.4 Planifier une séance d'entraînement

Les joueurs en développement sont susceptibles d'avoir des besoins différents de ceux des autres catégories d'âge. Par exemple, ils peuvent présenter un risque supérieur de blessure ou de maladie tout en étant moins enclins à le faire savoir spontanément à l'entraîneur. Ils peuvent avoir du mal à comprendre les instructions en raison de difficultés d'apprentissage, ou bien ils peuvent faire des erreurs dans leur jeu de passe parce qu'ils sont atteints de daltonisme et ne vous l'ont pas dit ou n'en ont pas conscience. Ces circonstances particulières peuvent rester dans l'ombre ou être tuées parce que ces jeunes joueurs apprennent encore à avoir confiance en eux-mêmes et à comprendre leurs propres limites.

Avant de développer un plan de séance, il est essentiel de bien mettre l'accent sur les joueurs et leur apprentissage. Lorsqu'un entraîneur adopte une approche fondée sur les contraintes créatives, il doit manipuler et gérer le chaos que constitue l'environnement de jeu pour modifier les limites et les paramètres (les contraintes) auxquels les joueurs sont confrontés. Par exemple, si l'objectif de la séance porte sur la transmission rapide du ballon, l'entraîneur devra peut-être commencer sur une zone de jeu plus petite afin de créer de multiples situations différentes où chaque joueur dispose d'un temps limité pour réagir à la réception du ballon. Il sera alors forcé de transmettre rapidement le ballon pour éviter la pression de son adversaire direct, faute de quoi il risque de perdre le ballon.

Une fois que les joueurs ont réussi à s'adapter à ces contraintes spatiales (en comprenant la nécessité de transmettre le ballon rapidement et efficacement), l'entraîneur doit rapidement imaginer une nouvelle contrainte à appliquer. C'est indispensable pour rendre l'environnement plus stimulant et donc pousser les joueurs à découvrir et tester des solutions plus complexes. Par exemple, le fait de mettre en place une situation d'infériorité numérique génère un nouveau problème à résoudre pour les deux équipes, qu'elles soient en possession du ballon ou en phase défensive.

Au moment de planifier une séance, il convient de se poser les questions suivantes (sans s'y limiter) :

- **Quel est l'objectif de la séance ?**
- **Comment atteindre cet objectif ?**
- **Pourquoi procéder de la sorte ?**

- **Y a-t-il une autre façon d'obtenir les mêmes résultats ?**
- **S'agit-il d'une étape parmi d'autres dans le cadre de cette séance ou bien la séance entière y sera-t-elle consacrée ?**

Cela peut faire l'objet des réflexions et du feedback offerts par les joueurs et les autres entraîneurs éventuels pour aider l'entraîneur à bien comprendre les améliorations ou adaptations à apporter.

D'une manière générale, il est important que l'entraîneur tienne compte de cette approche dans toutes ses dimensions et procède à une évaluation des besoins en fonction de l'âge et des capacités des **joueurs en développement**.

Toute séance d'entraînement doit inclure les facteurs suivants :

- **techniques**
- **tactiques**
- **psychologiques**
- **physiques**
- **cognitifs**

Toute séance d'entraînement conçue à l'intention de **joueurs en développement** doit inclure des éléments associés à tous ces facteurs. Au moment de concevoir une séance d'entraînement, il est crucial de penser à proposer aux joueurs une expérience complète, en gardant à l'esprit aussi bien le sport lui-même que l'environnement social des joueurs, afin de leur permettre de développer une compréhension en profondeur.

Il convient d'éviter les explications excessives à propos de la séance. Partez du principe que ces jeunes joueurs ne sont pas nécessairement capables de rester concentrés plus d'une trentaine de secondes ou une minute pendant que vous leur parlez : si vous leur parlez plus longtemps que ça, vous allez perdre leur implication.

Il faut cependant impliquer les jeunes joueurs dès le départ dans la conception de certains aspects de chaque séance. L'entraîneur peut d'ailleurs utiliser à cet effet d'autres ressources, comme un tableau tactique, une application mobile, un tableau blanc ou un tableau à feuilles. Cela donne aux joueurs une occasion de s'impliquer pleinement tout en comprenant mieux le déroulement et le but de leurs propres séances d'entraînement.



Quand l'entraîneur met les joueurs en situation de match, il s'agit de placer les joueurs dans un contexte lié au jeu, mais assorti de contraintes conçues pour les pousser à surmonter des difficultés spécifiques. Il faut toutefois éviter que ces contraintes ne brident la créativité et la capacité d'imagination des jeunes joueurs. Dans le jeu, on se retrouve sans cesse dans des situations de surnombre ou d'infériorité numérique, que ce soit avec le ballon ou en position défensive. Le fait de créer de nombreuses situations différentes à l'entraînement en utilisant des contraintes créatives renforce la capacité d'adaptation des joueurs et leurs qualités techniques.

À qui les entraînements sont-ils destinés ? **Quel est l'objet** des entraînements ? **Comment** les entraînements doivent-ils être conçus en fonction de ces deux facteurs ? **Pourquoi** entraîner les joueurs ?

Les séances d'entraînement axées sur le jeu doivent rester avant tout concentrées sur les joueurs. Cela implique d'offrir aux joueurs un véritable feedback, et pas uniquement de les placer dans un environnement d'entraînement contrôlé et structuré par l'entraîneur.

Comme on le dit souvent, « ne pas se préparer, c'est se préparer à échouer ». Toutefois, un excès de planification peut s'avérer tout aussi nuisible au bon déroulement d'une séance d'entraînement et limiter le caractère imprévisible du jeu en imposant des structures excessives menant à des résultats rigides et prédéterminés, ce qui relève aussi d'une méthodologie linéaire d'entraînement. Cette approche bride l'innovation et limite la portée de l'apprentissage. L'entraînement est généralement considéré comme un processus structuré autour de fonctions données. Les séances qui manquent de structure sont critiquables, mais la même chose vaut pour les séances trop structurées.

Il est crucial que les séances soient organisées autour d'un objectif, que les résultats visés soient bien établis et fassent l'objet d'une communication claire, plutôt que de rester nébuleux de façon à ce que les joueurs ne les découvrent qu'après la séance. La façon d'atteindre ces objectifs dépend de la conception des contraintes créatives prévues pour la séance, laquelle implique de s'appuyer sur le

caractère imprévisible du jeu pour placer des joueurs dans des situations dont ils doivent apprendre à se sortir sans que cela passe par des solutions prédéterminées.

Pendant des décennies, le futsal a dû composer avec une absence de soutien à la formation des entraîneurs. Une grande partie de son développement a donc reposé sur des entraîneurs autodidactes ou s'appuyant sur des méthodes d'entraînement classiquement adaptées au football. On peut le constater en notant un peu partout dans le monde le caractère souvent répétitif d'entraînements de futsal qui ne s'appuient sur aucune connaissance spécifique du sujet et ne font quasiment pas intervenir les notions d'innovation et de changement, avec à la clé un ralentissement de la progression des joueurs. Le plus grand obstacle au développement du futsal de nos jours réside dans la mentalité de copier-coller qui sous-tend la conception des séances d'entraînement.

Dans le présent manuel, nous entendons encourager à l'adoption d'une approche fondée sur les contraintes créatives à même de générer une variabilité constante, avec à la clé des difficultés que les joueurs doivent apprendre à surmonter dans le jeu sans pour autant aboutir à des résultats prédéterminés. Cela met en jeu davantage de capacités d'organisation que de connaissances d'ordre technique, surtout dans le cas des entraînements destinés aux **joueurs en développement**.

Il ne faut toutefois pas perdre de vue l'importance de la compréhension du jeu. Le futsal est un sport qui se joue à 5 contre 5 et se caractérise par une succession de situations de surnombre et de sous-nombre, avec et sans le ballon, dans le cadre des transitions offensives et défensives induites par le changement de possession du ballon. Sous réserve du respect de la règle limitant à cinq le nombre de joueurs par équipe, n'importe quelle phase active d'une séance d'entraînement impliquant une situation de jeu peut faire participer un plus grand nombre de joueurs. C'est là qu'intervient la capacité d'organisation de l'entraîneur. Tout au long du présent Manuel de l'entraîneur, nous allons découvrir de quelle façon impliquer plus de dix joueurs tout en restant dans un contexte de jeu à 5 contre 5 au maximum.

Pour planifier une séance d'entraînement axée sur le jeu, il faut anticiper la façon d'appliquer des contraintes et comprendre à quel moment appliquer ces contraintes. Les jeux à effectifs réduits doivent essentiellement se voir appliquer des contraintes reposant sur trois facteurs clés :

- **Nombre de joueurs**
- **Taille du terrain**
- **Décompte des quatre secondes**

Les Lois du Jeu de Futsal de la FIFA n'imposent aucune limite au nombre de passes ou au nombre de fois où un joueur peut toucher le ballon, mais cela peut tout à fait entrer dans le cadre de contraintes créatives conçues pour mettre le joueur sous pression et le contraindre à entreprendre des actions décisives. Il peut s'agir, par exemple, d'établir un état d'esprit approprié pour promouvoir un jeu de passes rapides ou une prise de décision instantanée. Il existe de nombreux facteurs qui entrent en jeu dans la planification d'une séance, et nous allons les explorer ci-dessous.

Il est important de noter qu'un plan de séance doit être aussi imprévisible que le déroulement du jeu. Le problème de la plupart des séances d'entraînement destinées aux joueurs en développement ou aux joueurs des catégories de jeunes réside dans le fait que l'entraîneur a tendance à imposer la progression du jeu et la vitesse d'exécution pour coller à leur plan d'entraînement prédéfini. Au contraire, il convient que le plan de la séance reste flexible. La décision de passer à un autre exercice ou de modifier l'orientation de l'exercice en cours doit reposer sur la progression des joueurs ou sur la nécessité d'augmenter le niveau de difficulté en apportant de nouvelles contraintes. Il ne s'agit surtout pas de mettre en place des exercices où le but est de cocher des cases prévues dans le plan de séance. L'entraîneur doit être capable de déterminer à quel moment il faut avancer et de comprendre quand un changement est imposé trop tôt, ou si la contrainte imposée est actuellement trop difficile à surmonter.

Toute méthode d'entraînement efficace doit tenir compte des joueurs. Cela concerne toutes les différentes phases du cycle d'apprentissage aussi bien que le développement de chaque séance. Il reste toutefois crucial d'adopter une stratégie reposant sur une approche « planification - exécution - révision » qui implique à la fois l'encadrement technique et les joueurs.



Exercices

Spécificité:

- **Objectifs**
- **Durée des exercices et des périodes de repos et intensité des exercices**
- **Aspects qui requièrent une attention spéciale (éléments techniques)**
- **Organisation de l'exercice et participation maximale des joueurs**
- **Progression des exercices : du plus simple au plus complexe**
- **Nombre et positionnement des joueurs**
- **Positionnement de l'entraîneur**
- **Équipement requis**

Équipement

Préparation:

- **Terrain**
- **Buts**
- **Ballon (et pompe)**
- **Chasubles**
- **Plots**
- **Chronomètre**
- **Sifflet**

S'appuyer sur les leçons tirées du dernier match pour faire en sorte que les séances d'entraînement fassent le lien avec le prochain match

9.5 Modèles de séances d'entraînement

Les jeunes joueurs ne doivent pas être traités comme de petits adultes ni comme des joueurs de haut niveau : ils ont des besoins différents et leurs capacités physiques sont extrêmement variables.

Toute séance d'entraînement conçue en vue de développer les joueurs doit être fondée dès le départ sur le jeu (y compris tout échauffement fonctionnel / toute activité préliminaire) et viser un certain développement technique. Les jeunes joueurs ont un corps moins développé, ce qui les expose moins aux blessures musculaires. Il est donc moins nécessaire de prévoir une longue phase d'échauffement. Cet élément d'activation doit rester une activité amusante qui implique tous les joueurs, y compris ceux qui sont désignés ou se proposent pour jouer le rôle de gardien de but. L'activation doit être conçue pour poser les bases de la séance de jeu, en présentant dans l'idéal un lien avec le cœur de la séance. Il peut s'agir du moment où l'élément technique de la séance est introduit.



L'entraîneur doit planifier soigneusement ses séances d'entraînement en tenant compte de la catégorie d'âge des joueurs concernés. Les séances doivent être motivantes et dynamiques, permettant à chaque joueur de se sentir valorisé et impliqué.

Il faut éviter de prévoir des exercices répétitifs aux résultats prédéterminés, dans la mesure où ils limitent l'exposition des joueurs au caractère imprévisible du jeu pendant les séances axées sur le jeu. L'entraîneur doit être capable de concevoir des jeux adaptés sur un terrain de taille appropriée en fonction de l'âge et des capacités des joueurs concernés.

Si on applique le même raisonnement à la phase des étirements et de la fin de l'entraînement, il ne faut pas encourager les joueurs à faire des étirements tant que leurs muscles ne sont pas assez développés pour en tirer un réel bénéfice. Chaque séance doit s'achever sur une période d'activité qui vise à faire baisser progressivement le rythme cardiaque des joueurs, pour éviter une chute brutale. Cette phase peut aussi servir à passer en revue la séance en demandant leur opinion aux joueurs. Il faut encourager les jeunes joueurs à répondre aux questions posées par l'entraîneur, plutôt que de se contenter de l'écouter leur parler. Dans cette optique, le rôle de l'entraîneur n'est pas de fournir ce qu'il estime être les bonnes solutions, mais de demander aux joueurs de se poser les bonnes questions, et ensuite à trouver par eux-mêmes les réponses.

9.5.1 Modèle de plan de séance d'entraînement

DÉTAILS DE LA SÉANCE

Il n'y a PAS de limites de touches sur cet exercice, mais il est possible d'en ajouter.

Utiliser la taille de terrain qui convient le mieux aux joueurs avec lesquels vous travaillez et à leur niveau. Dans cet exemple, la séance s'adresse à des adultes expérimentés. La durée de cette séance sera de 60 minutes au total, comprenant l'échauffement, le retour au calme et les pauses rafraîchissement.

CONTRAINTES

Le jeu se déroule sur un terrain de taille standard, adapté au niveau et à l'âge des joueurs.

Le terrain est divisé en trois zones.

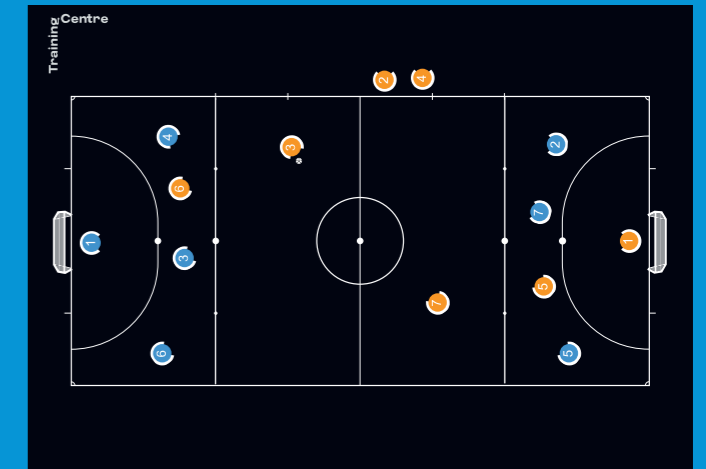
3 contre 1 dans les zones 1 et 3, et 2 attaquants dans la zone centrale. Un gardien dans chaque but.

ORGANISATION

- L'exercice commence par un échange de passes entre les deux attaquants situés dans la zone centrale qui doivent ensuite décider de quel côté attaque. L'image présente une mise en place sur terrain entier, mais il est possible d'introduire les principes de l'exercice sur un demi-terrain.
- Les joueurs peuvent effectuer une passe directement vers la zone de finition ou y pénétrer balle au pied et initier une attaque à 3 contre 3. Une fois qu'ils sont entrés dans la zone choisie, l'attaquant situé à l'opposé du terrain rejoint ses partenaires pour créer un surnombre (4 contre 3).
- Le jeu se poursuit jusqu'à ce que le ballon sorte du terrain ou qu'un but soit marqué.
- Si les défenseurs récupèrent le ballon, ils peuvent lancer une contre-attaque, comme en match, mais l'un d'eux devra conduire le ballon jusqu'à la zone opposée pour y rejoindre ses partenaires. Les défenseurs doivent se replier.

ÉVOLUTION / PROGRESSION

- Permuter les équipes afin que chaque groupe ait la possibilité d'attaquer.
- Modifier l'exercice pour avoir une situation de 4 contre 1 dans les zones 1 et 3.
- Modifier l'exercice pour avoir une situation de 4 contre 2 dans les zones 1 et 3.
- Si l'exercice a débuté sur un demi-terrain, passer sur terrain entier en adaptant les dimensions à l'âge et au niveau des joueurs.



ÉLÉMENTS RECHERCHÉS / ÉLÉMENTS TECHNIQUES

- Communication.
- Verticalisation.
- Circulation et conservation du ballon.
- Déplacements des joueurs.
- Supériorité et infériorité numérique.
- L'équipe avec le ballon parvient-elle à se procurer des occasions ?
- Jeu en soutien de la part de l'équipe qui attaque.
- L'équipe qui attaque prévoit-elle une solution défensive pour retarder le contre ?

OBJECTIF GÉNÉRAL

Conserver la possession du ballon par des contre-attaques permettant de se procurer des occasions. Objectif spécifique : privilégier le jeu vers l'avant et travailler les transitions défense-attaque et attaque-défense rapides.

Nombre de joueurs : il y a 14 joueurs dans cette configuration, mais l'exercice peut être adapté en fonction de l'effectif en modifiant le nombre de joueurs présents dans la zone centrale. Il peut y avoir un nombre illimité de gardiens, dans la mesure où cet exercice les aide à développer leurs qualités techniques dans le champ et leur compréhension de ce qui se passe sur l'ensemble du terrain.

Matériel : coupelles pour délimiter les zones, ballons (et pompe), chronomètre, sifflet, chasubles de différentes couleurs, deux buts.



Introduction

Le développement technique et la compréhension du jeu sont les deux piliers sur lesquels doit s'appuyer la formation de chaque joueur. Toutefois, dans ce processus, il est important de prendre conscience du fait que tous les joueurs n'ont pas nécessairement l'ambition de devenir professionnels et de jouer pour leur pays. Certains ont simplement envie de pratiquer le futsal comme un loisir, là où d'autres voudront aller plus loin. Cela étant, aucun de ces joueurs ne peut réaliser son potentiel sans une réelle maîtrise technique.

Les bases doivent être posées pendant la phase des joueurs en développement (de 6 à 12 ans), voire plus tôt dans certains cas. À la fin de cette phase de développement, les joueurs ont souvent déjà un pied de prédilection et leurs capacités motrices sont fermement consolidées, ce qui rend plus difficile pour eux d'apprendre à maîtriser leur mauvais pied. L'implication dans le futsal dès le plus jeune âge les aide dans ce développement d'un jeu ambidextre grâce à la variabilité des positions dans le jeu et aux fréquentes transitions offensives et défensives, qui rend plus difficile le fait de rester en permanence à un même poste.

10.1 Développement de la technique

Les concepts sportifs les plus mal compris concernent les notions de « technique » et d'« adresse ». La technique désigne l'ensemble des « gestes techniques » utilisables dans un but précis (par exemple passe, tir ou contrôle).

L'adresse désigne la capacité à choisir et exécuter le bon geste technique au moment opportun, ce qui requiert souvent de réagir dans un temps très réduit, de l'ordre de quelques secondes, voire (en fonction des contraintes de jeu) d'une fraction de seconde. On entend souvent dire d'un joueur qu'il est « très adroit », sans distinguer si on parle de sa capacité à réussir ses gestes techniques ou de ses capacités en général. Il est important de faire la distinction entre ces deux caractéristiques et de comprendre en quoi elles diffèrent l'une de l'autre.

Le futsal comporte de nombreuses facettes techniques qu'on peut répartir en cinq différents types d'actions nécessitant de l'application. Chaque geste technique s'insère dans une action d'ordre tactique. D'une manière générale, les capacités techniques font partie intégrante de la mise en place de toute stratégie :

- Passe
- Contrôle
- Conduite de balle (courir avec le ballon ou dribbler)
- Tir / finition
- Création d'espace / déplacement / faux appels / feintes

Dans cette section, le manuel aborde ces cinq catégories dans le détail.

10.1.1 Passe

Introduction

La passe est un élément clé du jeu. La conservation du ballon fait partie des principes fondamentaux du futsal, avec son pendant, la récupération du ballon. Plus une équipe parvient à conserver le ballon, plus ses joueurs ont la possibilité de toucher le ballon et de tenter des choses. Pendant la phase de **développement des jeunes joueurs**, cela entraîne des pertes de balle fréquentes, mais cela ne doit pas être considéré comme une anomalie contre laquelle il faudrait lutter, de façon à faire comprendre aux joueurs que la conservation du ballon ne doit pas exclure la prise de risque visant à trouver les bonnes solutions.

La passe permet de transmettre le ballon du joueur A au joueur B, A étant le passeur et B le destinataire de la passe. C'est là qu'intervient l'importance du comportement des joueurs sans le ballon. Le joueur B (il y a en permanence au minimum trois joueurs dans ce rôle, voire quatre lorsque le gardien est impliqué) doit être encouragé à se démarquer pour proposer une solution de passe. Une solution de passe est une trajectoire de A à B qui ne présente pas de risque d'interception ou de sortie des limites de jeu, de façon à permettre à B de recevoir le ballon en toute sûreté sans subir la pression immédiate d'un adversaire susceptible d'entraîner une perte de balle inutile.

Cela nécessite des mouvements permanents de la part des joueurs qui n'ont pas le ballon de façon à s'adapter à la posture du joueur en possession du ballon, à la direction de son déplacement et à sa vitesse, ainsi qu'aux réactions des adversaires. En proposant de multiples options de passe, les quatre joueurs sans le ballon peuvent simplifier la tâche du porteur du ballon et lui permettre d'agir de manière décisive.

La passe peut revêtir différentes formes

- Passe courte
- Passe longue
- Passe lobée
- Passe à ras de terre

Le choix et l'exécution de la passe relèvent de la responsabilité du porteur de balle, mais il est possible,

pour les joueurs sans le ballon, de rendre ce choix plus facile et rapide en réagissant de façon opportune.

Bien sûr, le but du jeu étant de marquer plus de buts que l'adversaire, la conservation du ballon constitue souvent le cœur de la stratégie de l'équipe, mais la possession peut aussi être un outil défensif précieux dans la mesure où elle empêche l'adversaire d'avoir le ballon et limite donc sa capacité à se procurer des occasions. Cela peut s'avérer exigeant sur le plan mental et physique pour les joueurs. C'est pourquoi l'aisance avec le ballon, la capacité à se démarquer constamment et la capacité technique à réussir ses passes doivent faire l'objet d'un développement spécifique dès le plus jeune âge au cours de la phase de **développement des jeunes joueurs**.

Pour effectuer une passe correcte, il est crucial de savoir rester concentré et conserver son équilibre. Pour certains joueurs, cela ne se fait pas de façon instinctive. La création d'environnements qui préservent le caractère imprévisible du jeu (grâce aux contraintes créatives) permet de concentrer l'attention des joueurs sur l'importance de la passe, et plus particulièrement d'apprendre par l'expérience comment choisir la passe la plus appropriée.

Il existe un lien structurel entre la passe et le contrôle. L'objectif étant de conserver le ballon une fois la passe effectuée, le destinataire de la passe doit être en mesure de réussir à contrôler le ballon, que ce soit en le bloquant ou en se déplaçant pour anticiper la conduite de balle ou la passe à venir.

Au moment de décider des contraintes à appliquer dans le cadre d'une séance d'entraînement axée sur le jeu conçue pour se concentrer sur les passes, il faut faire en sorte que la planification et la progression de la séance soient conçues pour rester focalisées sur l'objectif de la séance. Par exemple, il faut mettre l'accent sur la nécessité de se démarquer pour faciliter le travail du porteur de balle, sans se concentrer uniquement sur le contrôle en lui-même. Si les contraintes sont appliquées de façon appropriée, cela fera partie de l'apprentissage mis en place dans le cadre de cette activité.

PLAN DE LA SÉANCE 1: Travail de passes

DÉTAILS DE LA SÉANCE

Il n'y a PAS de limites de touches sur cet exercice, mais il est possible d'en ajouter.

L'image présente une mise en place sur demi-terrain, mais il est possible de passer sur un tiers de terrain en fonction de l'âge des joueurs.

CONTRAINTES

Seuls un gardien et un attaquant peuvent évoluer dans le dernier quart du terrain.

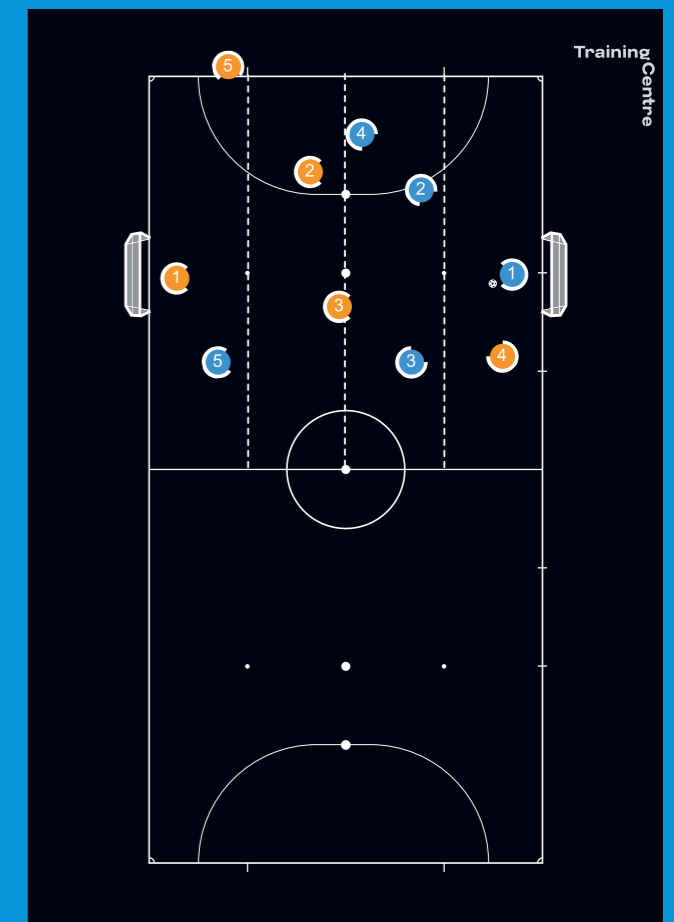
L'objectif est de trouver l'attaquant dans le dernier quart, mais le ballon doit passer par toutes les zones et il n'est possible de transmettre dans la zone 4 que depuis la zone 3.

ORGANISATION

- Le ballon part du gardien, qui peut le transmettre à l'un de ses coéquipiers situés dans la zone 2. Chacun des joueurs doit avoir touché le ballon, que ce soit en dans la zone 2 ou 3, avant qu'il puisse être transmis depuis la zone 3 à l'attaquant situé dans la zone 4. Si l'équipe y parvient, l'action est réussie. L'équipe en défense évolue avec un joueur en moins dans les deux zones centrales pour que celle en attaque puisse bénéficier d'un surnombre. Une fois que l'attaquant a reçu le ballon, il le passe au gardien de but adverse qui démarre une nouvelle action.
- Jeu fluide d'un bout à l'autre du terrain. Si l'équipe en défense récupère le ballon, le jeu continue à partir du même point et elle passe en supériorité numérique.
- Nombre de touches illimité.

ÉVOLUTION / PROGRESSION

- Progression : égalité numérique dans les zones 2 et 3.
- Progression : l'attaquant peut marquer.
- Progression : terrain entier et répétitions.
- Progression : l'équipe avec ballon évolue en infériorité numérique.
- Modifier la disposition à mesure que les joueurs gagnent en efficacité pour leur permettre d'évoluer sur deux zones plutôt que sur trois zones.
- Encourager les joueurs à changer de zone en suivant



- leur passe. Cela leur permettra de permuter, d'évoluer dans différentes zones et de développer les compétences requises dans chacune d'elles.
- Intégrer davantage de joueurs, mais jamais plus de 5 joueurs actifs par équipe dans une même partie du terrain.
- Intégrer des défenseurs supplémentaires dans la zone centrale afin de couper les solutions de passe.

ÉLÉMENTS RECHERCHÉS / ÉLÉMENTS TECHNIQUES

- Conservation du ballon.
- Privilégier le jeu vers l'avant.
- Démarquage.
- Mouvements et courses.
- Patience en phase de possession.
- Passe et va / soutien.
- Savoir quand il est nécessaire de transmettre rapidement et quand il faut temporiser.



Faire des passes pour conserver la possession

Organisation

- Utiliser une seule moitié de terrain.
- Former deux équipes de 5, gardiens compris.

Explication

- Organiser un jeu de possession à 5 contre 4.
- L'équipe qui a le ballon possède la supériorité numérique.
- Lorsqu'elle perd la possession, le joueur ayant effectué la dernière passe avant la perte de balle s'assoit, et un joueur de l'équipe adverse entre en jeu.

Variantes

- Variante 1 : les gardiens ont droit à une touche de balle maximum.
- Variante 2 : tous les joueurs ont droit à une touche de balle maximum.
- Variation 3 : match à 5 contre 5 sans limitation du nombre de touches de balle.
- Variation 4 : l'équipe qui n'a pas le ballon joue à 5 contre 4.
- Variante 5 : en plus de cela, les gardiens n'ont droit qu'à une touche de balle.

Éléments techniques

- Les joueurs doivent mettre l'accent sur la conservation du ballon en tâchant de ne pas faire de mauvaises passes.
- Tous les joueurs doivent privilégier les passes en avant, car cela favorise la bonne circulation du ballon.
- Les joueurs qui n'ont pas le ballon doivent créer des lignes de passe pour offrir à tout moment des solutions à leurs partenaires et créer des espaces.
- Un jeu sans ballon intelligent aide à désorganiser l'équipe adverse.
- Il vaut mieux conserver le ballon patiemment plutôt que de forcer des passes.
- Tous les joueurs qui n'ont pas le ballon doivent se déplacer pour proposer des solutions au porteur. Rester immobile en attendant le ballon est une attitude qui ne peut que favoriser la perte de la possession.
- Dès que possible, il faut essayer de jouer des combinaisons rapides, par exemple à une touche de balle, pour plus d'efficacité.



FIFA Training Centre

Orienter le jeu vers l'avant

Organisation

- Jouer sur le terrain entier.
- Diviser le terrain en trois zones, avec une zone centrale de 10 m de long.
- Organiser un 2 contre 2, plus gardiens, devant chaque but.
- Organiser un 1 contre 1 dans la zone centrale, plus un joueur neutre à l'appui de l'équipe en possession.

Explication

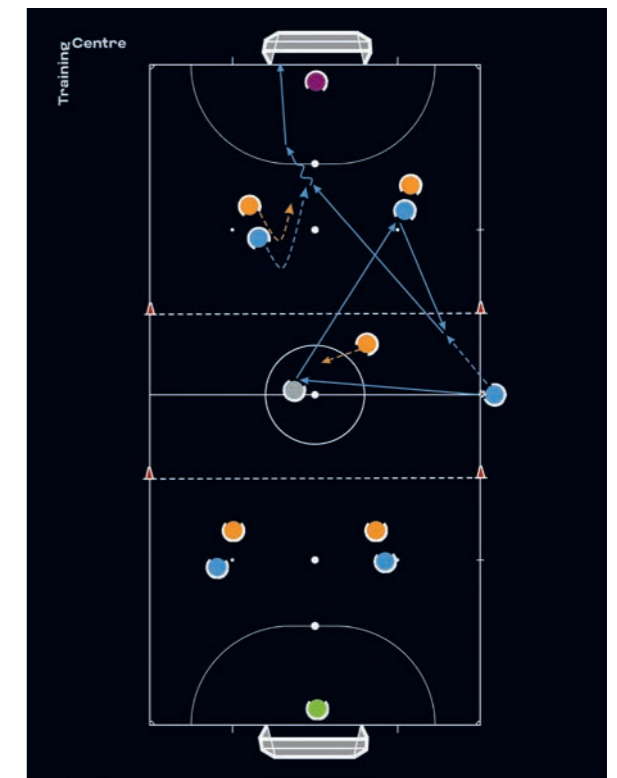
- L'exercice commence par une rentrée de touche depuis la ligne de touche de la zone centrale. Il ne s'interrompt que lorsque le ballon sort du jeu.
- Seul le ballon peut passer d'une zone à une autre.
- Les joueurs doivent toujours rester dans leur zone attribuée.

Variante

- Un joueur supplémentaire peut venir aider les attaquants pour créer une situation de 3 contre 2 dans les zones d'en-but.

Éléments techniques

- S'écarter du porteur du ballon pour éviter d'attirer les adversaires vers lui.
- Étirer le jeu sur la longueur et la profondeur pour mieux attaquer.
- Essayer de regarder, de passer et de se déplacer vers l'avant afin d'exploiter toutes les occasions.
- Effectuer des déplacements sans ballon pertinents et créer constamment des lignes de passes qui permettront de progresser peu à peu vers le but.
- Créer le décalage par des passes rapides et appuyées.
- Se rendre disponible après chaque passe.
- Changer constamment de joueur neutre pour accélérer la transition.



FIFA Training Centre

Faire des passes vers l'avant

Organisation

- Utiliser une seule moitié de terrain.
- Diviser le terrain en trois zones.
- Délimiter une zone d'en-but qui commence à deux mètres de la ligne de but.
- Délimiter une autre zone d'en-but qui commence à trois mètres de la ligne médiane.
- La zone du milieu fait environ 18 mètres de long et couvre la majorité de la surface de jeu.
- Placer un gardien et un pivot de chaque équipe dans chaque zone d'en-but.
- Mettre en place une situation de 3 contre 2 dans la zone du milieu.
- Un joueur de l'équipe en infériorité numérique attend sur le côté du terrain et n'entre en jeu que si son équipe récupère le ballon.

Explication

- Le jeu doit se dérouler de manière fluide d'un bout à l'autre du terrain.
- L'équipe qui a le ballon évolue à 3 contre 2.
- Chaque équipe tente d'amener le ballon d'un en-but à l'autre en faisant des passes.
- La mise en jeu est effectuée par le gardien, qui peut passer le ballon à n'importe quel partenaire situé dans la zone du milieu. Tous les membres de l'équipe qui a la possession doivent toucher le ballon avant de pouvoir progresser vers la zone d'en-but.
- Si l'équipe en défense récupère le ballon, le jeu continue à partir du même point et elle passe en supériorité numérique.
- Un membre de l'équipe qui a perdu le ballon sort du terrain.
- Le nombre de touches de balles est illimité.

Variantes

- Variante 1 : si une équipe passe le ballon au pivot, elle conserve la possession et tente de se projeter vers la zone d'en-but adverse.
- Variante 2 : les gardiens jouent dans la zone du milieu pour travailler leurs contrôles et leur jeu de passe.



Éléments techniques

- Les joueurs doivent prendre soin du ballon, sous peine de perdre leur supériorité numérique et de devoir se battre pour récupérer le ballon.
- Les joueurs doivent privilégier les passes en avant, car elles leur permettent de progresser plus rapidement vers les zones d'en-but.
- Grâce à leur supériorité numérique, les joueurs de l'équipe qui a la possession doivent pouvoir créer plus facilement des lignes de passe pour le porteur de balle.
- Un mouvement constant et intelligent peut permettre de désorganiser l'équipe adverse, qui aura du mal à choisir sur quels joueurs défendre en raison de son infériorité numérique.



FIFA Training Centre

10.1.2 Contrôle

Introduction

La capacité à réussir des contrôles est tout aussi indispensable à un jeu de possession que la capacité à effectuer des passes précises. Savoir contrôler le ballon permet de mieux le conserver et de se préparer plus rapidement et efficacement à l'action suivante.

Pour réussir un contrôle, il faut que le processus décisionnel tienne compte de plusieurs facteurs au moment de recevoir le ballon, parmi lesquels la capacité à enchaîner sur l'action suivante, qu'il s'agisse d'une passe ou d'un autre geste technique. Le contrôle dépend de la vitesse de la passe (appuyée ou non), de sa trajectoire et de la posture et des déplacements du destinataire.

En fonction de ce qu'entend faire le destinataire de la passe, il peut être amené à devoir ralentir le ballon ou utiliser sa vitesse pour passer son adversaire direct au moyen d'un contrôle orienté.

Le processus décisionnel et la réussite du contrôle dépendent de l'exécution technique de la méthode de contrôle et de la surface de contact choisies. Le destinataire d'une passe est constamment sous pression en raison du caractère imprévisible et varié du jeu. La vitesse du ballon, sa trajectoire, sa hauteur et sa direction constituent un processus de développement constant, tout comme la posture du joueur qui contrôle et l'angle avec lequel il intervient par rapport à la trajectoire du ballon. La variabilité inhérente aux mises en situation de match peut se retrouver à travers des exercices au résultat prédéterminé, mais pas au même degré ni avec les interférences de contexte que ce qu'on obtient en imposant des contraintes créatives et, surtout, en mettant les joueurs face à des adversaires.

Parfois, il peut être nécessaire d'effectuer un blocage du ballon. Les joueurs peuvent aussi être amenés à éloigner le ballon d'un adversaire direct afin de préparer une passe ou tout simplement de protéger le ballon. Ils peuvent également utiliser la vitesse du ballon pour le jouer rapidement en une touche de balle (il s'agit bien d'une forme de contrôle) ou utiliser la vitesse du ballon après contrôle orienté pour prendre de la distance vis-à-vis de l'adversaire direct afin de faciliter la prochaine touche de balle ou la passe et ainsi prolonger la possession. Pour acquérir la capacité à agir de la sorte, les joueurs doivent être exposés à toutes ces situations différentes.

Les caractéristiques principales du futsal (la surface plane et homogène, les semelles lisses, la taille du ballon, le rebond atténué et la taille limitée du terrain) interviennent

directement dans la méthode de contrôle du ballon au sol en utilisant la semelle. Cette technique est en vogue depuis quelque temps dans le football, ce qui est probablement dû à l'exposition accrue des joueurs au futsal durant leurs jeunes années de formation, et ce en dépit des caractéristiques différentes du ballon, du terrain et des chaussures en football. La capacité technique à bloquer le ballon entre la semelle et le sol permet au joueur de se sentir en contrôle du ballon tout en lui donnant la possibilité de lever la tête pour mieux repérer les possibilités de passer le ballon ou identifier les risques. Cela nécessite de conserver son équilibre et sa stabilité pendant le contrôle, même lorsque celui-ci est effectué en mouvement (si le joueur va vers le ballon, le reçoit dans la profondeur ou effectue un contrôle orienté). Faire rouler le ballon sous la semelle devient un geste familier et instinctif d'une importance cruciale en futsal, et qu'il convient d'encourager chez les joueurs en développement en les exposant au jeu.

Dans le cadre de la conception d'une séance d'entraînement, l'activité dans le jeu et les contraintes créatives appliquées pour obtenir les résultats voulus doivent donc intégrer la pression sur le joueur appliquée par l'adversaire (à la fois individuellement et collectivement) et la localisation du joueur sur le terrain et sa posture, comme :

- **dos au but dans une position de pivot**
- **en tant qu'ailier**
- **face au but adverse** (réception dans la course)
- **dans le premier tiers du terrain, au milieu ou dans le dernier tiers**

Les facteurs suivants doivent être pris en compte :

- **dosage de la passe**
- **trajectoire du ballon au sol ou en l'air**
- **réception du ballon avant ou après le rebond**

Tous ces différents facteurs jouent un rôle dans le choix du contrôle et constituent autant de facettes de la technique à développer à travers l'application de contraintes créatives. C'est de cette façon que les jeunes joueurs vont apprendre à contrôler le ballon.

Par exemple, si l'objectif de l'exercice est d'améliorer le contrôle du ballon, alors l'activité doit s'appuyer sur une augmentation du nombre de passes à effectuer, dans la mesure où le contrôle et la passe sont indissociablement liés

PLAN DE LA SÉANCE 2 : Travailler les contrôles sous forme d'opposition

DÉTAILS DE LA SÉANCE

Il n'y a PAS de limites de touches sur cet exercice, mais il est possible d'en ajouter.

L'image présente une mise en place pour des U-9 sur un tiers de terrain, mais il est possible d'adapter les dimensions en fonction de l'âge et du niveau des joueurs. La séance est conçue pour travailler les contrôles, ce qui nécessitera beaucoup de passes. Attention toutefois à ne pas confondre l'exercice avec un jeu de passes, bien que ces deux éléments soient étroitement liés. Dans cet exemple l'exercice est conçu en vue d'obtenir un 5 contre 5. Il est toutefois possible d'intégrer davantage de joueurs, à condition d'avoir au maximum un 5 contre 4 dans chaque zone, le but étant de refléter la réalité du futsal et de faire en sorte que chaque joueur soit sollicité.

CONTRAINTES

L'exercice se déroule sans buts au départ et les gardiens peuvent uniquement utiliser leurs pieds. Le jeu est directionnel. Une des deux équipes est en supériorité numérique dans les zones 1 et 3. Les joueurs peuvent effectuer autant de touches qu'ils le souhaitent. Les joueurs peuvent évoluer uniquement dans leur zone, sauf si l'entraîneur les autorise à en sortir.

ORGANISATION

- **Le futsal donne lieu à de nombreuses situations d'infériorité et de supériorité numériques. Cette configuration reflète cela avec la mise en place d'un 3 contre 1, d'un 1 contre 3 et d'un 1 contre 1.**
- **Il n'y a pas de direction spécifique dans la mesure où il n'y a pas de travail de finition au départ. Il est en revanche possible de faire évoluer l'exercice en ajoutant des buts et en demandant aux joueurs de conclure leurs actions afin de rendre le jeu directionnel. Le gardien participe également à l'exercice afin de travailler son jeu au pied et ses contrôles sous pression.**

ÉVOLUTION / PROGRESSION

- **Faire varier les rapports de force avec des situations de 1 contre 2, 2 contre 2, 3 contre 2, 3 contre 3, etc. afin de créer des opportunités de contrôle sous pression.**
- **Le ballon doit transiter par chaque zone.**



- **Passer sur deux zones et mettre en place des situations de 3 contre 4 dans chaque zone (si le nombre de joueurs présents le permet) de sorte qu'une équipe soit amenée à contrôler en infériorité numérique et l'autre en supériorité numérique. Penser à faire tourner les joueurs pour que tous soient confrontés aux différentes situations et à différents niveaux de densité.**
- **Introduire des buts et demander aux équipes de conclure leurs actions dans l'une des deux cages.**
- **Il est possible de passer à un match à 5 contre 5 sans restriction au bout de quelques semaines en fonction de la progression des joueurs. Il ne s'agit toutefois pas d'une obligation, mais d'une évolution possible de l'exercice.**

ÉLÉMENTS RECHERCHÉS / ÉLÉMENTS TECHNIQUES

- **Conservation du ballon.**
- **Surface de contrôle, semelle, contrôle sur place (permettre le mouvement et le démarquage), contrôle pour jouer (orienté).**
- **Marquer le contrôle avant d'effectuer la passe.**
- **Équilibre et orientation du corps.**
- **Utilisation des deux pieds.**

Possession et contrôle de balle

Organisation

- Diviser le terrain en trois zones horizontales.
- Organiser un 4 contre 4, plus gardiens.
- Mettre en place un 2 contre 1 dans la zone 1.
- Mettre en place un 1 contre 1 dans la zone 2.
- Mettre en place un 1 contre 2 dans la zone 3.

Explication

- Le premier objectif pour les deux équipes est la conservation du ballon.
- Le gardien lance l'exercice.
- L'équipe en possession peut utiliser les deux gardiens.
- Les joueurs ont un maximum de deux touches.
- Ils doivent tous rester dans leur zones, sauf l'un d'entre eux, qui peut passer de la zone d'en-but à la zone centrale pour créer une situation de 2 contre 1 ou de 2 contre 2.

Variante

- Les deux équipes peuvent finir sur un but une fois le ballon dans la zone d'en-but.
- Si le buteur contrôle d'un pied et tire de l'autre, l'équipe marque deux points.

Éléments techniques

- Exécuter des contrôles orientés pour progresser.
- Adopter la bonne orientation du corps pour avancer vers le but adverse. Par exemple, avec de l'espace libre devant soi, il faut s'orienter de sorte à pouvoir avancer sur son contrôle.
- Orienter son contrôle de manière à tenir le ballon hors de portée de l'adversaire.
- Attaquer le ballon et prendre l'information.
- Passer des deux pieds pour mieux exploiter les espaces et progresser.



FIFA Training Centre

Contrôler le ballon sous pression

Organisation

- Délimiter un terrain de 20 x 20 m.
- Répartir le groupe en deux équipes de quatre, plus un joueur neutre (offensif).

Explication

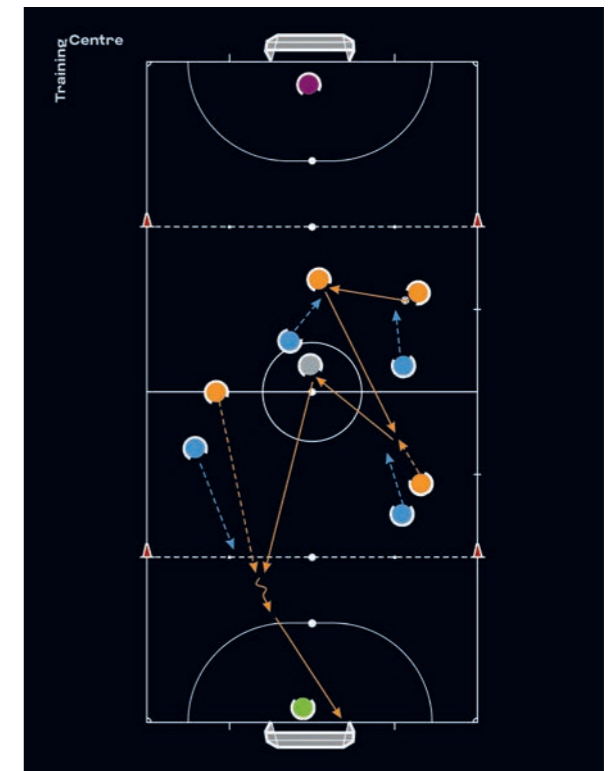
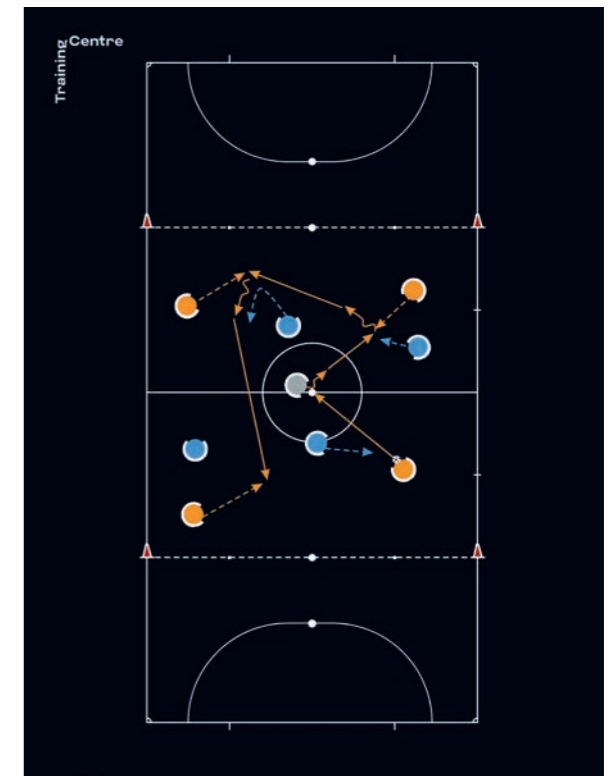
- Les deux équipes se disputent la possession du ballon.
- Chaque joueur doit effectuer au moins deux touches de balle. Cette règle s'applique également au joueur neutre, qui doit réaliser un contrôle orienté chaque fois qu'il reçoit le ballon.

Variante

- Placer un gardien dans chaque but. Dès que l'équipe qui a le ballon a réussi trois passes, l'aire de jeu s'élargit à l'ensemble du terrain et l'équipe peut attaquer le but adverse.

Éléments techniques

- Une équipe capable de bien contrôler le ballon a plus de chances de pouvoir le conserver longtemps.
- Les joueurs doivent penser à utiliser la semelle et l'intérieur du pied pour améliorer leur contrôle du ballon.
- En orientant leur première touche de balle, les joueurs peuvent se déplacer ou passer le ballon vers la direction souhaitée.
- Une bonne orientation du corps aide les joueurs à prendre l'ascendant quand ils reçoivent le ballon.
- Lever la tête avant de recevoir le ballon va permettre aux joueurs de savoir combien de temps ils peuvent garder le ballon et dans quelle direction ils peuvent se déplacer.
- En raison du peu d'espace inhérent à cet exercice, faire des feintes de passe ou de contrôle peut être un bon moyen de tromper l'adversaire et de créer des espaces.
- Les joueurs doivent tâcher de créer des lignes de passe pour offrir à tout moment des solutions à leurs partenaires.
- Des mouvements intelligents peuvent aider à créer des espaces pour permettre aux joueurs de recevoir le ballon dans des zones intéressantes.



FIFA Training Centre

Dans cette optique, l'entraîneur doit utiliser l'espace disponible (contrainte) au mieux et faire varier le nombre de joueurs impliqués (contrainte) pour augmenter le nombre de passes à effectuer (objectif). Cela peut impliquer de raccourcir le terrain (dans la longueur ou la largeur) tout en conservant le nombre maximum de joueurs (5 contre 5) dans la zone, mais aussi de créer des situations de surnombre et sous-nombre (3 contre 2, 3 contre 4, etc.). Il peut s'avérer utile d'impliquer plus de dix joueurs à la fois afin que tous les joueurs soient concernés par l'exercice. Pour faciliter l'apprentissage et renforcer la confiance en eux-mêmes des joueurs, il peut s'avérer nécessaire au départ de restreindre l'intervention des adversaires (contrainte) en limitant le nombre d'adversaires autorisés dans une zone spécifique du terrain (par exemple en 3 contre 2) avant de l'augmenter progressivement à mesure que les joueurs prennent confiance en eux et que leurs capacités techniques se développent. Au fil du déroulement de la séance, l'entraîneur doit jauger l'amélioration de la capacité des joueurs à faire face aux différentes situations rencontrées en jeu, afin de pouvoir ajuster, modifier ou supprimer

10.1.3 Courses avec le ballon

Introduction

Dans la plupart des sports collectifs, l'équipe en possession du ballon ou de la balle est amenée à se déplacer en employant une technique particulière.

Dans le contexte du futsal, le fait de se déplacer en possession du ballon peut prendre deux formes différentes :

- A) la conduite de balle ; ou
- B) le dribble..

Ces deux actions permettent de conserver le ballon, mais elles font appel à des techniques distinctes qui s'appliquent de façon fondamentalement différente dans le jeu. Il est indispensable de comprendre ce qui caractérise chacune de ces techniques et les conditions dans lesquelles elles doivent être utilisées pour pouvoir mettre en œuvre quelque tactique que ce soit.

Les deux actions peuvent être décrites de la façon suivante :

les contraintes en fonction des besoins, mais aussi augmenter la difficulté pour les joueurs en ajoutant des contraintes de développement. Cela peut passer par la mise en sous-nombre de l'équipe en possession du ballon pour accentuer la pression sur le porteur, ce qui oblige les joueurs à penser et à prendre leurs décisions plus vite

L'évaluation des résultats doit être le fruit d'un effort collectif entre les joueurs et l'encadrement technique : l'idée est de faire en sorte que les joueurs comprennent ce que recouvre la notion de réussite et soient sur la même longueur d'onde en ce qui concerne la compréhension des objectifs et des résultats obtenus. Ce processus marqué par l'intégration des différents concepts abordés peut aussi servir de base au feedback apporté par les joueurs et renforcer leur compréhension des exercices à venir. Il ne faut jamais oublier que la priorité doit être donnée aux besoins des joueurs. En évaluant le niveau de compréhension des joueurs, l'entraîneur se donne les moyens d'ajuster au mieux le processus d'apprentissage à travers les modifications qu'il apporte à l'environnement de jeu en temps voulu et selon les modalités appropriées.

- **Conduite de balle – une course avec le ballon au pied pour gagner rapidement du terrain dans un espace ouvert.**
- **Dribble – la conservation du ballon en déplacement face à la pression exercée par l'espace limité en raison de l'endroit sur le terrain (par exemple dans un coin) ou du nombre de joueurs dans la zone.**

Chaque action implique une approche technique différente et surtout une compréhension du contexte où il faut la préférer à l'autre.

Par exemple, pour effectuer une conduite de balle, il faut disposer d'espace devant soi. La séance doit donc être conçue de façon à faciliter cet aspect-là, par exemple en modulant le nombre de joueurs présents dans chaque zone. Une conduite de balle efficace peut constituer une dimension technique cruciale pour le développement d'une contre-attaque, mais cela ne se produit généralement pas dans le dernier tiers du terrain.

PLAN DE LA SÉANCE 3 : Remontée de balle rapide

DÉTAILS DE LA SÉANCE

Il n'y a PAS de limites de touches sur cet exercice, mais il est possible d'en ajouter.

Adapter les dimensions du terrain et le nombre de joueurs à l'âge et au niveau des joueurs.

CONTRAINTES

Gardien de but en zone 1 uniquement ; 2 contre 1 en zone 2 au départ de l'action ; 1 contre 1 en zone 3 et 1 contre 2 en zone 4.

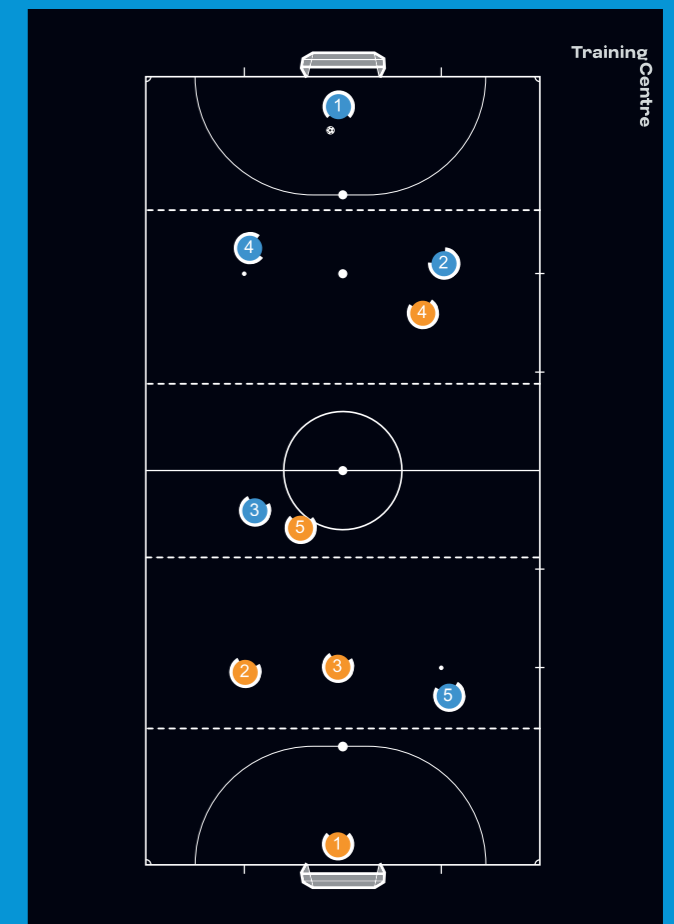
Le gardien peut jouer uniquement avec un joueur situé en zone 2.

ORGANISATION

- **Le ballon part du gardien, qui peut le transmettre à l'un de ses coéquipiers situés dans la zone 2.**
- **Le receveur doit remonter le plus haut possible balle au pied. À mesure que le porteur avance, un coéquipier décroche pour prendre sa place dans la zone qu'il vient de quitter. Grâce à ce jeu de permutations, les joueurs situés au-delà de la zone 2 reculent progressivement d'un cran. Une fois arrivés dans la zone 2, ils ont la possibilité de recevoir le ballon et de le faire remonter.**
- **Si le porteur parvient à emmener le ballon en zone 3 ou 4, il ne peut pas repartir en arrière. La séquence s'arrête et le ballon est donné au gardien de but adverse, qui lance une nouvelle séquence.**
- **Permutations constantes des joueurs générées par la remontée de balle du porteur.**
- **L'exercice est conçu de façon à générer les espaces que le porteur pourra exploiter.**
- **Jeu fluide d'un bout à l'autre du terrain. Si l'équipe en défense récupère le ballon, elle se retrouve en supériorité numérique et joue à partir du point de récupération. L'entraîneur peut intervenir afin que l'objectif de l'exercice soit respecté.**
- **Nombre de touches illimité.**

ÉVOLUTION / PROGRESSION

- **Progression : passer sur trois zones de sorte qu'il n'y ait qu'un 1 contre 1 dans la zone centrale, cette zone étant plus étroite que les deux autres**
- **Progression : supériorité numérique dans le dernier tiers pour l'équipe en attaque**
- **Progression : infériorité numérique dans le dernier**



tiers pour l'équipe en attaque

- **Modifier la disposition à mesure que les joueurs gagnent en efficacité pour leur permettre d'évoluer sur deux zones plutôt que sur trois zones.**
- **Encourager les joueurs à changer de zone en suivant leur passe. Cela leur permettra de permuter, d'évoluer dans différentes zones et de développer les compétences requises dans chacune d'elles.**

ÉLÉMENTS RECHERCHÉS / ÉLÉMENTS TECHNIQUES

- **Conservation du ballon.**
- **Privilégier le jeu vers l'avant**
- **Les autres joueurs créent des espaces à prendre**
- **Démarquage dans la zone finale**
- **Soutien à la passe du porteur du ballon dans la zone finale**
- **Vitesse du porteur du ballon**
- **Direction du porteur du ballon : lignes droites, ailes, diagonales, changements de direction**

Conduite de balle précise et rapide

Organisation

- Utiliser un terrain de taille standard.
- Diviser le terrain en trois zones.
- La zone du milieu chevauche la ligne médiane et fait 10 mètres de long.
- C'est un match à 5 contre 5, gardiens compris.
- Mettre en place une situation de 2 contre 1 dans le premier tiers.
- Mettre en place une situation de 1 contre 1 dans la zone du milieu.
- Mettre en place une situation de 1 contre 2 dans le dernier tiers.

Explication

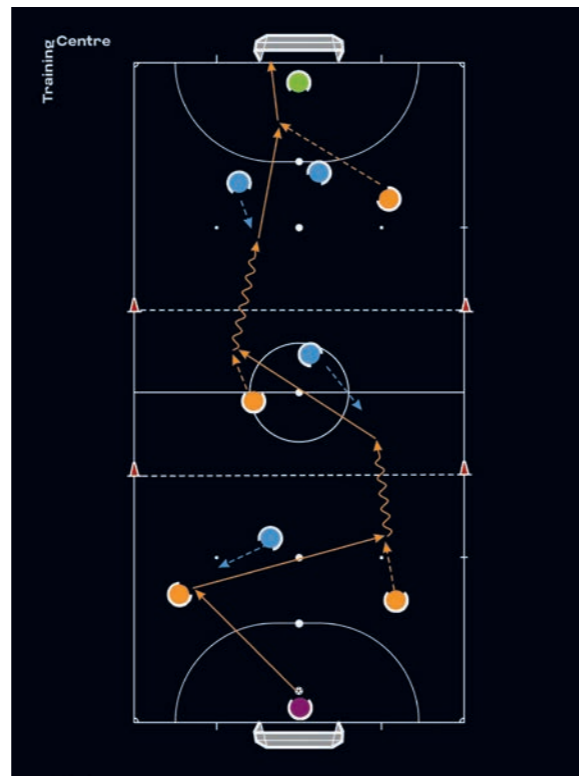
- Le gardien commence par faire une passe à un partenaire dans le premier tiers.
- Le joueur doit tenter de dribbler jusqu'à la zone du milieu.
- Cela crée un surnombre (2 contre 1).
- Ensuite, les deux joueurs tentent de progresser jusqu'au dernier tiers.
- Le but est de marquer dans le but adverse.
- Il est interdit de passer le ballon dans une zone déjà franchie.

Variantes

- Variante 1 : une fois que le ballon est entré dans le dernier tiers, un joueur supplémentaire de chaque équipe peut entrer en jeu pour créer une situation de 3 contre 2 ou de 3 contre 3.
- Variante 2 : tous les attaquants peuvent entrer en jeu dans le dernier tiers.
- Variante 3 : tous les joueurs peuvent entrer en jeu dans le dernier tiers.

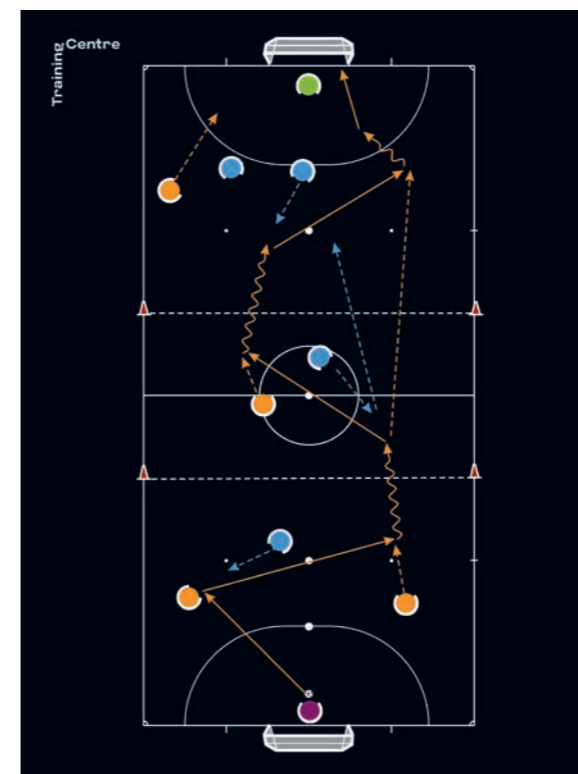
Éléments techniques

- L'accent doit être mis sur la conservation du ballon pour s'assurer que l'équipe ne perd pas sa supériorité numérique.
- Les joueurs doivent toujours chercher à conduire le ballon rapidement et avec détermination vers le but adverse pour franchir une à une les différentes zones.



FIFA Training Centre

- En se déplaçant intelligemment, les joueurs qui n'ont pas le ballon peuvent créer des espaces propices à de bonnes passes en profondeur.
- Les joueurs doivent créer des lignes de passes dans le dernier tiers en cherchant à anticiper les angles de frappe que cela va leur procurer.
- Le porteur de balle doit suivre sa propre passe et offrir à son tour une solution lorsqu'il pénètre dans le tiers suivant.
- Le porteur peut opter pour plusieurs types de déplacement : partir dans l'axe, partir sur un côté, effectuer une course en diagonale ou faire des changements de direction.



Une contre-attaque peut être initiée par un certain nombre d'actions différentes, comme une relance rapide du gardien à la main ou au pied, ou bien une récupération du ballon dans le cours du jeu. Dans ce dernier cas, la conduite de balle est utile dans la mesure où le déséquilibre lié à la perte de balle peut créer de l'espace pour le récupérateur. La conception de l'exercice doit donc viser à créer des espaces à exploiter.

Dans la conduite de balle, quelle que soit la partie du pied utilisée, le plus important est de faire en sorte que le ballon soit une « extension du pied » pour parvenir à atteindre une vitesse de déplacement élevée. Le porteur du ballon doit garder la tête haute pour prendre l'information et

voir les éléments en jeu susceptibles d'interférer avec la conduite de balle.

Le fait de disposer de cette perspective permet au joueur de prendre de meilleures décisions sur le plan tactique que s'il se concentrait simplement sur le ballon, limitant ainsi sa capacité à prendre l'information.

Dans le cas du dribble, le joueur doit toujours conserver le ballon à portée immédiate et à en maîtriser les mouvements, de façon à garder un toucher optimal pour lancer l'action suivante. Cela a généralement lieu dans des espaces réduits et sous la pression, obligeant le porteur du ballon à évoluer rapidement et de façon efficace.

10.1.4 Dribble (pour éliminer l'adversaire)

Introduction

Comme nous l'avons mentionné ci-dessus, le dribble est fondamentalement différent de la conduite de balle.

Pour acquérir un savoir-faire technique dans ce domaine, il faut savoir à quel moment il est préférable de conduire le ballon et à quel moment un dribble s'impose. La capacité à faire appel à cette technique à volonté est fondée sur l'aisance du joueur avec le ballon et sur sa capacité à en garder la maîtrise indépendamment de sa vitesse.

Le développement de ces deux composantes vient de l'exposition continue du joueur au jeu dans sa dimension imprévisible : il faut lui offrir davantage d'occasions d'évoluer au pied et de se confronter à des obstacles qui nécessitent chaque fois une réponse différente.

Pour apprendre à dribbler, il faut soigneusement calculer l'espace mis à disposition en fonction du nombre de joueurs dans la zone. Par exemple, jouer sur un terrain complet de futsal n'est pas propice au développement du dribble pour un groupe de U-14 : cela laisse trop d'espaces et les adversaires sont trop bien répartis sur le terrain pour imposer la pression nécessaire. De la même manière, essayer de développer une capacité à dribbler dans un scénario à 2 contre 2 risque de rendre la situation trop artificielle et peu à même de se produire lors d'un vrai match. La solution peut passer par la création d'un jeu comportant une zone par laquelle il faut passer avec le ballon (de façon à garantir le contact entre le porteur du ballon et les adversaires). Il est également possible de réduire encore plus la taille du terrain pour augmenter la fréquence de ces situations.

L'entraîneur doit pouvoir modifier l'espace disponible et le nombre de joueurs pour créer un surnombre (ou sous-nombre) dans une zone donnée du terrain. Ces adaptations doivent être modulées en fonction des signes indiquant les capacités actuelles des joueurs et leur niveau de compréhension. Lors de cette phase, le passage à un nouveau type de problème est possible s'il est évident que les joueurs comprennent ce qui est en jeu sans pour autant avoir atteint la maîtrise technique requise. Le fait de savoir si les joueurs comprennent la tâche à accomplir et le type de difficulté que cela représente est un élément important à prendre en compte dans la conception de l'entraînement et la progression des séances, dans la mesure où l'adoption de contraintes appropriées finira nécessairement, par la vertu de la variabilité du jeu, par produire des résultats positifs impliquant l'acquisition de nouvelles capacités techniques.

L'acquisition du dribble doit toujours impliquer la confrontation avec des adversaires, et non des obstacles fixes qui ne simulent pas le caractère imprévisible du jeu provoqué par les déplacements des adversaires et des coéquipiers. Le dribble n'est pas une fin en soi. Parfois, il suffit que le porteur du ballon arrive à dribbler son adversaire avant d'effectuer l'action requise (passer le ballon à un coéquipier, frapper au but ou effectuer une conduite de balle).

Éliminer un adversaire par le dribble peut entraîner la désorganisation d'une défense et créer un surnombre. Il s'agit de la technique la plus imprévisible et la plus à même de créer le doute et l'incertitude chez l'adversaire.

PLAN DE LA SÉANCE 4 : Dribble pour éliminer l'adversaire

DÉTAILS DE LA SÉANCE

L'exercice n'est pas totalement conditionné à un nombre de touches, mais il peut l'être. En revanche, les contraintes liées à la mise en place génèrent l'interférence nécessaire pour encourager le dribble.

CONTRAINTES

Tous les joueurs peuvent se déplacer sur l'ensemble du terrain.

Le jeu est limité à deux touches dans la moitié défensive. Il n'y a pas de limites de touches dans la moitié offensive. Dans la moitié offensive, chercher à provoquer le défenseur.

ORGANISATION

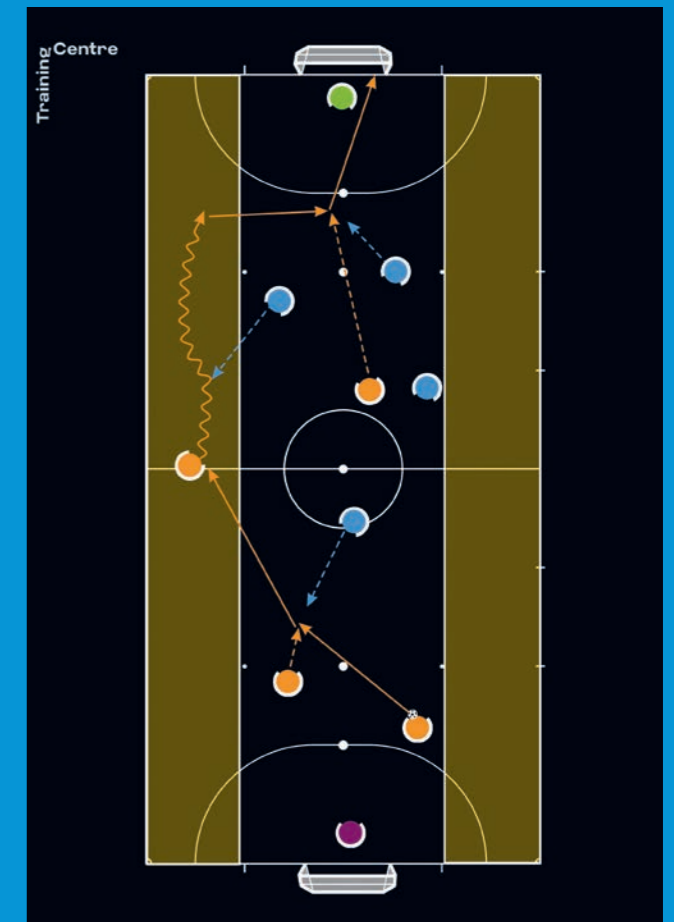
- Utiliser toute la longueur du terrain mais veiller à adapter les dimensions globales à l'âge et au niveau des joueurs. Par exemple, il faudra éviter de mettre en place l'exercice sur terrain entier (40 x 20 m) avec des U-9.
- Délimiter des couloirs de chaque côté sur toute la longueur du terrain. Sur un terrain entier, ils pourront faire 3 m de large. Cependant, il faudra veiller à ce qu'ils soient délimités en proportion de la taille du terrain réduit pour les joueurs plus jeunes et moins à l'aise techniquement.
- Placer un but à chaque extrémité du terrain afin de pouvoir passer à une configuration de match classique à mesure que la séance évolue.
- Organiser un match à 5 contre 5.
- Pour chaque attaque, le ballon part du gardien qui transmet à un coéquipier situé dans sa moitié de terrain.

ÉVOLUTION / PROGRESSION

Il n'y a pas de limites de touches dans la moitié de terrain offensive. La contrainte des deux touches dans la moitié de terrain défensive est levée progressivement, mais le porteur du ballon doit éliminer un attaquant avant de pouvoir faire une passe, à moins qu'il n'emmène le ballon au-delà de la ligne médiane. Dans ce cas, il pourra effectuer un dribble ou une passe.

ÉLÉMENTS RECHERCHÉS / ÉLÉMENTS TECHNIQUES

- Capacité de dribble.
- Efficacité en 1 contre 1.



- Volonté de provoquer le 1 contre 1.
- Orientation du corps : pour recevoir, jouer, provoquer.
- Encourager les feintes de passe et les feintes de corps pour déséquilibrer le défenseur.
- Maîtrise du ballon.
- Pour l'équipe en attaque, impliquer les joueurs qui n'ont pas le ballon. Les encourager à mobiliser un défenseur et l'obliger à dézoner afin de libérer de l'espace pour le porteur du ballon.
- Conservation du ballon.
- Le porteur du ballon dribble-t-il un adversaire pour gagner du terrain ou simplement pour conserver le ballon ?
- Démarquage dans des espaces restreints.
- Bloquer les défenseurs qui risquent d'aller presser le porteur.
- Respecter les contraintes.

10.1.5 Frappe au but

Introduction

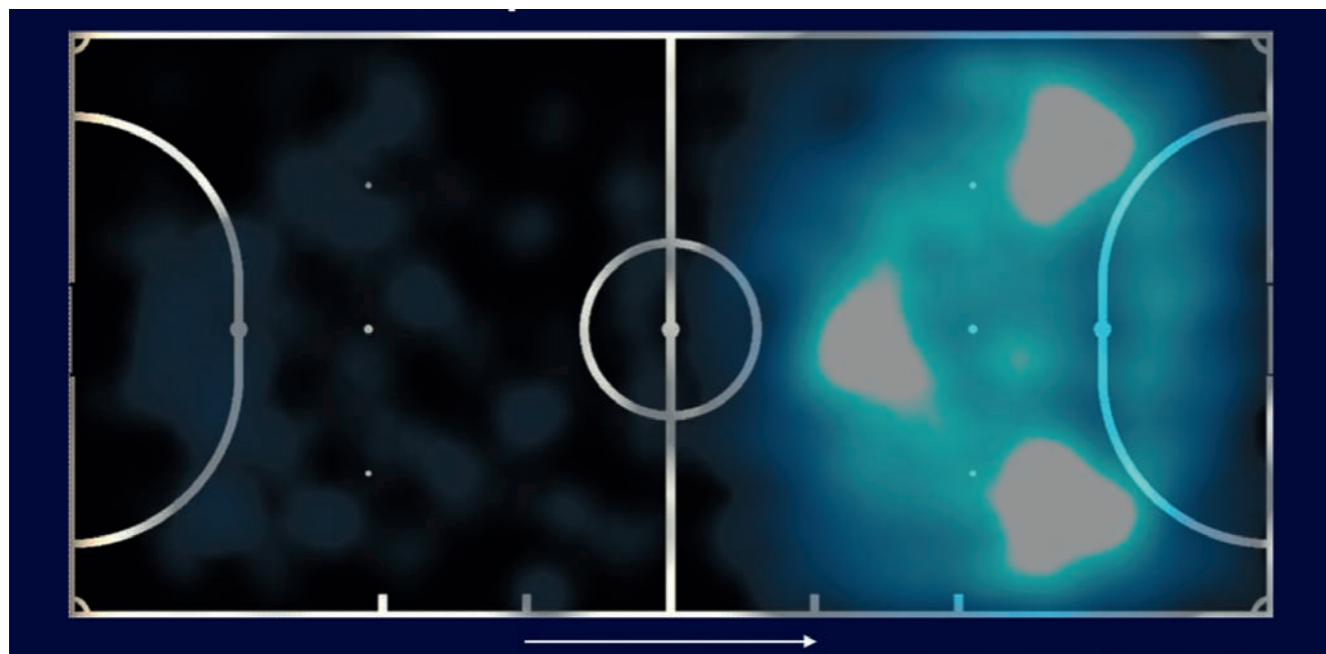
Le futsal est un sport de conquête qui implique d'exploiter des espaces et d'y assurer sa domination. L'objectif final est de marquer plus de buts que son adversaire.

Les données recueillies lors de la Coupe du Monde de Futsal 2021 (la compétition suprême) offrent des perspectives intéressantes sur les endroits sur le terrain depuis lesquels le plus de buts ont été marqués.

Elles fournissent aux équipes des notions claires sur le positionnement auquel il faut arriver sur le terrain pour avoir le plus de chances de se créer des occasions de but. Si on considère le tir comme une activité intégrée au jeu aussi bien qu'une discipline en soi (contrairement à ce qui se passe en football, peut-être), les tirs de loin peuvent être intégrés à des exercices dans le jeu. En futsal, beaucoup de buts surviennent après une dernière touche de balle au deuxième poteau. Le rythme de circulation du ballon, la circonférence du ballon et le nombre de joueurs sont autant de facteurs qui compliquent la tâche du gardien lorsqu'il s'agit de couvrir le but au premier poteau, dans la mesure où il doit également surveiller l'activité au

deuxième poteau en cas de changement de jeu. C'est ce qui permet aux attaquants de s'imposer au deuxième poteau en profitant de la présence de leurs coéquipiers au premier. Quand on découvre le futsal, on peut ne pas avoir conscience du principe selon lequel le fait de ne pas cadrer une frappe peut être la base d'une tactique efficace fondée sur l'arrivée parfaitement coordonnée d'un coéquipier au deuxième poteau. Le gardien n'est tout simplement pas en mesure de protéger le premier poteau en réduisant l'angle tout en étant suffisamment agile pour réagir de façon à protéger efficacement ce qui constitue une petite zone au deuxième poteau, et ce en dépit de la taille réduite du but. C'est là que les joueurs sans ballon (destinataires) qui avancent de façon coordonnée sur le terrain peuvent tirer parti des principes offensifs du futsal.

La frappe au but – qui constitue le geste technique le plus crucial pour remporter un match – est l'aboutissement d'un mouvement offensif (contre-attaque, coup de pied arrêté ou attaque placée).



PLAN DE LA SÉANCE 5 : Frappe au but

DÉTAILS DE LA SÉANCE

Il n'y a PAS de limites de touches sur cet exercice, mais il est possible d'en ajouter.

Adapter la longueur et la largeur du terrain en fonction du niveau des joueurs. Il n'est pas nécessairement utile de prévoir un terrain très large, indépendamment de l'âge, l'objectif étant de générer un grand nombre d'occasions de tir à bout portant.

CONTRAINTES

Les joueurs doivent respecter leur zone (deux moitiés du terrain).

Pas de limite de touches de balle.

ORGANISATION

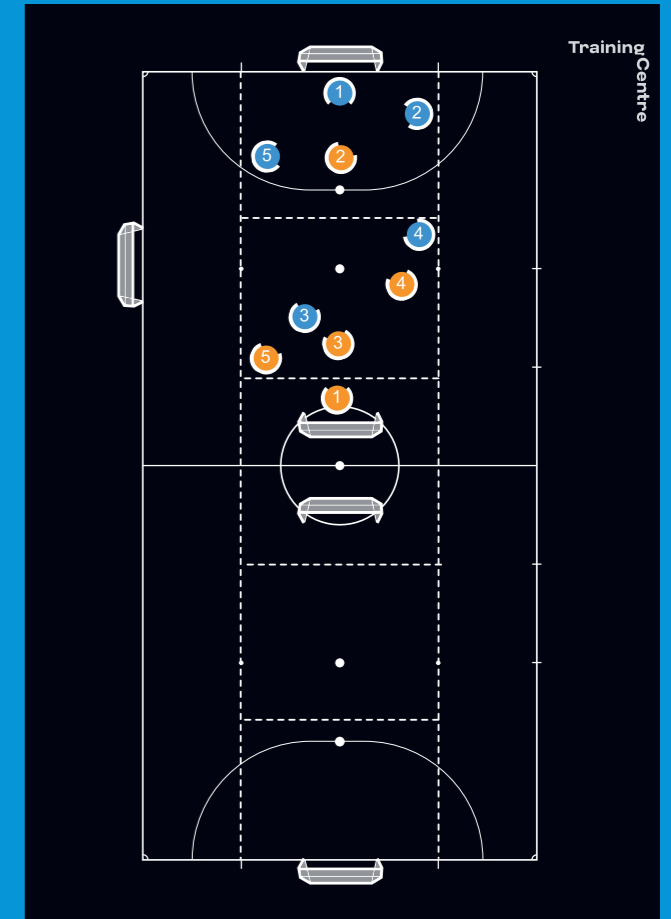
- Exemple côté gauche ci-dessus : 5 contre 5 mais limité à des 3 contre 1 et 1 contre 3 pour commencer.
- L'objectif étant de générer de nombreuses occasions de frappe, les attaquants sont systématiquement en supériorité numérique.

ÉVOLUTION / PROGRESSION

- Augmenter progressivement la pression et passer à des 3 contre 2 et 2 contre 3.
- Jouer et se déplacer : créer du mouvement.
- Exemple côté droit ci-dessus : inclure un joueur de couloir pour chaque équipe (d'abord sans opposition, puis avec vis-à-vis) afin que le ballon puisse être transmis dans les couloirs depuis la moitié défensive. Il devra ensuite obligatoirement être passé dans la moitié offensive, et ne plus être rejoué dans la moitié défensive.

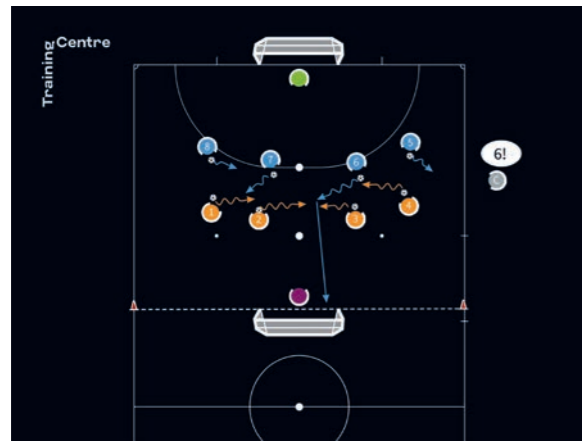
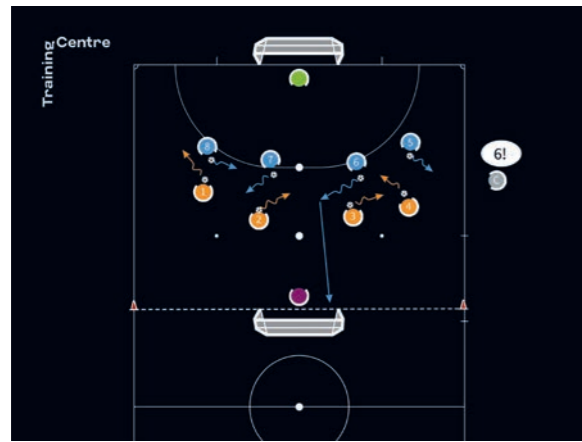
ÉLÉMENTS RECHERCHÉS / ÉLÉMENTS TECHNIQUES

- Tirs cadrés : se tenir prêts à d'éventuelles pertes de balle dans un premier temps.
- L'unique attaquant doit rester vigilant et se préparer à reprendre d'éventuels ballons contrés ou repoussés, ou à opérer en tant que pivot.
- Identifier les occasions de tir.
- Tirer, se déplacer pour tirer, ou passer pour permettre un tir.
- Précision des tirs.



- Démarquage en amont de la passe.
- Créer des solutions de passe et de frappe.
- Conserver ou marquer.
- Patience.

Frappes progressives



Organisation

- Délimiter une surface de jeu de 18 x 20 m dans une moitié de terrain.
- Former deux équipes de 5, gardiens compris.
- Donner un ballon à chaque joueur de champ.
- Chaque joueur se voit attribuer un chiffre de 1 à 8.

Explication

- L'entraîneur appelle un numéro au hasard et le joueur doit frapper au but immédiatement.

Variantes

- Variante 1 : quand un joueur tire, les autres peuvent essayer de le gêner, mais sans perdre le contrôle de leur ballon.
- Variante 2 : disputer un match à 5 contre 5 avec un seul ballon. Les gardiens peuvent conserver le ballon pendant plus de quatre secondes.

- Variante 3 : le gardien et le pivot (en dehors du terrain) effectuent les remises en jeu à tour de rôle, sur les consignes de l'entraîneur.
- Variante 4 : le pivot effectue les remises en jeu.
- Variante 5 : quand il y a un but, la remise en jeu est effectuée par l'équipe qui a marqué.

Éléments techniques

- Varier la partie du pied utilisée pour tirer (ex. : intérieur du pied, extérieur du pied, pointu, etc.)
- Les joueurs peuvent offrir à leurs partenaires plusieurs options pour les aider à se mettre en position de conclure.
- Un joueur peut indiquer où il souhaite recevoir le ballon par l'orientation de son corps, ce qui favorise la réussite des séquences de passes.



FIFA Training Centre



Tirer dans des petits espaces

Organisation

- Organiser un match à 5 contre 5, gardiens compris.
- Délimiter une surface de jeu de 15 x 10 m dans une moitié de terrain.
- Diviser la surface de jeu en deux zones égales.
- Placer un but à chaque extrémité de la surface de jeu.
- Délimiter deux couloirs de 3 mètres de large de part et d'autre du terrain.

Explication

- Créer une situation de 3 contre 1 dans la première zone et une situation de 1 contre 3 dans la deuxième zone.
- Le but est de créer un maximum de situations de tir. Pour ce faire, l'équipe en attaque doit constamment avoir la supériorité numérique. Elle tente de profiter de cette supériorité numérique dans la première zone pour se procurer des situations de tir.

Variantes

- Variante 1 : après avoir passé le ballon au pivot, le joueur peut se projeter dans le camp adverse pour offrir du soutien.
- Variante 2 : allonger la surface de jeu en plaçant le but sur la ligne médiane.
- Variante 3 : un joueur peut entrer en jeu dans la moitié de terrain adverse pour créer une situation de 2 contre 3
- Variante 4 : élargir la surface de jeu Les joueurs offensifs peuvent occuper les couloirs sans marquage défensif pendant quatre secondes et tirer depuis ces zones.

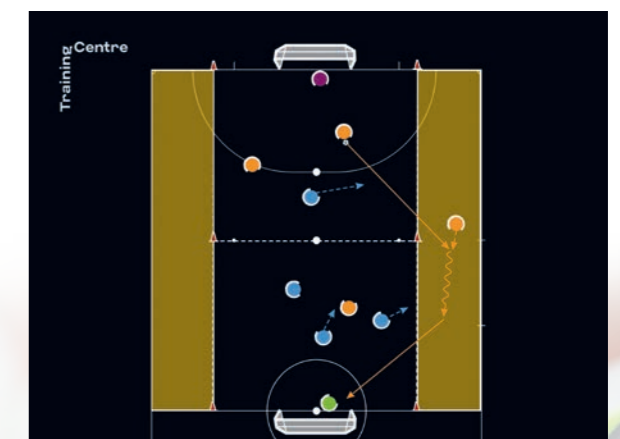
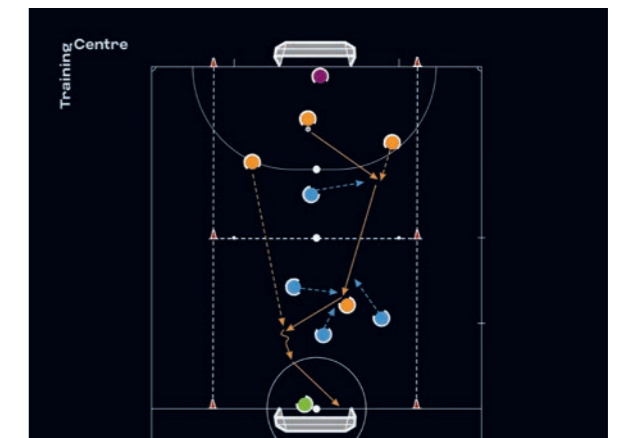
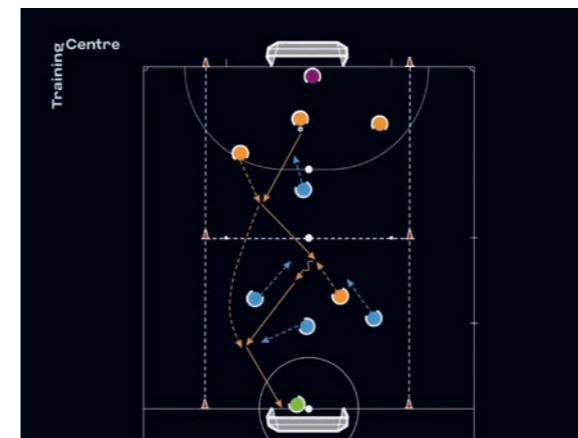
Éléments techniques

- Le but est de réaliser un maximum de tirs cadrés, même si cela implique que l'équipe perde la possession pendant une courte période.
- L'unique attaquant doit adopter une attitude opportuniste et se tenir prêt à tout moment pour reprendre d'éventuels ballons contrés ou repoussés, ou pour opérer en tant que pivot.



FIFA Training Centre

- Les joueurs doivent être capables d'identifier rapidement une bonne position de tir plutôt que de tirer sans conviction depuis des angles impossibles.
- Les trois actions suivantes doivent être au centre de l'attention des joueurs : tirer, se déplacer pour tirer, ou passer pour permettre de tirer.
- Les joueurs réussiront plus de tirs cadrés s'ils lèvent la tête de façon à toujours savoir où se trouve le but.
- La qualité de mouvement et de positionnement avant la passe peut aider à créer des lignes de passe plus fluides.
- Conserver la possession et essayer de marquer sont les principaux objectifs de l'équipe qui a le ballon.
- La patience est de mise pour créer des situations de tir offrant une forte probabilité de marquer.



AEROBIC POWER

Introduction

Les formations tactiques ne désignent pas des organisations ou lignes rigides, mais plutôt le positionnement organisé des joueurs sur le terrain dans le but d'atteindre certains objectifs et de remplir certains rôles ou certaines fonctions (aussi bien à titre individuel qu'en tant qu'équipe). Cette répartition sur le terrain est la base à partir de laquelle est établie toute une série d'interactions possibles entre les membres de l'équipe (une tactique) afin de leur permettre d'atteindre certains objectifs sans perdre leur équilibre collectif.

Toute formation tactique s'entend comme étant dynamique et flexible, amenée à être perpétuellement brisée et reconstituée dans le cours du jeu. De nos jours, on utilise en futsal plusieurs formations différentes en fonction des joueurs présents sur le terrain, de l'adversaire et du contexte du match.

C'est un thème dominant du présent Manuel de l'entraîneur : les joueurs en développement doivent avant tout viser à parfaire leurs capacités techniques au fur et à mesure qu'ils mûrissent sans entrer dans des notions tactiques trop avancées et complexes. Au fur et à mesure que les groupes de joueurs acquièrent une maîtrise technique de plus en plus grande, il devient plus facile et constructif de passer au jeu dans sa dimension tactique dans la mesure où les joueurs sont davantage à même de réussir des actions plus complexes à base de déplacements et de passes avancées.



En futsal, les joueurs sans le ballon sont encore plus importants que le porteur du ballon. Le travail des joueurs « passifs » est de créer des espaces et de se démarquer pour offrir différentes options au porteur du ballon, mais ils savent aussi comment et à quel moment marquer des adversaires ou trouver l'espace, que ce soit lorsque l'équipe est en possession du ballon et lorsqu'elle défend. La progression du jeu se fait alors plus fluide avec des actions qui vont jusqu'au bout. Quand les joueurs acquièrent une compréhension suffisante du jeu, les actions du joueur « actif » en sont facilitées. Toutefois, la compréhension des fondamentaux de la défense, de l'attaque et de la contre-attaque est une composante cruciale de l'apprentissage du futsal et de la façon dont les capacités techniques rendent ces actions possibles dans leur dimension tactique.

L'adoption d'une approche fondée sur les contraintes créatives pour obtenir le résultat voulu sur le plan technique peut être tout aussi fructueuse pour le développement d'une conscience du jeu d'ordre tactique dès le plus jeune âge. L'entraînement axé sur le jeu peut servir à couvrir un aspect fondamental du développement technique (par exemple la passe) lors d'une phase d'attaque. Cette combinaison permet d'associer plus étroitement les éléments techniques à leur application sur le plan tactique.

11.1 En possession du ballon

11.1.1 Approches tactiques du jeu

Signaux

La préparation tactique revêt une importance majeure lorsque la construction du jeu implique de surprendre l'adversaire par une action incisive préparée en amont et comprise par tous (que l'objectif soit de marquer ou de franchir un bloc haut). Il faut pour cela disposer d'un élément déclencheur : il peut s'agir d'un signal collectif (à modifier d'un match à l'autre) marquant le moment où il faut mettre en œuvre une stratégie maîtrisée par tous afin de se sortir d'une situation donnée.

De tels signaux peuvent prendre la forme d'indices visuels, verbaux ou contextuels. Ainsi, un élément déclencheur peut tout aussi bien être constitué par une action de l'adversaire (par exemple le fait d'aller presser le porteur du ballon, une initiative qui empêche les joueurs concernés de s'adapter à un soudain changement de rythme ou de direction dans la circulation du ballon). Chacun des coéquipiers doit réagir de façon positive à cette action particulière.

Unités de trois ou quatre joueurs (remplacements)

Le futsal moderne de haut niveau connaît une évolution récente avec l'émergence des triples et quadruples remplacements pour faire entrer en jeu de petites unités de joueurs habitués à jouer ensemble qui présentent certaines forces spécifiques sur le plan individuel et collectif. On peut par exemple disposer d'une unité de quatre joueurs

plus orientés vers la défense, tandis qu'une autre pourra être davantage portée sur l'offensive. Cette tactique peut s'avérer particulièrement utile à certains moments précis dans un match. L'utilisation d'unités de quatre joueurs est une solution classique, mais cela peut aussi passer par des unités de deux ou trois joueurs. Les modalités dépendent largement de l'équipe, des caractéristiques de chacun des joueurs et de la stratégie adoptée.

Cette approche modifie le jeu aussi bien pour l'équipe qui l'adopte que pour l'adversaire.

Il s'agit d'une tendance de plus en plus prédominante dans le futsal de base, alors que les joueurs apprennent à jouer avec la même équipe ou le même groupe de joueurs. Bien sûr, l'adoption d'une telle approche avec de jeunes joueurs présente à la fois des avantages et des inconvénients. Lorsqu'il s'agit de jeunes joueurs qui jouent avec leurs amis, cela leur donne la confiance nécessaire pour jouer et expérimenter sans peur excessive de l'échec, mais l'inconvénient réside dans le fait que l'apprentissage lié à l'exposition à des situations peu familières et à des environnements plus hostiles disparaît.

C'est là que la capacité de l'entraîneur à comprendre les relations entre joueurs qui existent au sein de son effectif constitue un facteur clé à prendre en compte dans le choix de la meilleure approche pour chacun des jeunes joueurs concernés.



Approche des matches

De nombreux facteurs influent sur l'approche d'une équipe en amont d'un match. Par exemple, l'équipe peut avoir fait le plein de confiance en remportant le match précédent, ou être intimidée par la perspective d'affronter une équipe plus forte. D'une manière générale, les équipes abordent chaque match (ou chaque séance d'entraînement) d'une des deux manières suivantes :

dans un état d'esprit positif – intensité de jeu plus élevée, tous les joueurs sont alertes et impliqués mentalement dans le match.

dans un état d'esprit négatif – d'un point de vue stratégique et tactique, les exigences liées à un match donné (résultat, engagement physique, rythme de jeu, etc.) nécessitent de faire appel à un certain type de joueurs dans le cadre d'un système offensif précis, mais les joueurs dont c'est le tour de jouer peuvent avoir un profil très différent de ce qui était requis plus tôt dans le jeu. La compréhension des besoins, des ressources à sa disposition et de la bonne façon de mettre en œuvre sa stratégie constitue pour chaque entraîneur un domaine clé en vue de faire en sorte que ses décisions influent réellement sur le jeu et sur les joueurs.

Changements de système en cours de match

Même lorsque l'entraîneur entend mettre en œuvre une stratégie reposant sur une formation en particulier, les équipes passent couramment d'une formation à l'autre en cours de match. Par exemple, une équipe ne peut pas jouer en 1-4-0 pendant un match entier, même si ce système correspond bien au profil de l'équipe. Cela s'avérerait difficile à appliquer et surtout contre-productif. Les joueurs doivent affiner leur compréhension du jeu sur ce plan et être capables de passer par un ensemble de formations différentes qui leur sont familières.

Construction du jeu à risque élevé

Dans la construction du jeu, l'une des situations les plus risquées implique de ne placer dans la zone 1 ou 2 qu'un seul joueur, qui subit alors l'essentiel du pressing si l'adverse impose un bloc haut, et de placer tous les autres joueurs dans les zones 3 et 4.

L'entraîneur doit alors se demander si une telle situation (construction dans une formation en 1-3) peut constituer une alternative au power play, dont l'efficacité s'est effondrée ces derniers temps.

Utiliser la largeur pour ouvrir des espaces

Organisation

- Divisez le terrain en trois zones verticales (5 x 40 m / 10 x 40 m / 5 x 40 m).
- Mettez en place un deux contre deux (un contre un dans chaque moitié de terrain) dans les zones latérales, et un un contre un avec un joker jouant pour l'équipe qui attaque dans la zone du milieu.

Explication

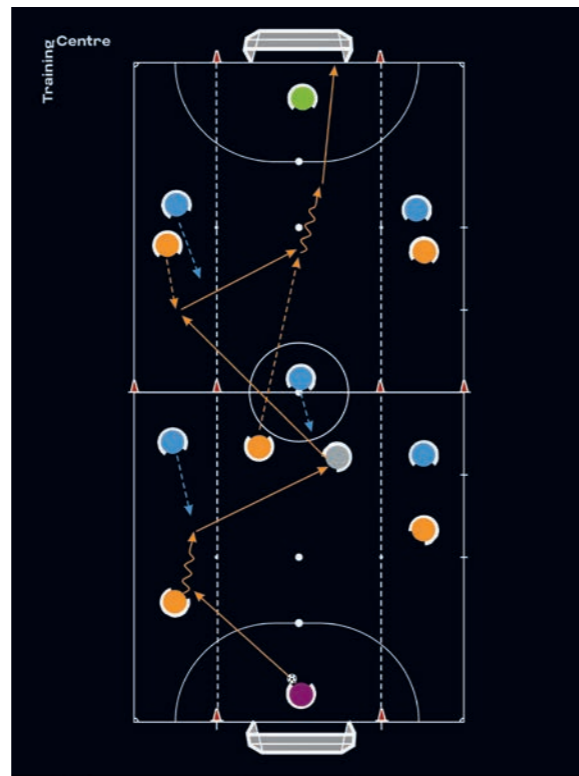
- Le ballon part du gardien de l'équipe qui attaque.
- Les joueurs doivent toujours rester dans leur zone attitrée.

Variantes

- Variante 1 : les joueurs de l'équipe avec ballon peuvent permuter avec des coéquipiers situés dans d'autres zones, mais dans la même moitié de terrain.
- Variante 2 : les joueurs excentrés peuvent permuter avec des coéquipiers situés dans l'autre moitié de terrain.
- Variante 3 : les défenseurs suivent les joueurs qui permutent.
- Variante 4 : situation de match dans laquelle il ne peut y avoir plus de cinq joueurs par équipe (plus le joker) dans une moitié de terrain.

Éléments techniques

- Il est possible de supprimer les contraintes une fois que les joueurs ont compris l'exercice.
- Demander aux gardiens de faire office de joker leur permet de travailler le power play (gardien volant).
- Les joueurs doivent réfléchir à la manière dont leur positionnement peut contribuer à favoriser le jeu offensif.
- La conservation du ballon est essentielle pour progresser.
- Il convient d'insister sur les dédoublements dans les zones excentrées et demander aux ailiers de rentrer dans l'axe.
- Les joueurs sans ballon doivent toujours réfléchir à la façon dont leurs déplacements et l'orientation de leur corps peuvent influencer les décisions du porteur.



FIFA Training Centre

- Se replacer rapidement et aspirer les adversaires augmente les chances de succès d'un joueur, en défense comme en attaque.
- Mettre du rythme et multiplier les déplacements aide l'équipe à se rapprocher efficacement du but adverse.
- Être constamment en mouvement et ouvrir des lignes de passe permet d'offrir plusieurs options au porteur.
- Lorsqu'un ailier est trouvé, ses coéquipiers doivent accélérer le rythme de l'attaque.

11.1.2 Construction du jeu sans opposition

Lors de la Coupe du Monde de Futsal de la FIFA, Lituanie 2021™, rares sont les équipes à avoir mis en place un bloc défensif bas ou médian – qui permet à l'adversaire de construire sans subir la pression qu'exerce un bloc haut sur le porteur du ballon – alors qu'elles étaient nombreuses par le passé. Durant de cette compétition, la tactique défensive dominante a été le bloc haut avec un pressing lancé dès la première passe du gardien.

Lors des phases des **joueurs en développement** et des **joueurs des catégories de jeunes**, alors que l'accent est mis sur l'acquisition d'une compréhension du futsal, la mise en place de blocs bas permet à l'équipe de construire le jeu presque sans opposition lorsqu'elle est en possession du ballon. Bien sûr, en situation de match, les adversaires sont toujours présents, mais un bloc bas est plus passif qu'un bloc médian ou haut.

Lorsque l'adversaire met en place un bloc haut ou un bloc / pressing médian, cela augmente le risque de subir des contre-attaques, ce qui doit pousser le porteur du ballon à prendre des décisions plus rapidement et en prenant plus de risques que lors d'une construction sans opposition.

Il peut sembler que la construction sans opposition favorise l'équipe qui attaque. La réalité est toutefois différente : si l'équipe qui attaque parvient à conserver plus facilement la possession du ballon, elle peut en revanche éprouver de plus grandes difficultés à ouvrir des espaces et pénétrer la défense adverse (et donc s'ouvrir le chemin vers le but).

Parmi les stratégies les plus risquées figure celle qui consiste à ne placer qu'un joueur en zone 2 et le reste de l'équipe en zone 4. Cela entraîne un risque important si le ballon est perdu dans les zones 2 ou 3 alors qu'il ne reste qu'un seul défenseur ; il doit donc s'agir d'un risque calculé.



Construire depuis l'arrière

Organisation

- Divisez le terrain en trois tiers.
- Formez deux équipes de cinq joueurs (plus un gardien).
- Mettez en place un deux contre un dans le premier tiers, un deux contre deux dans le deuxième tiers et un un contre deux dans le dernier tiers.

Explication

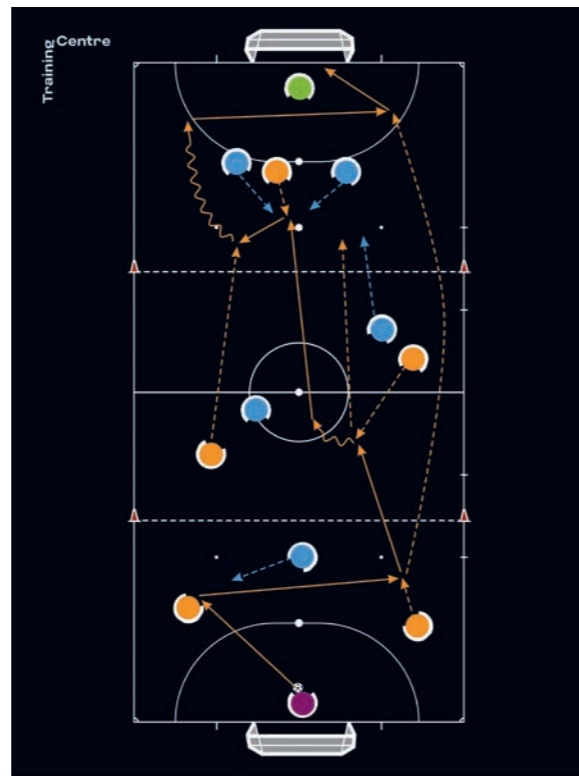
- Le ballon doit passer par les trois zones avant qu'un but puisse être marqué.
- Le ballon part du gardien de l'équipe qui attaque.
- Les deux joueurs du premier tiers doivent toucher le ballon au moins une fois chacun avant de pouvoir transmettre dans le deuxième tiers.
- Le joueur qui fait la passe dans le deuxième tiers peut rejoindre les deux coéquipiers qui s'y trouvent déjà afin de créer le surnombre, à trois contre deux.
- Lorsque le ballon arrive dans le troisième tiers, seul un défenseur du deuxième tiers peut redescendre, créant ainsi une situation de quatre contre trois.

Variantes

- Variante 1 : limiter le nombre de défenseurs autorisés dans leur propre moitié de terrain afin de créer un quatre contre trois en faveur de l'équipe qui attaque.
- Variante 2 : tous les joueurs de l'équipe sans ballon peuvent défendre dans leur propre moitié de terrain afin de créer un quatre contre quatre.

Éléments techniques

- Les joueurs doivent se focaliser sur la conservation du ballon afin de pouvoir progresser de tiers en tiers.
- L'équipe avec ballon doit privilégier les passes vers l'avant pour pénétrer dans la défense adverse le plus rapidement possible.
- Ouvrir des lignes de passe au porteur lui offre différentes solutions.



FIFA Training Centre

- Il est important de rester patient en phase de possession et d'essayer de créer des espaces.
- La communication non verbale avec ses coéquipiers (gestes, orientation du corps) est essentielle.
- Les feintes de corps peuvent être utiles pour se démarquer et ainsi avoir suffisamment d'espace pour recevoir le ballon.
- Il convient de mettre du rythme, en multipliant les déplacements et en proposant des solutions.
- Faire circuler le ballon rapidement peut désorganiser la défense adverse et ouvrir des brèches.

11.1.3 Construction du jeu avec opposition

L'immense majorité des équipes s'appuient sur différentes formations pour assurer une certaine variation dans leur jeu et trouver des alternatives face aux problèmes posés par l'adversaire. C'est peut-être plus spécifiquement approprié pour les joueurs des catégories de jeunes, dans la mesure où l'objectif, au cours de cette phase, est de faire en sorte qu'ils fassent des expériences et acquièrent une certaine compréhension des stratégies et de leur mise en place.

L'utilisation d'une formation en 1-3-1 pour utiliser toute la profondeur du terrain et jouer de façon plus directe fait partie des stratégies destinées à surmonter le pressing adverse.

Une autre approche consiste à partir d'une formation en 4-0 pour tenter d'aspérer l'adversaire et de lui faire ainsi abandonner son bloc défensif bas, à la recherche d'un élément déclencheur permettant d'exploiter l'espace ainsi créé dans le dos de la défense. Pour pratiquer ce type de jeu, il faut posséder une excellente maîtrise du ballon dans un contexte où les joueurs effectuent beaucoup de déplacements. Ce sont donc les équipes les plus avancées et possédant la meilleure technique individuelle qui ont plutôt tendance à adopter cette approche.



Ces deux exemples présentent deux manières principales d'aborder un pressing (qu'il soit haut, médian ou bas) :

Approche directe

Quelle que soit la formation choisie, adopter une approche plus directe implique moins de risques, mais cela requiert une maîtrise technique élevée de la part de tous les joueurs.

Approche élaborée

Il est également possible de passer par des périodes prolongées de conservation du ballon, tout en maintenant un contrôle et une discipline élevés dans le cadre du système utilisé et en vue de l'accomplissement de l'objectif. Là aussi, il faut posséder une grande maîtrise technique pour parvenir à conserver le ballon lors de longues séquences de passes, surtout sous la pression de l'adversaire.

Pour les équipes qui choisissent des systèmes de jeu élaborés, la difficulté réside dans la capacité à identifier l'élément déclencheur de l'action décisive (c'est-à-dire le moment où il faut lancer une attaque directe) lorsqu'on ne maîtrise pas intégralement le système de jeu, à cause du manque de soutien et du risque accru de perte du ballon que cela entraîne.

Construction offensive

Organisation

- Utiliser le terrain entier.
- Diviser le terrain en trois zones, les deux zones d'en-but mesurant 10 mètres de longueur.
- Former trois équipes de quatre et en placer une dans chaque zone.
- Placer un gardien dans chaque but.

Explication

- L'équipe dans la zone centrale commence l'exercice en possession du ballon.
- Les deux autres équipes ne peuvent défendre que dans leur zone.
- En cas d'échec de l'offensive et/ou de récupération adverse, l'équipe qui était en défense doit attaquer le but de l'autre extrémité.
- Si elle parvient à marquer, elle garde la possession et attaque alors le but à l'opposé.

Éléments techniques

- En l'absence de pressing sur le porteur, ses coéquipiers doivent lui offrir des options de passe plus longue afin d'étirer le jeu.
- Adopter la bonne posture et ne pas quitter le ballon des yeux.
- Créer sans cesse de nouvelles lignes de passes pour ses coéquipiers.
- Se concentrer sur la conservation du ballon et exploiter les relâchements adverses.
- Le jeu sans ballon est essentiel et aide à déstabiliser et à désorganiser la défense.
- Décider de l'option la plus judicieuse entre tirer ou continuer de construire. Attendre patiemment que la meilleure situation de tir se présente.
- Repérer les occasions de but ou de passe décisive.
- Effectuer des passes rapides et appuyées pour créer le décalage.
- Désorganiser le bloc défensif par des changements rapides de rythme et de position et des appels visant à aspirer les adversaires.
- Faire tout son possible pour ne pas perdre le ballon. Faire preuve de prudence, ne prendre de risque que s'il y a plus de chance de marquer que de perdre le ballon.



FIFA Training Centre

Construire depuis l'arrière sous la pression

Organisation

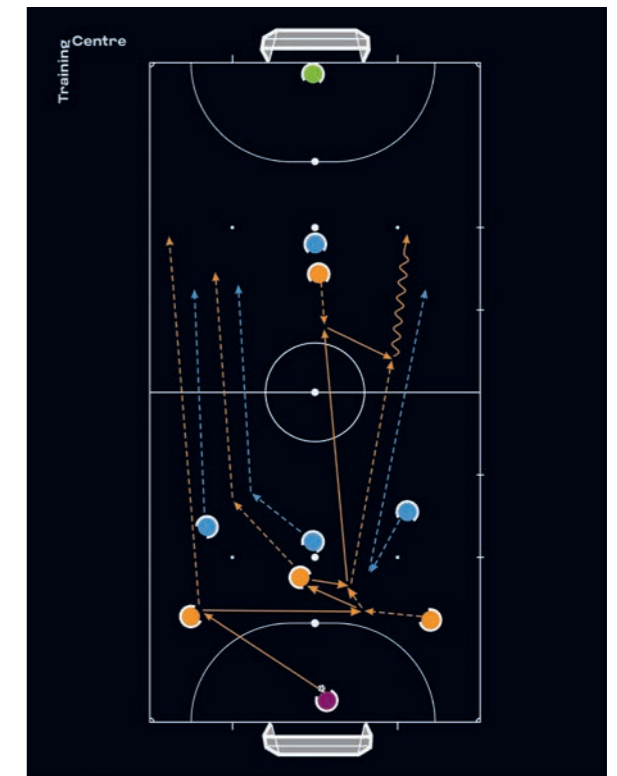
- Utiliser le terrain entier
- Organiser un 4 contre 4, plus deux gardiens.
- Mettre en place, pour chaque équipe, une formation en 3-1, avec un 3 contre 3 dans une moitié de terrain et un 1 contre 1 (joueurs en pivot) dans l'autre moitié.

Explication

- L'exercice commence avec une passe courte du gardien à l'un des joueurs dans sa moitié de terrain.
- Les trois joueurs doivent ensuite réussir trois passes malgré le pressing avant de pouvoir transmettre au pivot positionné dans la moitié adverse.
- Quand une équipe perd la possession, l'exercice recommence avec le gardien adverse.

Éléments techniques

- Les pivots doivent percevoir les espaces potentiels et se déplacer de manière à offrir des lignes de passe à leurs coéquipiers.
- Utiliser toute la largeur du terrain pour se défaire du pressing adverse.
- Mettre son corps en opposition pour gêner l'adversaire et ouvrir une ligne de passe pour le porteur.



FIFA Training Centre



11.1.4 La phase offensive

Pour être efficace sur le plan offensif dans le futsal moderne, l'équipe en possession du ballon doit se montrer suffisamment fluide sur le plan tactique pour pouvoir effectuer immédiatement une transition vers une action défensive.

L'attaque est la phase de jeu qui nécessite le plus de pratique et de développement.

Pour aboutir, une attaque placée ou reposant sur une construction progressive du jeu nécessite de la patience, une bonne lecture du jeu et de savoir comment désorganiser une défense.

Toute attaque rapide repose sur la vitesse d'exécution, la précision et l'effet de surprise.

La fluidité offensive, la patience et la capacité à progresser sur le terrain par le jeu de passes sont des qualités affichées par les meilleures équipes de futsal. Cela repose sur la compréhension et la lecture du jeu qu'ont les joueurs et sur leur capacité à s'intégrer dans un jeu collectif.

L'utilisation d'unités de trois ou quatre joueurs joue un rôle important dans la cohésion de l'équipe, indispensable pour afficher cette fluidité tactique. Il s'agit également d'un protocole fondamental pour développer des groupes de joueurs capables de s'adapter à des styles de jeu particuliers tout en restant efficaces lorsqu'ils sont utilisés ensemble. L'époque où on remplaçait les joueurs un par un est révolue (sauf dans la phase des joueurs en développement) ; l'heure est aux remplacements effectués à des fins tactiques.

C'est un élément important pour tout entraîneur de futsal. Pour obtenir des résultats intéressants, il est essentiel de comprendre comment structurer la transition des joueurs en développement aux joueurs des catégories de jeunes de façon à former leur compréhension de la dimension tactique du jeu et à l'associer à des capacités techniques particulières.

Les unités de quatre joueurs peuvent également être constituées à partir de deux groupes de six joueurs qui ont été entraînés de façon à se comprendre parfaitement dans le jeu. Les unités de quatre joueurs doivent posséder la capacité à reconnaître des schémas familiers et à se déplacer de façon cohérente sur le terrain, même si l'exigence sur ce plan doit sans doute être moins élevée lors de la phase des joueurs des catégories de jeunes. Quoi qu'il en soit, une fois les joueurs arrivés à maturité, ils doivent avoir parfaitement intégré cette dimension.



La capacité à se défaire de formations offensives rigides pour s'adapter au bloc défensif adverse est cruciale pour remporter des matches. Aujourd'hui, on ne voit plus autant d'équipes adhérer strictement à un système rigide sur toute la durée d'un match. Au plus haut niveau, les équipes sont capables de passer d'un système de jeu à l'autre et ne s'appuient plus de façon aussi évidente sur une seule formation. Chez les équipes les plus avancées, dans les compétitions nationales comme à l'échelle internationale, c'est largement intentionnel, tandis que dans le futsal de base, dans les catégories de jeunes et dans le futsal de loisir, cela se produit de façon plus accidentelle parce que le jeu est moins structuré ; cela n'en a pas moins un impact réel sur le terrain.

Comme le suggèrent les données de la Coupe du Monde de Futsal de la FIFA 2021, de nombreuses équipes ont affiché une fluidité tactique considérable avec des joueurs clés jouant un rôle central dans la plupart des phases offensives, ce qui souligne l'importance de la précision du jeu de passes pour être efficace au plus haut niveau. L'implication du gardien de but dans un rôle actif de joueur de champ a certes récemment bousculé les statistiques, mais cela n'en démontre pas moins la nécessité, pour les gardiens de but d'aujourd'hui, de participer plus activement que jamais au jeu et de contribuer de façon significative à la construction du jeu.

La fluidité de cette intégration dans le jeu se répercute dans les systèmes de jeu utilisés (notamment dans la variété des profils des joueurs concernés et les systèmes en 1-3, 3-1, 2-2 et 4-0 appelés à être utilisés lors des mêmes phases de jeu) au fur et à mesure que l'équipe se développe et approfondit sa compréhension du jeu.

Pour ceux qui découvrent le futsal, tout comme pour les joueurs et entraîneurs inexpérimentés, ces systèmes de jeu peuvent passer inaperçus dans un premier temps. Il faut en effet être habitué à repérer ce genre de choses, surtout pour le très haut niveau, où le ballon et les joueurs se déplacent à une vitesse incroyable. Pourtant, même si le déroulement d'un match semble être une suite de mouvements imprévisibles, les systèmes utilisés restent visibles.

C'est là que l'entraîneur de futsal doit donner à ses joueurs les moyens de comprendre tous les systèmes de jeu, leurs différences et les transitions d'une formation à l'autre lors d'un même temps de jeu. Ils doivent surtout être en mesure de comprendre pourquoi ces changements se produisent et en vue de quel objectif tactique ou stratégique. Toutes ces données tactiques sont susceptibles de varier d'un entraîneur à l'autre en fonction de la stratégie et des objectifs de l'équipe, mais il existe certains fondamentaux sous-jacents qu'il convient d'exposer aux joueurs.

La phase offensive implique désormais un nombre croissant de duels, dont l'issue repose davantage sur les capacités techniques du porteur de balle que sur la coordination des déplacements et des passes de toute l'équipe. Bien sûr, les duels ont toujours fait partie du jeu, mais dans le futsal moderne, les équipes qui manquent de cohésion et de compréhension de la dimension tactique du jeu (ce qui indique potentiellement une insuffisance du côté de l'entraîneur) adoptent cette approche pour remporter des matches. Dans certains cas, cela permet d'obtenir les résultats voulus, mais quand on dépend trop des performances de quelques joueurs, ce n'est pas efficace à long terme.

Il s'agit d'un problème si on se place dans l'optique du développement du futsal. Les équipes ne peuvent pas se contenter d'attendre monts et merveilles de leurs meilleurs joueurs pour se créer des occasions de but. Au contraire, il convient de s'appuyer sur la conservation du ballon et de l'utiliser pour repérer des occasions de passe et de tir pour ceux qui présentent les meilleures qualités offensives, plutôt que de donner à l'adversaire autant d'occasions de récupérer le ballon facilement. Cela nécessite de fonder les entraînements sur la notion de développement.

Tout manque de structure dans les plans offensifs est susceptible de produire des matches où le jeu va sans arrêt d'un but à l'autre et où la possession change fréquemment. Pour obtenir de bons résultats, il est fondamental de parvenir à conserver le ballon dans la moitié de terrain adverse et en particulier dans le dernier tiers. La patience et la compréhension de l'importance de la possession constituent des facteurs clés en phase offensive.

Toutefois, la FIFA est pour la première fois en mesure, pour affiner cette perspective, de s'appuyer sur l'analyse de données de jeu, et notamment celles de la Coupe du Monde de Futsal 2021. Il se trouve que les données indiquent ici que la conservation du ballon s'est avérée moins cruciale que prévu pour obtenir de bons résultats. Par exemple, lors de la phase de groupes, l'équipe qui avait réussi le plus de passes de toute la compétition n'est pas parvenue à se qualifier, ce qui montre l'importance de la qualité des passes et de leur rôle dans la préparation des phases offensives. La possession n'est utile que si l'équipe

parvient à en tirer parti. Avoir un haut niveau de possession du ballon n'en vaut pas la peine si cela ne permet pas de marquer des buts : il faut davantage se concentrer sur les résultats offensifs. Cela étant, c'est la création d'occasions de but qui représente le plus grand défi tactique en futsal.

Pour les pays où le futsal est en voie de développement, la difficulté repose sur la capacité à orienter le jeu vers l'avant de façon positive, et d'une manière plus générale sur l'obtention de résultats qui reflètent tout le travail accompli.

Le présent Manuel de l'entraîneur insiste fortement sur le besoin de s'appuyer sur des méthodes d'entraînement adaptées à l'âge des joueurs tout au long des phases du joueur en développement et du joueur des catégories de jeunes. Sur cette dernière décennie, le nombre de joueurs qui s'illustrent au plus haut niveau dès le début de leur carrière a fortement baissé. Bien que la raison n'en ait pas été identifiée jusqu'à présent, les experts techniques de la FIFA sont majoritairement de l'avis que les lacunes à l'entraînement constituent un facteur clé. On estime également qu'il est plus facile pour un entraîneur de travailler avec des joueurs adultes de haut niveau qui comprennent déjà le futsal que de faire l'effort d'amener à ce niveau une nouvelle génération de joueurs. Cela doit changer, et notre manière d'entraîner doit changer aussi. Il est crucial, pour n'importe quelle équipe de haut niveau, de pouvoir s'appuyer sur un mélange de joueurs expérimentés et de jeunes talents, ce qui nécessite un certain courage.

La dimension physique du jeu

La dimension physique du futsal est un autre sujet qu'il est important d'aborder. Tous les joueurs devraient aspirer à disposer d'une présence physique suffisante pour leur permettre de presser leurs adversaires. Il s'agit d'une capacité particulièrement utile pour les équipes qui pratiquent un pressing haut. Dans cette optique, la dimension psychologique est importante dans ces situations puisque les joueurs doivent être en mesure d'imposer un défi physique sans perdre leur calme dans le jeu.

Commencer moins de fautes

Les données montrent également qu'en phase offensive, les équipes commettent de moins en moins de fautes, à tous les niveaux. Une étude plus approfondie des données dans ce domaine permet de pointer toute une série d'explications possibles pour cette diminution constante. On peut mentionner l'idée selon laquelle l'existence de périodes de possession prolongées s'appuyant sur un jeu de passes plus rapide et précis offre à l'adversaire moins de possibilités d'intervention et donc de fautes. On pourrait aussi parler de la prédominance actuelle des attaques directes, qui diminuent le nombre de contacts directs avec les joueurs adverses. Il existe peut-être aussi une influence des changements d'approche de l'arbitrage consécutive à certains changements des Lois du Jeu, mais on peut également considérer que les méthodes d'entraînement ne sont pas étrangères à cette tendance. Il est nécessaire de comprendre la portée des changements de règles et de discerner leurs conséquences sur le jeu pour pouvoir s'y adapter et innover par la même occasion. Les Lois du Jeu établissent un cadre de référence que tout le monde est supposé connaître (les paramètres selon lesquels le jeu doit être pratiqué). Entraîner une équipe de futsal, c'est savoir repousser dans un esprit d'innovation les limites imposées par les Lois du Jeu. L'entraîneur doit jouer un rôle actif dans l'exploitation des Lois du Jeu pour rendre le futsal encore plus passionnant à regarder.

Style offensif

Pour beaucoup de gens, c'est son caractère fondamentalement varié qui rend le futsal si intéressant, et qui doit pousser l'entraîneur à innover. Ces dernières années, l'écart existant entre les meilleures nations mondiales et les autres s'est rétréci. Il est clair que les joueurs et les entraîneurs comprennent de mieux en mieux le jeu, même si cela entraîne l'adoption d'un jeu

plus défensif au détriment du côté spectaculaire du jeu offensif pratiqué au plus haut niveau. Mais on a également constaté récemment que ces mêmes nations étaient également capables de rivaliser en adaptant leur jeu offensif de façon peu orthodoxe, à travers la recherche de l'effet de surprise. De l'autre côté du terrain, la complexité de leurs schémas défensifs aide aussi à ajouter de l'imprévisibilité dans le jeu.

C'est là qu'interviennent les notions de science du jeu et de savoir-faire dans le jeu chez l'entraîneur, deux dimensions essentielles pour explorer tout ce que permettent les règles et standards du futsal. Cela requiert beaucoup d'implication et de persévérance de la part des joueurs et de l'entraîneur, avec l'envie d'expérimenter, mais il convient également de tenir compte de la façon dont le jeu est pratiqué dès le plus jeune âge pour préparer au mieux les joueurs en développement et les joueurs des catégories de jeunes.

Le but du joueur démarqué au deuxième poteau est resté un classique du futsal pendant des décennies. Aujourd'hui, les équipes y ont de moins en moins recours en raison des progrès techniques dans le jeu, de l'essor de la contre-attaque et de l'agilité accrue des gardiens de but. Bien sûr, il y a encore des buts marqués de cette manière, mais pas autant que ces vingt dernières années, ce qui confirme là encore que ce sport est en train d'évoluer. On voit de plus en plus de un contre un, de marquage individuel, de jeu direct et d'actions articulées autour d'un joueur en pivot. Les équipes démontrent aussi une plus grande conscience de leur capacité à défendre, ce qui implique probablement une confiance plus grande apportée à chaque joueur sur le plan individuel pas uniquement sur le plan offensif, mais aussi en défense.

Quand une équipe choisit de ne pas construire le jeu en passant par le deuxième tiers mais plutôt en s'appuyant davantage sur des actions individuelles, c'est peut-être le signe d'un changement de planification sur le plan tactique. Mais le plus probable reste que cela repose sur l'absence dans l'équipe de joueurs d'un niveau technique suffisant et sur les limites techniques de l'équipe au sens large. Cela n'empêche pas d'obtenir parfois de bons résultats, mais ce n'est pas soutenable à long terme. Tout indique plutôt qu'il conviendrait de se concentrer davantage sur les besoins des joueurs en développement.

Attaques par vagues progressives

Organisation

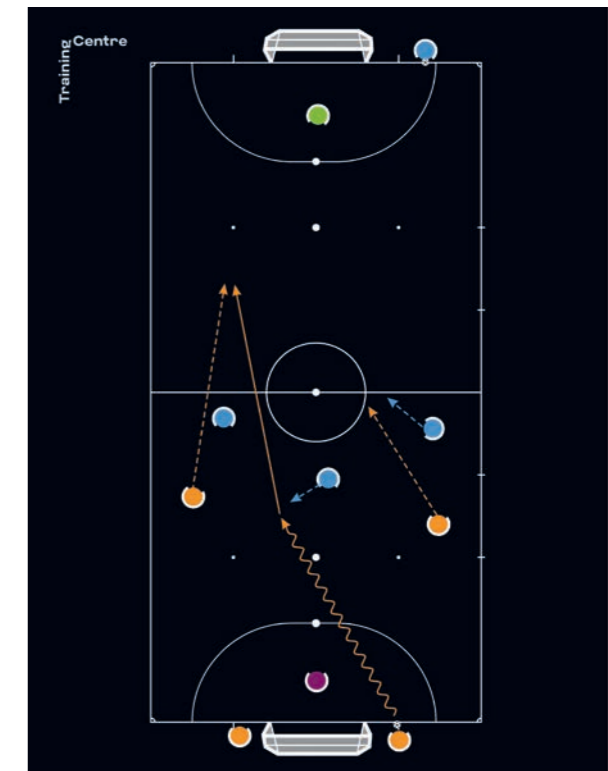
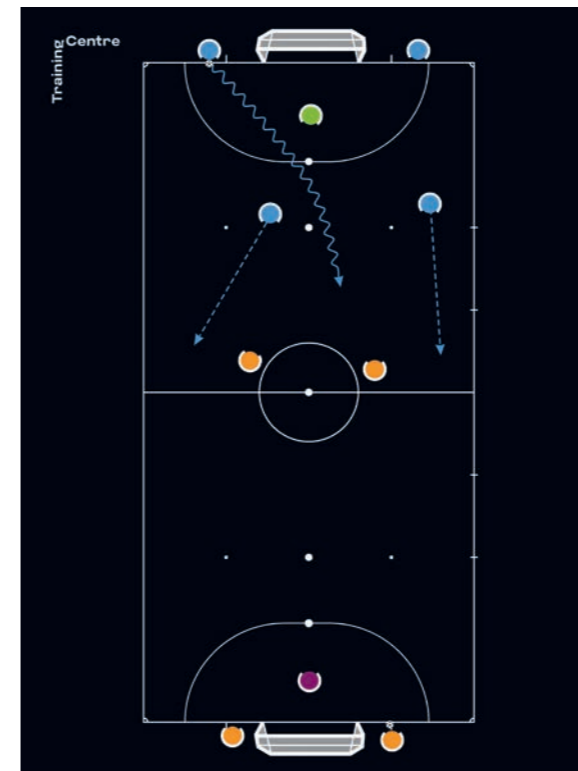
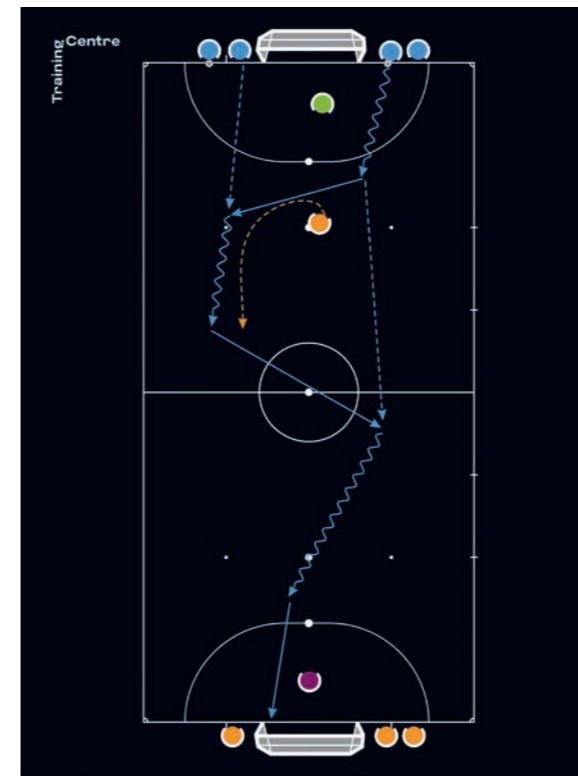
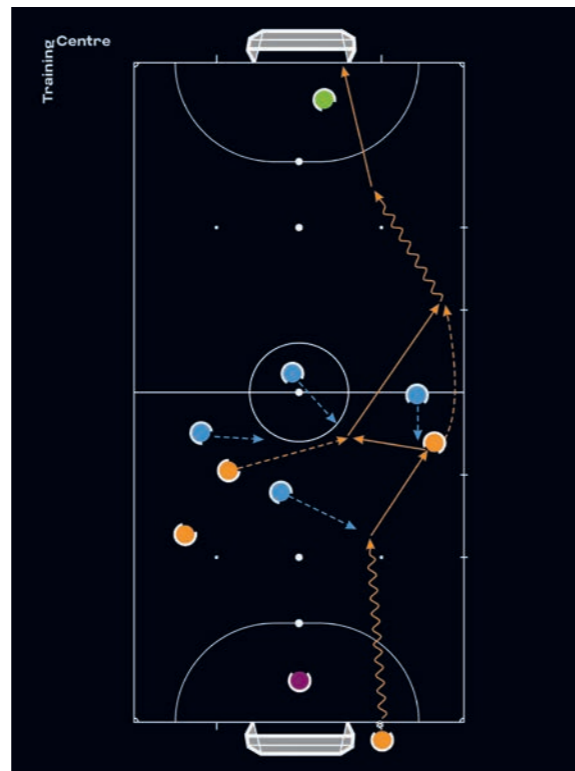
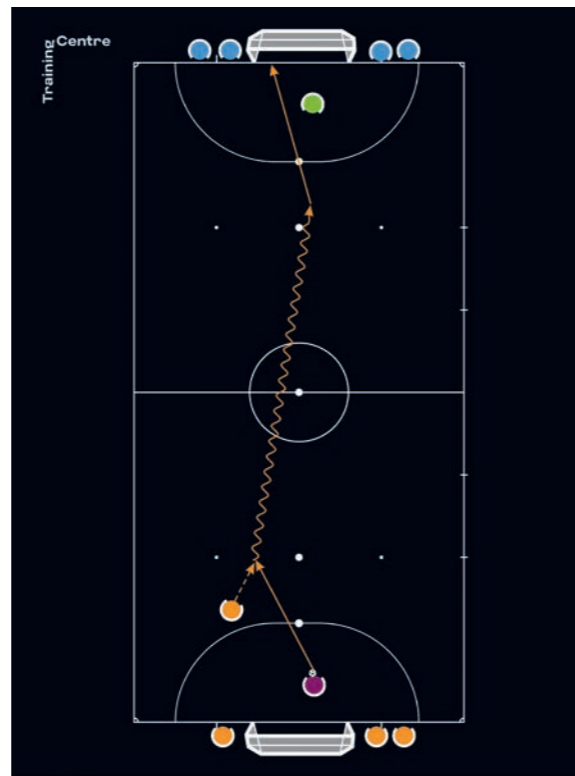
- Utiliser tout le terrain.
- Placer un gardien dans chaque but.
- Placer deux équipes de quatre joueurs derrière chaque but.

Explication

- L'exercice commence lorsque l'un des deux gardiens passe le ballon à un de ses joueurs présent sur le terrain, qui doit tenter de marquer dans le but opposé.
- Indépendamment de la conclusion de l'action, ce joueur reste sur le terrain et devient maintenant défenseur. Deux adversaires entrent en jeu pour une séquence en 2 contre 1.
- Le gardien dont le but vient d'être attaqué sert l'un des deux joueurs qui viennent de rentrer et l'exercice reprend. Le duo doit essayer de marquer dans le but opposé.
- Lorsque ce 2 contre 1 s'achève, un autre joueur de l'équipe qui défendait pénètre sur le terrain de façon à entamer une nouvelle séquence, cette fois en 2 contre 2 en direction du but adverse.
- L'exercice se poursuit selon la même progression (3 contre 2, 3 contre 3, 3 contre 4 et s'achève par un 4 contre 4).
- L'exercice reprend au début lorsqu'il a atteint sa dernière configuration, en 4 contre 4.

Éléments techniques

- Les joueurs qui n'ont pas le ballon doivent essayer de proposer des solutions de passe intéressantes pour le porteur du ballon.
- Attention au ballon durant les phases de possession.
- Les joueurs doivent utiliser au maximum la largeur du terrain en orientant le jeu sur les côtés.
- Les joueurs doivent se concentrer sur la vitesse d'exécution de la contre-attaque, en réfléchissant aux situations où il convient d'accélérer ou, au contraire, de ralentir le jeu.
- Il convient de veiller à ce que la taille du terrain corresponde à l'âge et au niveau des joueurs.



FIFA Training Centre

Créer des occasions dans le dernier tiers

Organisation

- Divisez le terrain en quatre quarts.
- La zone 1 reste inoccupée jusqu'à ce que l'équipe qui défend récupère le ballon et parte à l'attaque.
- Mettez en place un deux contre deux dans les zones 3 et 4.

Explication

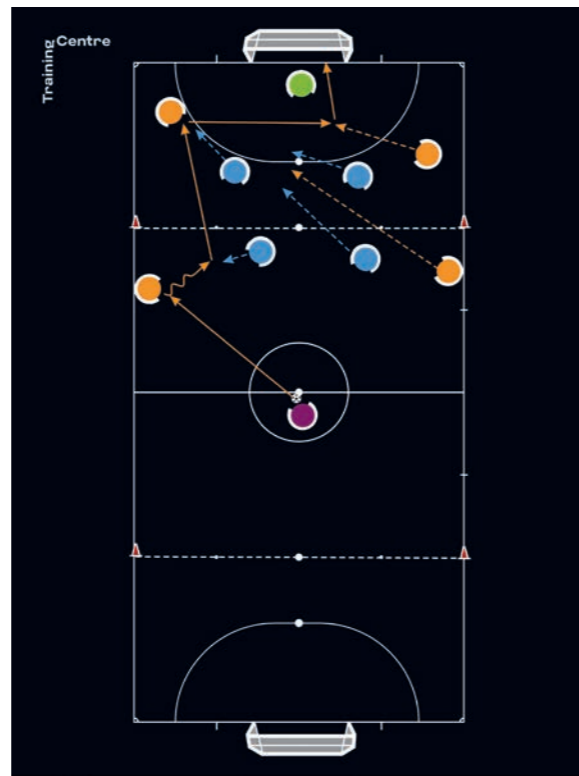
- Le jeu débute avec une relance du gardien de l'équipe qui attaque vers un coéquipier situé dans la zone 3.
- Lorsque le ballon arrive dans la zone 4, un des joueurs de la zone 3 peut entrer dans la zone 4.
- Si le ballon est perdu après une frappe ou un arrêt ou si l'équipe qui défend récupère la possession, celle-ci peut attaquer à son tour, mais ne peut pas frapper au but tant que le gardien adverse n'est pas en place.

Variante

- Le gardien peut participer à l'attaque afin de créer le surnombre (gardien volant).

Éléments techniques

- Les joueurs de l'équipe qui attaque doivent chercher à déséquilibrer leurs adversaires par leurs déplacements sans ballon.
- Les partenaires du porteur doivent créer des espaces pour ouvrir des lignes de passe et mieux gérer la possession.
- Les joueurs de l'équipe qui attaque doivent rechercher les duels afin d'éliminer les défenseurs.
- S'appuyer sur le pivot est une bonne solution pour faire remonter le ballon.
- Se montrer patient dans la construction aide à créer des situations dans lesquelles le pivot peut être plus efficace.



FIFA Training Centre

- Avoir une option au second poteau et encourager les joueurs à dédoubler permet de renverser rapidement le jeu une fois que le ballon a été transmis au pivot.
- Il convient de chercher à verticaliser lorsque cela est possible, en particulier lorsque les risques sont limités et les gains potentiellement importants.
- Le gardien volant doit rester concerné afin d'être prêt à créer le surnombre.



11.1.4.1 Attaque directe

Le fait de progresser sur le terrain grâce à des passes longues présente certains avantages, mais pour réussir sur le long terme, une équipe doit avoir à sa disposition d'autres tactiques offensives.

Les attaques directes ne permettent pas toujours de se procurer des occasions, mais une telle action peut aussi poser les bases d'une phase offensive ultérieure ; dans ce cas, la conservation du ballon est importante s'il n'est pas possible de frapper au but.

Les données de match mettent en évidence une tendance au jeu direct individuel, qu'il se produise de façon intentionnelle ou accidentelle. Les actions individuelles des joueurs prennent alors le pas sur le jeu collectif dans la construction du jeu ou en phase offensive. Il peut s'agir de la conséquence d'un développement limité des joueurs, en raison de l'existence de viviers de joueurs plus importants, ou bien d'un choix délibéré lié à l'émergence d'un joueur au talent individuel exceptionnel.

Lorsqu'une équipe rencontre de la résistance (bloc haut ou médian) dans le jeu, la tendance actuelle consiste à s'appuyer sur le jeu long en faisant l'impasse sur le milieu du terrain (zones 2 et 3). Cela entraîne une désolidarisation des blocs à la recherche de passes longues des zones 1 à 3 pour échapper au bloc défensif de l'adversaire. Cela doit toutefois constituer uniquement une alternative tactique en vue du développement du jeu, et non un remplacement du jeu construit, dans la mesure où les deux stratégies sont complémentaires l'une de l'autre.

Compétences techniques requises

On peut s'interroger sur la validité d'une approche qui ne repose pas sur une progression collective sur le terrain, mais lorsqu'elle est exécutée de manière appropriée avec précision, dans le bon timing et avec les bonnes courses d'appel, le jeu direct a ses avantages. On peut ajouter qu'il s'agit d'une corde de plus à l'arc d'une équipe sur le plan stratégique.

Les équipes les plus techniques sont probablement les mieux à même de déployer une stratégie combinant un jeu compact à base de passes courtes avec un jeu direct dans la profondeur. Les équipes moins techniques pourront s'appuyer davantage sur le jeu long, en sachant que cette approche est rarement efficace sur toute la durée d'un match.

L'art de la surprise

En phase offensive, pour tirer parti de la possession du ballon, la capacité technique joue un rôle fondamental, mais c'est aussi le cas de l'effet de surprise. Dans ce sens, le pointu est une arme redoutablement efficace de l'arsenal des équipes qui pratiquent un jeu direct. Longtemps considéré comme étant propre au futsal, le pointu doit être effectué à pleine vitesse pour devenir une frappe instantanée véritablement inattendue.

Étirer le jeu et impliquer le gardien de but

Le fait d'étirer le jeu permet d'ouvrir le terrain tout en soulageant la pression exercée par le pressing haut ou le bloc haut de l'adversaire. Cette stratégie s'appuie toutefois sur la capacité de l'attaquant à réagir rapidement en s'extrayant de la zone 1 ou 2. Il faut également qu'un

coéquipier ait la vista nécessaire pour lancer efficacement l'offensive en réussissant une passe rapide et appuyée. Le rôle du gardien de but dans la mise en place du jeu direct est crucial. Dans le futsal moderne, il est de plus en plus indispensable aux équipes pour se créer des occasions de but.

Même lorsqu'une attaque directe n'aboutit pas à une occasion de marquer, elle peut permettre de gagner du terrain pour mettre en place une attaque placée. C'est ce qui en fait un outil complémentaire.

Faire correspondre technique et tactique

Pour évaluer ce concept, on peut s'appuyer sur les observations effectuées après les JOJ 2018 en ce qui concerne les équipes en développement qui utilisaient des tactiques nécessitant certaines capacités techniques précises. L'idée était que les équipes devaient peser soigneusement le pour et le contre avant d'adopter des stratégies reposant sur des capacités techniques complexes, surtout quand on dispose de joueurs dont le développement technique n'est pas achevé.

Même au plus haut niveau, certaines équipes tentent de mettre en œuvre certaines tactiques sans pleinement disposer des capacités techniques nécessaires. Les équipes qui ne sont pas capables d'aligner leur approche tactique sur leurs capacités techniques peinent à se montrer efficaces. Le futsal possède une dimension technique et une dimension tactique, mais cette dernière repose sur la nécessité de comprendre les tactiques concernées et de les exécuter.

Faire remonter le ballon

Organisation

- Divisez le terrain en trois tiers.
- Mettez en place un deux contre deux à chaque extrémité et un un contre un plus joker – qui joue avec l'équipe en possession – dans la zone centrale.

Explication

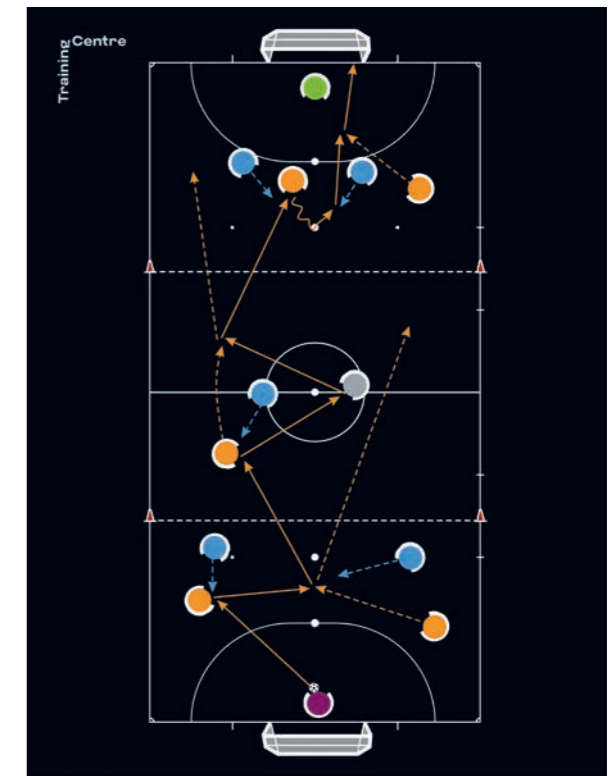
- Le jeu débute avec une relance courte du gardien de l'équipe qui attaque vers un coéquipier situé dans le premier tiers.
- Il est possible d'accéder au deuxième tiers soit en conduisant le ballon, soit en passant.
- Une fois le jeu dans cette zone, l'équipe avec ballon évolue en supériorité numérique, à quatre contre trois.
- Lorsqu'une équipe marque, elle conserve le ballon et reprend le jeu depuis la zone où elle vient de marquer afin d'attaquer dans l'autre direction.

Variantes

- Variante 1 : le joker doit jouer en une touche de balle.
- Variante 2 : les gardiens doivent relancer en moins de quatre secondes.
- Variante 3 : le joker peut jouer libre, mais les autres joueurs de la zone centrale sont limités à une touche de balle.
- Variante 4 : les joueurs de la zone centrale peuvent permuter avec des coéquipiers dans les autres zones.
- Variante 5 : tous les joueurs de la zone centrale peuvent jouer libre.

Éléments techniques

- Les feintes de corps peuvent être utiles pour se démarquer et se rendre disponible.
- Être constamment en mouvement et ouvrir des lignes de passe permet d'offrir plusieurs options au porteur.
- L'accent doit être mis sur le jeu vers l'avant dans toutes les situations (prise d'information, passes et appels).



FIFA Training Centre

- Faire circuler le ballon et rester en mouvement permet de se défaire de la pression de l'adversaire, car celui-ci a plus de difficultés à organiser sa défense.
- Il convient de donner la priorité aux passes vers l'avant et de jouer en retrait uniquement pour ouvrir des espaces dans des zones du terrain plus avancées grâce à des déplacements sans ballon.
- Garder la possession du ballon permet de mieux contrôler le jeu.

11.1.4.2 Contre-attaque

La contre-attaque est une phase de transition qui assure un lien rapide entre la défense et l'attaque.

Le futsal repose sur trois principes de jeu fondamentaux :

- la défense
- l'attaque
- la contre-attaque

La contre-attaque repose sur :

- la vitesse (de passe et de déplacement)
- l'orientation du jeu (vers l'avant)
- l'effet de surprise (le ballon est instantanément relancé à partir d'une position défensive pour tirer parti d'une défense désorganisée)
- l'exploitation des espaces (par tous les joueurs)
- la finition

En conséquence, on peut se poser les questions suivantes :

- Les joueurs préfèrent-ils avoir plus de contrôle sur le rythme du match ?
- Les joueurs sont-ils prêts à multiplier les courses ? Dans ce contexte, il est à noter que presque toutes les équipes choisissent d'effectuer un changement complet (quatre joueurs sortants et quatre joueurs entrants) toutes les trois ou quatre minutes.
- L'entraîneur souhaite-t-il que ses joueurs fassent des courses vers l'avant lors des phases de transition ? Souhaitent-ils que les joueurs restent en permanence calmes et en contrôle du jeu ?
- Les équipes se sont-elles beaucoup améliorées de manière générale sur le plan défensif ?
- Les gardiens de but s'améliorent-ils chaque année et leur importance pour l'équipe est-elle reconnue ?
- À l'entraînement, l'équipe travaille-t-elle davantage sur la construction du jeu plutôt que sur les contres ?

Bien sûr, il n'est pas nécessairement possible d'apporter une réponse simple à chacune de ces questions. Différents facteurs peuvent entrer en jeu en fonction de l'âge des joueurs et de leur phase de développement.

Exploiter l'avantage numérique en contre

Organisation

- Utiliser tout le terrain.
- Diviser le terrain en trois zones.
- Placer un but à chaque extrémité du terrain.
- Placer un gardien dans chaque but.
- Placer deux joueurs offensifs dans la zone centrale.
- Placer trois défenseurs et un attaquant dans chacune des deux autres zones.

Explication

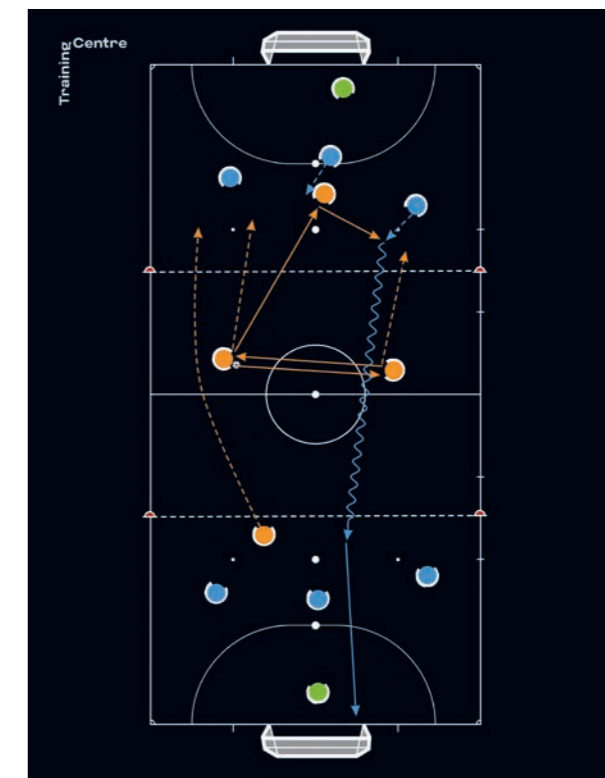
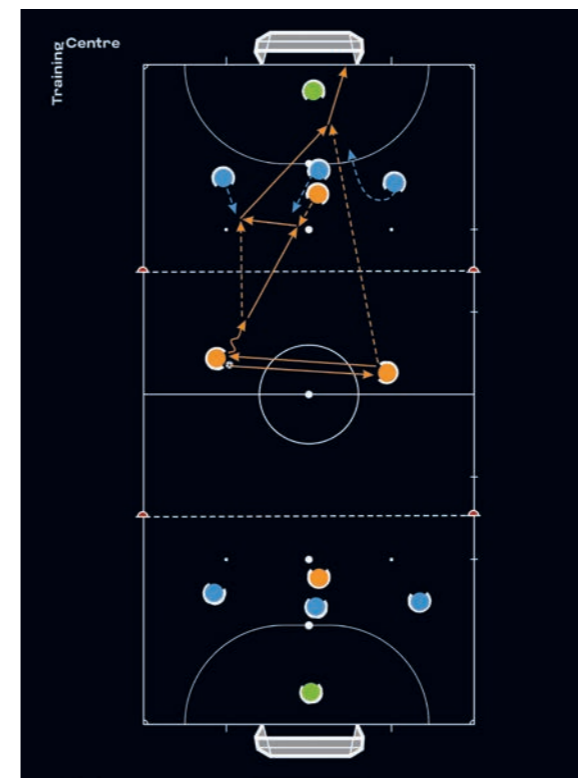
- L'exercice commence par un échange de passes entre les deux joueurs situés dans la zone centrale.
- Ils choisissent lequel des deux buts ils souhaitent attaquer et construisent leur action en s'appuyant sur le joueur offensif qui se trouve dans la zone correspondante.
- S'ils parviennent à lancer une combinaison, ils peuvent entrer dans la zone et entamer une séquence en 3 contre 3.

Variantes

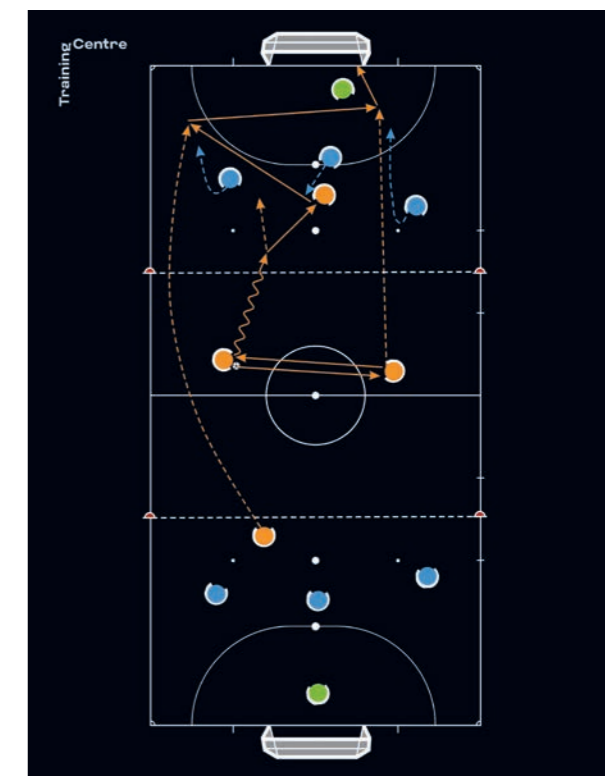
- Une fois que les joueurs de la zone centrale ont entamé leur action, le joueur offensif qui se trouve dans la zone opposée peut venir se joindre à eux pour créer un 4 contre 3.
- L'équipe qui défend peut partir en contre lorsqu'elle récupère le ballon.

Éléments techniques

- Durant la phase de préparation, les joueurs situés dans la zone centrale doivent se placer en diagonale, afin de pouvoir observer simultanément les déplacements de leurs coéquipiers dans les deux autres zones.
- Ces derniers doivent faire leurs appels dans la profondeur ou dans la largeur, de façon à éviter de reculer sur leur première touche de balle.



FIFA Training Centre



Utiliser la vitesse en contre

Organisation

- Utiliser les trois quarts du terrain.
- Placer un but à chaque extrémité de la surface de jeu.
- Placer une gardienne dans chaque but.
- Placer une défenseure dans chaque moitié de terrain.
- Placer une joueuse à chaque extrémité de la ligne médiane.
- Répartir les joueuses restantes en deux groupes et les placer derrière les buts.

Explication

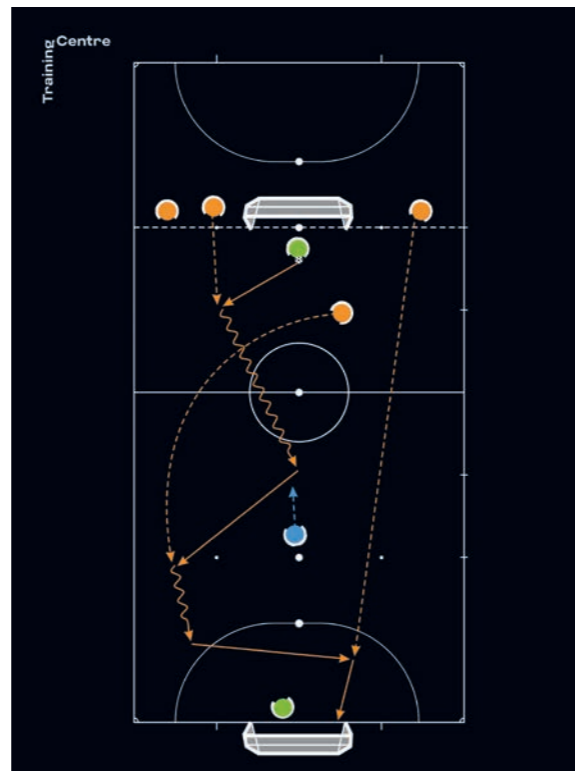
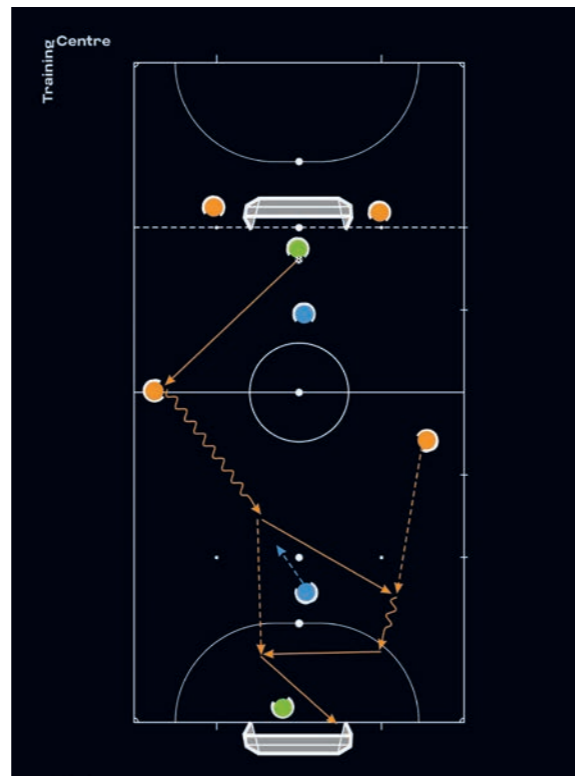
- L'une des gardiennes lance l'exercice en jouant sur l'une des joueuses placées aux extrémités de la ligne médiane.
- La joueuse choisit le but sur lequel elle souhaite attaquer. Elle est épaulée par la joueuse placée à l'autre extrémité de la ligne médiane afin de créer une configuration en 2 contre 1.
- Une fois l'action achevée, les joueuses offensives quittent le terrain et vont se placer derrière le but qu'elles ont attaqué.
- Deux nouvelles joueuses font leur entrée et attaquent le but opposé en compagnie de la défenseure de l'action précédente, créant ainsi une situation de 3 contre 1.
- Les deux joueuses ayant débuté l'exercice en position de défenseures viennent ensuite se placer de part et d'autre de la ligne médiane.
- Les deux dernières entrantes deviennent défenseures.
- Les gardiennes lancent l'action à tour de rôle.

Variante

- La contre-attaque est lancée par une joueuse qui part balle au pied depuis la zone située derrière le but.

Éléments techniques

- Les gardiennes doivent lancer les contres aussi rapidement que possible.
- La joueuse qui a le ballon doit porter son attaque dans l'axe afin d'engager un duel avec la défenseure adverse.
- Les passes et l'orientation des contrôles doivent toujours contribuer à faire progresser le jeu vers l'avant.



FIFA Training Centre

Attaque et contre-attaque

Organisation

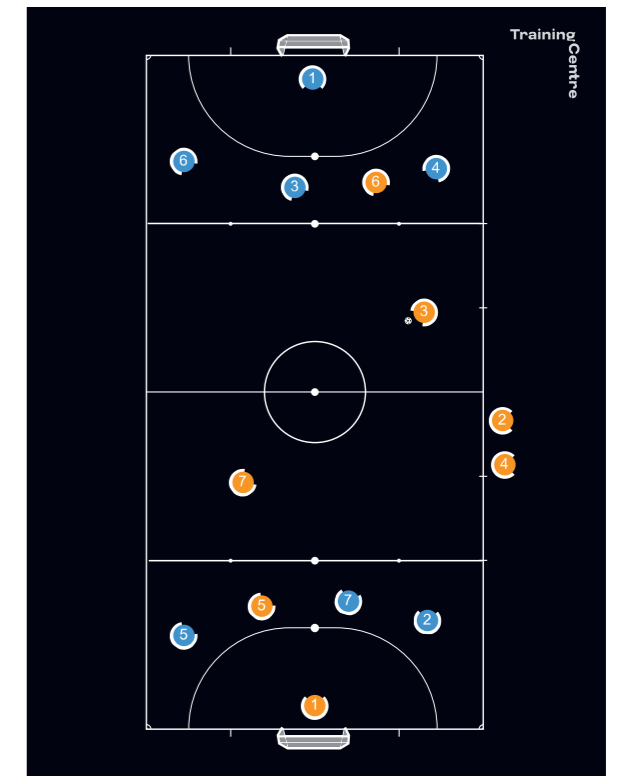
- L'exercice commence par un échange de passes entre les deux attaquants situés dans la zone centrale qui doivent ensuite décider de quel côté attaquer. L'image présente une mise en place sur terrain entier, mais il est possible d'introduire les principes de l'exercice sur un demi-terrain.
- Les attaquants peuvent effectuer une passe directement vers la zone de finition ou y pénétrer balle au pied et initier une attaque à 3 contre 3. Une fois qu'ils sont entrés dans la zone choisie, l'attaquant situé à l'opposé du terrain rejoint ses partenaires pour créer un surnombre (4 contre 3).
- Le jeu se poursuit jusqu'à ce que le ballon sorte du terrain ou qu'un but soit marqué.
- Si les défenseurs récupèrent le ballon, ils peuvent lancer une contre-attaque, comme en match, mais l'un d'eux devra conduire le ballon jusqu'à la zone opposée pour y rejoindre ses partenaires. Les défenseurs doivent se replier.

Explication

- Permuter les équipes afin que chaque groupe ait la possibilité d'attaquer.
- Modifier l'exercice pour avoir une situation de 4 contre 1 dans les zones 1 et 3.
- Modifier l'exercice pour avoir une situation de 4 contre 2 dans les zones 1 et 3.
- Si l'exercice a débuté sur un demi-terrain, passer sur terrain entier en adaptant les dimensions à l'âge et au niveau des joueurs.

Éléments techniques

- Communication.
- Verticalisation.
- Circulation et conservation du ballon.
- Déplacements des joueurs.
- Supériorité et infériorité numérique.
- L'équipe avec le ballon parvient-elle à se procurer des occasions ?
- Jeu en soutien de la part de l'équipe qui attaque
- L'équipe qui attaque prévoit-elle une solution défensive pour retarder le contre ?



FIFA Training Centre



11.1.4.3 Power play

Le futsal possède quelques règles qui lui sont spécifiques. Le power play en fait partie. Bien que la Loi 3.6 ne le mentionne pas explicitement sous ce nom, ce terme est compris universellement comme faisant référence à cette règle et à son application.

À n'importe quel moment dans le match, une équipe peut décider de remplacer son gardien par un **joueur de champ** pour créer le surnombre (même si, naturellement, il ne peut y avoir plus de cinq joueurs dans l'équipe au total). Il s'agit d'une stratégie risquée qui s'appuie sur une capacité exceptionnelle à conserver le ballon et à se déplacer intelligemment sur le terrain, puisque c'est toujours une équipe en possession du ballon qui décide de procéder à un power play.

Pendant longtemps, l'idée était de renforcer la qualité technique générale de l'équipe en privilégiant un joueur de champ, généralement meilleur que le gardien balle au pied. Toutefois, ces derniers temps, la qualité technique des gardiens de but a tellement progressé qu'on en vient à remettre en question le concept du power play.

D'une part, l'impact général du power play s'est avéré peu convaincant malgré une utilisation intensive, mais on a même eu tendance à en abuser chez les joueurs en développement et chez les joueurs des catégories de jeunes, alors qu'il conviendrait avec eux de se concentrer sur la compréhension des concepts plutôt que sur l'application de stratégies. Au départ, le power play est pensé comme une tactique visant à marquer des buts, mais on constate qu'il est aussi utilisé pour conserver la possession du ballon afin d'empêcher l'adversaire de creuser le score ou de revenir dans le match.

La Coupe du Monde de Futsal 2021 a montré que les équipes en phase offensive avaient en réalité peu intérêt à faire appel au power play. Il faudrait procéder à une analyse spécifique pour comprendre ce phénomène et pour savoir de quelle manière attirer l'attention des équipes sur ce point en leur fournissant des solutions à même de rendre son intérêt tactique au power play.

De même, lors des JOJ 2018, les équipes ont eu tendance à utiliser le power play de façon inefficace. Le même constat existe à l'échelle nationale, qu'il s'agisse de futsal de compétition ou de loisir. Dans tous les cas, cela s'explique le plus probablement par une compréhension insuffisante de la façon d'appliquer cette tactique, mais aussi par une conscience limitée de ce que le power play doit permettre d'accomplir pour qu'il soit efficace. Autrement dit, les principes fondamentaux du power play restent encore méconnus.

Sur le plan stratégique, le power play peut servir à conserver la possession du ballon, mais il est beaucoup plus souvent utilisé pour se créer plus facilement des occasions de but (avec une efficacité déclinante tout au long de la dernière décennie). Statistiquement parlant, les données de la Coupe du Monde de Futsal 2021 montrent que les équipes n'ont marqué que 16 buts sur power play (soit un taux d'efficacité de 7% sur l'ensemble des power plays). Sur les 219 actions où un power play a été utilisé, seules 42 ont abouti à au moins une frappe au but, soit une efficacité inférieure à 20% en termes de création d'occasions. Cela confirme l'idée selon laquelle cette tactique ne peut s'avérer efficace que si elle repose sur des joueurs qui possèdent les capacités techniques à cet effet.

Quand il envisage d'utiliser un power play, l'entraîneur doit évaluer s'il s'agit d'un risque intéressant à prendre. En l'occurrence, les chiffres montrent que les power plays aboutissent plus fréquemment à des buts encaissés qu'à des buts marqués. Cela nous amène à la façon adéquate d'utiliser cette tactique.

Principes

L'intérêt du power play est de créer une supériorité numérique, un avantage conséquent sur un terrain de futsal, où il est encore plus crucial de parvenir à trouver des espaces. Une circulation rapide du ballon, associée à une utilisation judicieuse du surnombre en s'appuyant sur les déplacements des joueurs pour franchir une défense adverse déséquilibrée, doit permettre à l'équipe de se créer des occasions.

Jouer trop près du bloc défensif limite les possibilités de se créer des espaces et fait courir le risque d'une interception par l'adversaire. Faire passer le ballon lentement d'un côté à l'autre n'est pas suffisant pour déséquilibrer la défense. De même, quelques permutations des duos sur les ailes ne permettent pas de se créer beaucoup d'occasions de tirer au but.

Pour un entraîneur, il est indispensable de comprendre de quelle manière utiliser un power play pour qu'il soit efficace. Il est tout aussi important que les joueurs comprennent ce principe et sachent comment l'appliquer sur le terrain pour pouvoir avoir recours à cette tactique. Pour parvenir à utiliser efficacement un power play, l'équipe doit faire en sorte que toutes ses composantes fassent l'objet d'un entraînement spécifique et que les capacités techniques nécessaires soient peaufinées chez chacun des joueurs, en insistant sur la compréhension par tous de ce qui connecte le tout.

Comme nous l'avons déjà mentionné, le power play est une tactique utilisée pour s'accaparer le ballon.

Les principes qui sous-tendent le power play :

- **Conserver le ballon**
- **Utiliser le surnombre pour assurer une circulation rapide du ballon** (et ainsi fatiguer la défense)
- **Fissurer le bloc défensif et faire bouger l'adversaire**
- **Mettre la pression sur l'adversaire**

- **Faire varier la vitesse et l'orientation de la circulation du ballon**
- **Créer des possibilités de passe de façon à déséquilibrer la défense**
- **Toujours viser le bon pied des coéquipiers sur les passes**
- **Se déplacer de façon à créer des brèches dans une défense statique**

Le pourquoi de cette tendance et comment la corriger

En ce qui concerne l'efficacité du power play, les données montrent que cette tactique aboutit à des résultats bien différents de ceux que le power play est supposé produire. Cela doit nous pousser à faire en sorte de renverser la tendance en expliquant ce qu'il faut faire pour rendre le power play efficace.

Au total, 16 buts ont été inscrits sur power play lors de la Coupe du Monde de Futsal 2021 contre 19 buts encaissés sur récupération de l'adversaire. Une équipe qui tentait un power play était donc davantage susceptible de concéder un but que d'en inscrire un. Il est intéressant de noter qu'il s'agit là du plus haut niveau de compétition en futsal. Le problème est donc réel. Cette tendance se constate toutefois à tous les niveaux de jeu et repose sur une incompréhension générale de cette tactique. Lors de la Coupe du Monde 2021, 194 tirs ont été tentés pour un total de 16 buts marqués sur power play, tandis que l'adversaire a pu inscrire 21 buts sur 99 tirs tentés. Cela montre clairement que, dans le futsal moderne, il est moins risqué de faire face à un power play que de le pratiquer soi-même. Il s'agit clairement d'une conséquence inattendue de cette Loi du Jeu, mais cela donne matière à réflexion.

On peut attribuer ces résultats à une combinaison de facteurs ; d'une part, une compréhension fautive, de la part des joueurs comme des entraîneurs, de la façon d'utiliser le power play et du moment où il convient de l'utiliser ; d'autre part, une incapacité technique à conserver la possession du ballon, ce qui entraîne des contre-attaques dangereuses de l'adversaire. Le présent Manuel de l'entraîneur vise à mieux atteindre les résultats voulus dans tous ces domaines, de façon à faire en sorte que le power play reste l'avantage tactique significatif qu'il était supposé apporter dans l'esprit de la règle.

Power play

Organisation

- Utiliser un peu plus que la moitié de terrain.
- Placer un but à chaque extrémité de la surface de jeu.
- Organiser un 4 contre 4, plus gardiens.

Explication

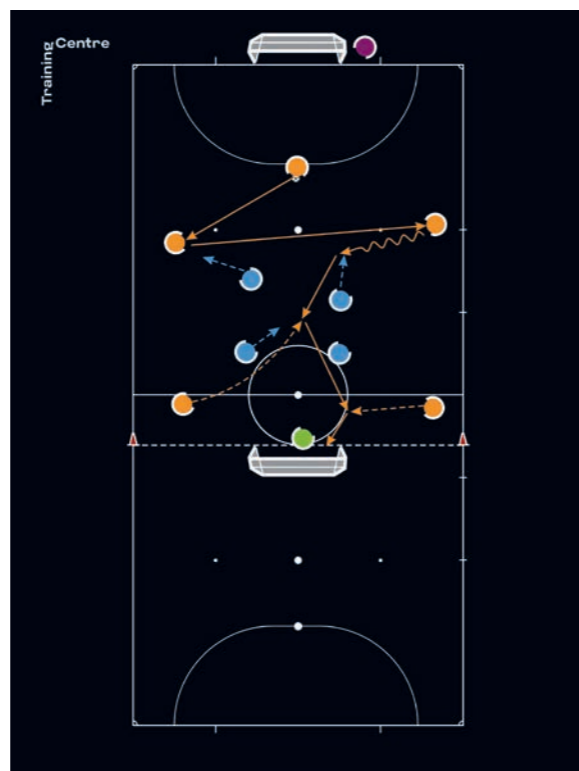
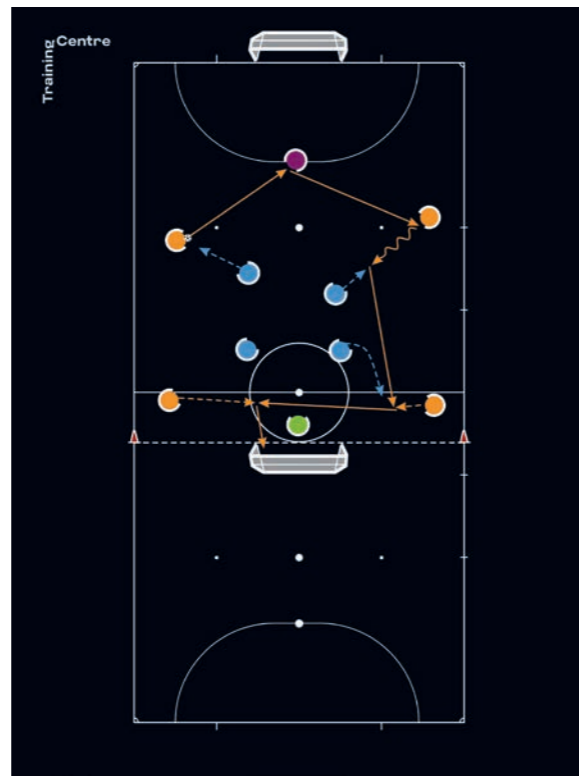
- Le gardien volant lance l'exercice.
- L'équipe en attaque construit et essaie de marquer.
- L'exercice ne s'interrompt que quand le ballon sort du jeu.

Variante

- Remplacer le gardien par un joueur de champ.

Éléments techniques

- Identifier les opportunités de créer des situations de 2 contre 1.
- Se montrer agressif et essayer de profiter de l'avantage numérique.
- Essayer de créer le surnombre dans l'axe pour déstabiliser la défense adverse.
- Prendre l'information pour savoir à tout moment où se trouvent les défenseurs adverses et repérer les failles éventuelles.
- Étirer le jeu pour gêner la couverture défensive de l'adversaire.
- Faire circuler le ballon rapidement pour empêcher l'équipe adverse de vous amener vers la ligne de touche.
- Si l'adversaire adopte un marquage individuel, le gardien avance idéalement balle au pied de manière à déstabiliser la défense adverse, avant de prendre une décision de passe.
- Construire calmement et attendre le bon moment pour passer ou tirer.
- Créer le surnombre dans certaines zones de manière à déstabiliser la défense adverse.
- Accélérer ou ralentir la circulation du ballon en fonction des occasions.



FIFA Training Centre



11.1.5 Identités de jeu sur le plan offensif

Les données les plus récentes apportent un aperçu précieux des différentes philosophies de jeu affichées par les équipes sur le plan offensif. Ce n'est pas un hasard si les équipes les plus efficaces sur le plan offensif sont aussi celles qui obtiennent les meilleurs résultats.

Mais quand on fait face à un adversaire de grande valeur, il devient indispensable de faire preuve de flexibilité dans ses choix tactiques. Parvenir à adapter

son jeu face à un adversaire expérimenté peut permettre d'obtenir de bons résultats, et il convient d'insister sur le fait qu'en futsal, à tous les niveaux de jeu, il est important d'aborder chaque match de manière unique plutôt que de se contenter d'adopter systématiquement la même approche. Il faut pour cela disposer de joueurs polyvalents, qui connaissent bien le jeu et ont suffisamment confiance en leurs qualités techniques et en leur capacité à mettre en œuvre n'importe quelle tactique.

11.1.5.1 Innovation

Tous les sports de conquête évoluent avec le temps – ou du moins ils le devraient. Pour éviter de scléroser le jeu et faire en sorte qu'il reste intéressant, il faut avoir recours régulièrement à l'innovation et à l'expérimentation. La Coupe du Monde de Futsal 2021 a été le théâtre d'innovations de ce genre dans le secteur offensif, en particulier en ce qui concerne la formation en 4-0. Cette évolution tactique particulière reposait sur un changement du mode de fonctionnement des duos classiques, où les joueurs tendaient à s'écartier sur l'aile, le plus avancé sur le terrain des deux reculant délibérément pour se mettre en soutien de son partenaire de façon à recevoir le ballon dos au but dans la zone 2, comme un pivot, avant de passer le ballon sur l'aile opposée pour permettre à un joueur de l'autre duo de franchir la ligne défensive adverse (voir la vidéo ci-dessous). Cette innovation tactique, destinée à mieux exploiter l'espace, repose sur un effet de surprise lié à l'abandon du schéma habituel d'une équipe en possession du ballon.

Pour obtenir des résultats en futsal sur le plan collectif, il faut avoir la possession en raison des contraintes principales de ce sport (taille du terrain, nombre de joueurs, ballon particulier). Si le jeu offensif est interrompu sans arrêt en raison de pertes de balle intempestives provoquées par des erreurs grossières, il devient difficile d'avoir une identité de jeu sur le plan offensif. Comme nous l'avons déjà mentionné, pour conserver la possession, il est important que les joueurs possèdent des capacités de passe et de contrôle de balle suffisantes. Si une équipe a conscience des points forts de certains de ses joueurs mais aussi de ses faiblesses collectives, elle peut être tentée de s'appuyer uniquement sur les qualités individuelles identifiées, mais cela risque de rendre le jeu trop répétitif et prévisible pour que ce soit véritablement efficace. Là encore, cela met en lumière à quel point il est indispensable de mettre l'accent sur ce qui se passe chez les joueurs en développement en futsal.

Tout jeu collectif repose sur la faculté à varier le jeu et à déployer un niveau élevé de flexibilité, en se reposant à la fois sur les qualités individuelles des joueurs et sur leur capacité à jouer les uns pour les autres.

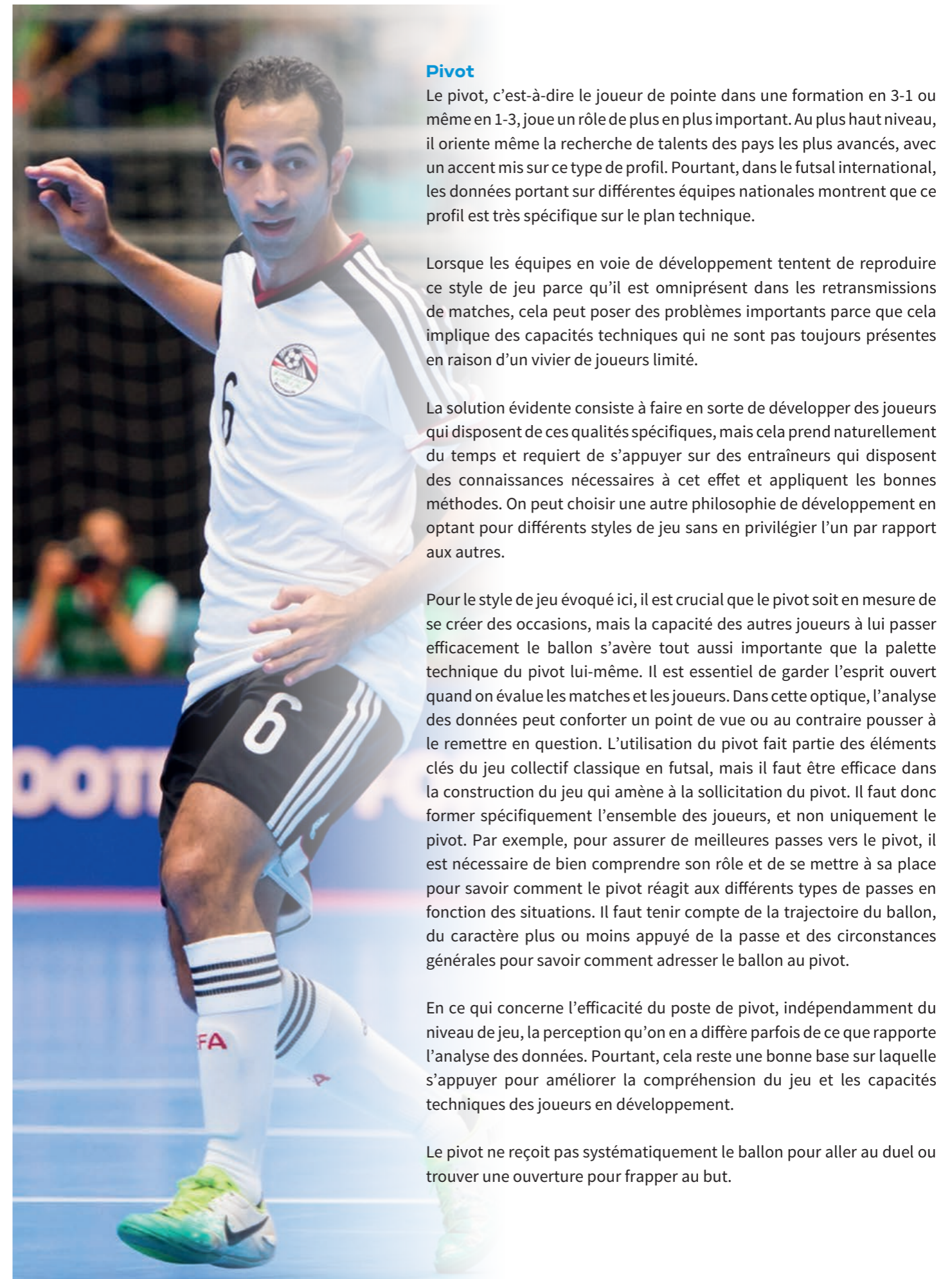


11.1.6 Spécificités de chaque poste

Pendant de nombreuses années, ce sont les nations les plus établies qui ont exercé la plus grande influence sur l'évolution du jeu, ce qui est assez logique. C'est longtemps resté un fondement essentiel de ce sport. Pourtant, cela a eu pour conséquence de propager une approche simpliste et répétitive du jeu qui a mis un frein à l'essor du futsal, au développement des joueurs et à l'innovation dans le jeu. En effet, il est toujours plus simple de copier la manière que de comprendre sur quelles bases elle repose. Cette approche et cette mentalité ont été adoptées telles quelles sans réelle compréhension de leur origine, avec un vocabulaire de

jeu qui, traduit littéralement dans d'autres langues, a parfois acquis un sens différent sans que personne ne s'en aperçoive.

Il faut impérativement régler ce problème et faire en sorte que les termes utilisés dans l'ensemble du futsal aient partout le même sens et, surtout, soient aussi proches que possible du lexique officiel du football de la FIFA. L'idée est de permettre un transfert des concepts et de leur compréhension dans les différents formats du jeu.



Pivot

Le pivot, c'est-à-dire le joueur de pointe dans une formation en 3-1 ou même en 1-3, joue un rôle de plus en plus important. Au plus haut niveau, il oriente même la recherche de talents des pays les plus avancés, avec un accent mis sur ce type de profil. Pourtant, dans le futsal international, les données portant sur différentes équipes nationales montrent que ce profil est très spécifique sur le plan technique.

Lorsque les équipes en voie de développement tentent de reproduire ce style de jeu parce qu'il est omniprésent dans les retransmissions de matches, cela peut poser des problèmes importants parce que cela implique des capacités techniques qui ne sont pas toujours présentes en raison d'un vivier de joueurs limité.

La solution évidente consiste à faire en sorte de développer des joueurs qui disposent de ces qualités spécifiques, mais cela prend naturellement du temps et requiert de s'appuyer sur des entraîneurs qui disposent des connaissances nécessaires à cet effet et appliquent les bonnes méthodes. On peut choisir une autre philosophie de développement en optant pour différents styles de jeu sans en privilégier l'un par rapport aux autres.

Pour le style de jeu évoqué ici, il est crucial que le pivot soit en mesure de se créer des occasions, mais la capacité des autres joueurs à lui passer efficacement le ballon s'avère tout aussi importante que la palette technique du pivot lui-même. Il est essentiel de garder l'esprit ouvert quand on évalue les matches et les joueurs. Dans cette optique, l'analyse des données peut conforter un point de vue ou au contraire pousser à le remettre en question. L'utilisation du pivot fait partie des éléments clés du jeu collectif classique en futsal, mais il faut être efficace dans la construction du jeu qui amène à la sollicitation du pivot. Il faut donc former spécifiquement l'ensemble des joueurs, et non uniquement le pivot. Par exemple, pour assurer de meilleures passes vers le pivot, il est nécessaire de bien comprendre son rôle et de se mettre à sa place pour savoir comment le pivot réagit aux différents types de passes en fonction des situations. Il faut tenir compte de la trajectoire du ballon, du caractère plus ou moins appuyé de la passe et des circonstances générales pour savoir comment adresser le ballon au pivot.

En ce qui concerne l'efficacité du poste de pivot, indépendamment du niveau de jeu, la perception qu'on en a diffère parfois de ce que rapporte l'analyse des données. Pourtant, cela reste une bonne base sur laquelle s'appuyer pour améliorer la compréhension du jeu et les capacités techniques des joueurs en développement.

Le pivot ne reçoit pas systématiquement le ballon pour aller au duel ou trouver une ouverture pour frapper au but.

Son rôle est aussi de jouer en soutien des autres. Le futsal est un sport collectif. Les données les plus récentes montrent qu'il faut disposer d'une stratégie générale de sollicitation du pivot pour parvenir à tirer le maximum de ce poste.

Il peut aussi exister une tendance à vouloir jouer trop vite pendant les phases de possession du ballon sans pour autant disposer des qualités techniques à cet effet. Le rythme de la construction du jeu et l'énergie déployée doivent être maîtrisés dans un esprit d'équilibre technique et tactique. Il est essentiel de conserver son calme, surtout en phase offensive, pour éviter de perdre la possession. C'est encore plus vrai pour le pivot lui-même, puisqu'il est toujours étroitement marqué. Le contrôle à la réception de la passe joue un rôle vital pour permettre au pivot de conserver le ballon, voire de se mettre en position de frappe.

Le principe selon lequel une phase offensive doit toujours se conclure sur une frappe ou un but est erroné. Les principes qui sous-tendent toute phase offensive sont variés et peuvent dépendre de facteurs comme le rythme du match, le score ou encore de la phase de jeu concernée. Dans certains cas, l'objectif d'une phase offensive peut être de limiter le risque de perdre la possession dans le premier tiers ou plus haut sur le terrain, ou de frustrer l'adversaire en conservant le ballon en dépit de son pressing. Le fait que l'adversaire ne peut marquer de but que lorsqu'il est en possession du ballon est un principe simple et fort. Ne laissez pas le ballon à votre adversaire !

Cet aspect des choses est particulièrement important dans les premières phases du développement des joueurs, où les phases offensives sont les plus difficiles, qu'on se trouve ou non au poste de pivot. À certains moments, les offensives ont simplement pour objectif de confisquer le ballon.

Le jeu sans ballon du pivot

D'un autre côté, il faut veiller à mettre autant de soin à l'entraînement dans la façon de gérer le pivot adverse lorsqu'il n'est pas en possession du ballon. Dans cette situation, l'objectif du pivot est de fixer le défenseur et d'utiliser son élan et la résistance du défenseur pour le contourner, ou bien de faire jouer sa puissance pour maintenir le défenseur à l'écart du ballon et l'empêcher de le voir. Le défenseur est souvent en contact rapproché avec le pivot, mais c'est exactement le type de marquage que recherche le pivot, dos au but ou de profil par rapport au défenseur. Cela lui permet de savoir où se trouve le défenseur et d'utiliser les mouvements, la puissance et la résistance de ce dernier pour le contourner et se retrouver face au but en empêchant le défenseur d'intervenir.

Le défenseur doit trouver le juste équilibre technique entre une proximité suffisante pour empêcher le pivot de le contourner, tout en conservant une distance nécessaire pour ne pas perdre le ballon de vue. Le pivot entend contrôler la situation, ce qui veut dire que le défenseur doit se montrer plus intelligent en évitant de faciliter la tâche du pivot.



Ailier

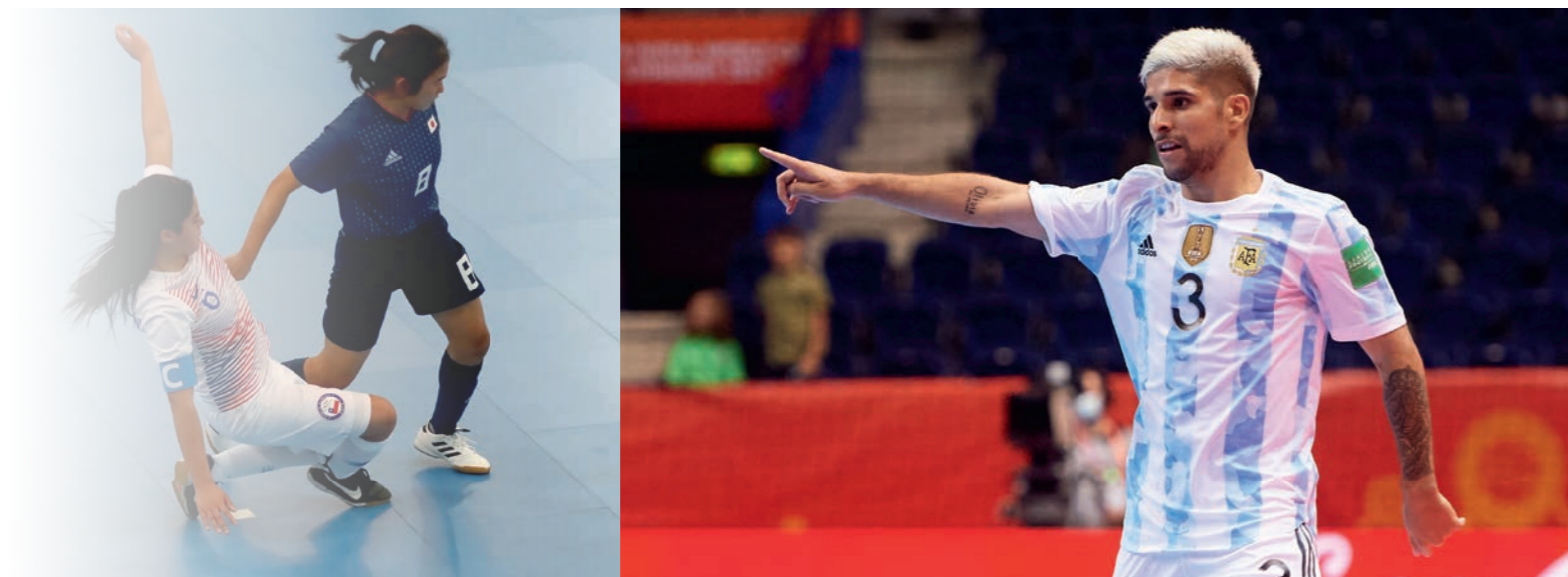
Le rôle premier de l'ailier est d'offrir à son équipe de la largeur dans le jeu, comme son nom l'indique. Toutefois la spécialisation du poste va encore plus loin lorsque le joueur concerné est extrêmement efficace dans les duels en phase offensive et parvient à décaler la défense vers lui de façon à la déstabiliser.

Le terme d'« ailier inversé » est utilisé pour décrire un ailier gaucher qui joue sur l'aile droite, et inversement. L'idée principale est d'étirer la défense adverse dans la largeur en portant le ballon sur l'aile avant de repiquer dans l'axe sur son bon pied. Les ailiers qui jouent sur l'aile correspondant à leur bon pied jouent eux aussi pour étirer la défense, mais leur intention est de mettre de la vitesse sur le côté pour mettre à mal la formation défensive adverse en attirant un défenseur près du poteau de corner, ce qui a pour effet de laisser le deuxième poteau exposé si l'ailier parvient à centrer.

Défenseur

C'est le nom donné au défenseur le plus en retrait (et donc généralement le dernier défenseur) sur l'avant-dernière ligne de défense. Dans les grands pays de futsal, ce poste est appelé « fixo », mais la traduction littérale du terme a différentes significations en fonction de la langue. Il faut donc employer un terme plus standardisé.

Il s'agit généralement du joueur chargé de prendre le pivot adverse au marquage, si la structure de l'équipe sans le ballon le requiert et en fonction du repli défensif.



Systeme en 3-1: le rôle du pivot

Organisation

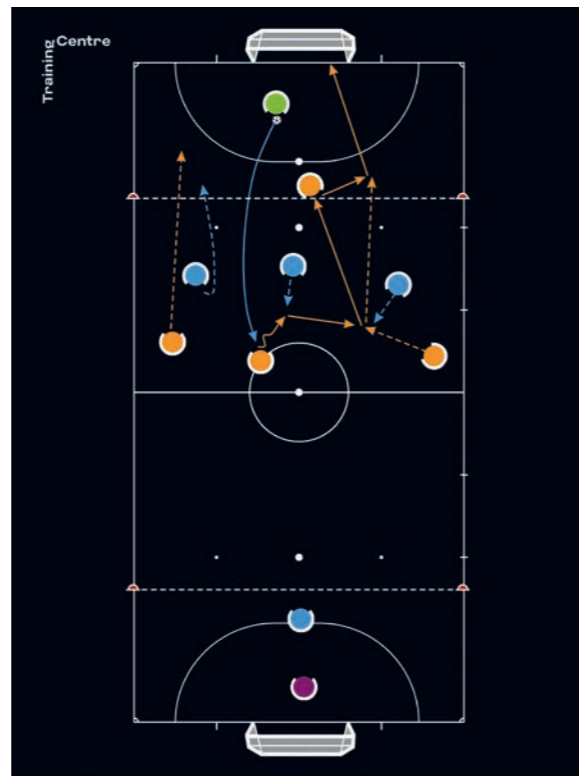
- Utiliser tout le terrain.
- Placer un but à chaque extrémité du terrain.
- Placer un gardien dans chaque but.
- Diviser chaque moitié de terrain en tiers.
- À l'aide de coupelles, délimiter une zone correspondant aux deux tiers de chaque moitié de terrain.
- Disposer trois défenseurs contre trois attaquants dans la plus grande zone d'une moitié de terrain.
- Placer le pivot de l'équipe qui attaque dans le dernier tiers afin de générer un 4 contre 3.
- Placer le pivot de l'équipe qui défend dans le dernier tiers de la moitié adverse.

Explication

- L'exercice commence par une relance à la main du gardien de l'équipe qui défend en direction d'un attaquant placé dans les deux premiers tiers de la moitié de terrain.
- L'équipe qui attaque cherche à trouver son pivot. Il devra conserver la balle, combiner avec ses coéquipiers ou trouver un moyen de se tourner pour frapper au but.
- Si l'équipe qui défend récupère la balle, l'exercice continue dans l'autre moitié de terrain et les rôles sont inversés.

Variantes

- Un joueur de l'équipe qui défend marque le pivot de l'équipe qui attaque dans le dernier tiers afin d'obtenir un 4 contre 4 dans une moitié de terrain.
- Le pivot peut sortir du dernier tiers.
- À la fin de l'action de l'équipe qui attaque, l'exercice continue avec un match sur toute la longueur du terrain.



FIFA Training Centre

Éléments techniques

- Le pivot doit se positionner de manière à protéger le ballon et à se retourner pour tirer (de côté) ou à conserver la balle en vue de la passer à un coéquipier (posture ouverte).
- Le joueur le plus bas de l'équipe qui a le ballon doit se placer de manière à stopper une éventuelle contre-attaque.
- Après avoir contrôlé le ballon, le pivot doit chercher à le conserver ou à ralentir le jeu.
- Si le pivot ne parvient pas à aider son équipe, il doit être remplacé par un de ses coéquipiers.

Recherche du pivot dans le dernier tiers

Organisation

- Divisez un demi-terrain en trois zones, celle du milieu devant faire 10 mètre de largeur.
- Placez un but sur chaque ligne de touche.
- Formez deux équipes de quatre joueurs (plus un gardien) et organisez-les en 3-1..

Explication

- Les deux pivots doivent rester dans leur zone offensive et il leur est interdit de défendre.
- L'équipe qui n'a pas le ballon doit systématiquement laisser un joueur au marquage du pivot dans sa zone défensive, ce qui permet à l'équipe qui attaque d'évoluer en surnombre (trois contre deux).
- Pour l'équipe qui attaque, l'objectif est de trouver son pivot, qui peut soit frapper au but soit remiser pour un coéquipier, ensuite autorisé à le rejoindre dans la zone offensive.

Éléments techniques

- Orienter correctement son corps permet de mieux voir le jeu et ainsi de repérer les options disponibles sur l'ensemble du terrain.
- Les joueurs sans ballon doivent toujours chercher à ouvrir des lignes de passe au porteur afin de lui offrir différentes solutions.
- L'accent doit être mis sur les passes et les déplacements vers l'avant.
- Les joueurs doivent rester patients afin d'augmenter les chances de leur équipe de marquer lorsque le pivot reçoit le ballon.
- En phase de possession, les joueurs doivent proposer des solutions au porteur et libérer l'espace autour du pivot.
- Faire circuler le ballon rapidement lorsque le pivot est démarqué ou moins soumis à la pression de son vis-à-vis permet de trouver l'ouverture plus facilement.



FIFA Training Centre

- Le pivot doit travailler les aspects suivants : protection du ballon, disponibilité, orientation du corps, réception du ballon, élimination du défenseur, remise à un coéquipier, demi-tour avec le ballon, prise d'information, combinaison avec un joueur en soutien, positionnement pour recevoir et se retourner ou combiner.



La ligne à trois

En principe, un bloc est constitué de trois joueurs sans le ballon et alignés dans une position haute de façon à ralentir la progression du ballon et à permettre à l'équipe de rester dans une position haute sur le terrain, généralement en gênant la progression du jeu ou, de façon alternative, en effectuant un pressing.

La mise en place d'un bloc pour mettre sous pression l'adversaire, quel que soit son niveau, présente des avantages importants pour l'équipe qui défend : elle lui permet de bien comprendre quel type de pressing appliquer, de quelle manière et à quel moment.

Attaques directes, défi physique et mise en place d'un bloc

Il est possible que l'utilisation d'un bloc haut ait contribué à aboutir au nombre élevé d'attaques directes que de nombreuses équipes pratiquent désormais dans le football de jeunes et le football d'élite national et international. Toutefois, une équipe qui réussit à passer un bloc se voit en mesure de progresser rapidement vers l'avant avec le ballon.

La vitesse et l'effort physique qu'il faut appliquer pour placer instantanément un bloc haut suivi d'un pressing jouent un rôle crucial lors de la transition d'une phase de possession à une phase défensive. Cela nécessite de rester totalement impliqué sur le plan mental, ce qui peut s'avérer épuisant : c'est toute la dimension psychologique du développement du jeu et des joueurs.

Il est essentiel de souligner que, si la stratégie mise en place tourne autour du pressing, les joueurs doivent posséder une condition physique irréprochable pour parvenir à appliquer immédiatement le pressing.

Le concept de mise en place d'un bloc pour retarder la possession du ballon fait partie des composantes cruciales du jeu défensif. Un mélange d'agressivité et de mise en place d'un bloc passif permet de déstabiliser l'adversaire, dans la mesure où il ne peut savoir avec certitude le type de bloc auquel il va avoir affaire. Cela l'oblige à réfléchir davantage (et donc à ralentir) à la façon de jouer et de se déplacer en tant que bloc. Cela entraîne souvent une hésitation du porteur du ballon et donc à une perte de contrôle ou à une passe retardée, qui sont autant d'occasions de se saisir du ballon pour l'équipe qui défend.

11.2 Sans le ballon

11.2.1 Bloc haut et pressing haut

Les équipes s'organisent autour d'un bloc haut pour empêcher autant que possible l'adversaire de progresser depuis l'arrière, et cette initiative est souvent suivie d'un pressing. La tendance à l'utilisation de blocs hauts s'est confirmée lors de la Coupe du Monde de Futsal en Lituanie.

11.2.2 Bloc haut

Au moment de prendre en compte la position du bloc, il convient de noter que le fait de mettre en place un bloc est généralement un élément préalable au pressing. Mais ce n'est pas toujours le cas et il convient donc de traiter les deux actions de façon séparée et en lien l'une avec l'autre. La zone dans laquelle l'adversaire est en possession du ballon n'importe pas.

Le principe qui sous-tend le bloc haut est de faire en sorte que le ballon reste dans la zone défensive (zone 1) ou, s'il passe dans la zone 2, de retarder sa progression. Pour qu'un bloc haut soit efficace, l'équipe qui n'est pas en possession du ballon doit effectuer un marquage individuel et, d'une manière générale, ne jamais abandonner le marquage. Cela demande de la détermination pour rester au marquage plutôt que de laisser un coéquipier prendre le relais. Il s'agit de la phase préliminaire du pressing.



11.2.3 Pressing haut

Au plus haut niveau, l'utilisation d'un pressing haut est désormais prédominante. Cette tactique nécessite des qualités physiques et techniques supérieures.

Pendant la phase des **joueurs en développement**, il y a très peu de chances qu'il soit utile d'en faire l'objet d'un entraînement. Cela peut s'avérer plus utile pendant la phase des **joueurs des catégories de jeunes**, durant laquelle la tactique s'insère peu à peu dans la stratégie de développement des joueurs.

Comme nous l'avons déjà noté, le positionnement d'un bloc haut est souvent le signe qu'un pressing va être déclenché. Pour bien comprendre comment pratiquer la transition du bloc au pressing, l'équipe doit savoir reconnaître les éléments déclencheurs (une action spécifique de l'adversaire, sa posture, son contrôle ou la position de sa tête, ou encore le mouvement du ballon, qu'il soit vers l'arrière ou latéral) d'un pressing collectif partiel ou total destiné à mettre le porteur du ballon et les destinataires potentiels sous pression.

Il est évident que même le plus accompli des joueurs est moins efficace lorsqu'il subit une pression directe. Et pourtant, cette pression n'est souvent pas appliquée par les défenseurs, ce qui permet au porteur du ballon de conserver le contrôle de la situation. Le plus léger des déplacements vers le porteur force souvent celui-ci à baisser la tête pour vérifier qu'il conserve la maîtrise du ballon, ce qui détourne son attention de la conservation collective et des possibilités de passe ou de tir qu'il pourrait identifier.

Le pressing nécessite aussi de s'occuper des joueurs sans ballon pour les empêcher de se démarquer et détourner l'attention du porteur.

Mise en place du pressing haut

Les principes fondamentaux de la défense sont les suivants : freiner, bloquer et détourner. En ce qui concerne plus spécifiquement le pressing, il est impératif de savoir identifier, sur le plan collectif, quels sont les éléments déclencheurs qui entraînent chez l'adversaire la mise en place d'un pressing haut. Cela ne comprend pas seulement la relance initiale du gardien adverse vers un de ses coéquipiers, mais aussi la passe qui suit et les déplacements des joueurs de champ.

Pour réussir un pressing haut, il faut absolument comprendre comment il fonctionne et quel est le timing idéal à cet effet. Lorsque le pressing est efficace, il peut permettre de forcer une perte de balle après seulement deux passes de l'adversaire, en fonction de son niveau de jeu.



Le pressing, la menace d'interceptions et la neutralisation des espaces par l'équipe qui défend doivent être effectués impeccablement et de façon déterminée par tous les joueurs à l'unisson, dans une parfaite compréhension du rôle de chacun. Les joueurs de futsal doivent être intelligents et agir de façon déterminée pour pouvoir intervenir en un clin d'œil pour faire déjouer l'adversaire.

Dans l'idéal, un pressing haut implique la présence de toute l'équipe qui défend dans les zones 1 et 2 adverses, en neutralisant les espaces dans le but de mettre en place un bloc. La distance au marquage doit être suffisamment resserrée pour rendre toute passe difficile et obliger le porteur du ballon à choisir la possibilité de passe la plus facile à bloquer rapidement. Toutefois, lorsqu'un attaquant de l'équipe en possession du ballon parvient à se placer dans la zone 1 adverse (en pivot), il faut rapidement presser le ballon pour que le pressing reste efficace et annihile cette tentative de désolidariser le bloc.

Le pressing commence dès que l'élément déclencheur a été identifié sous la forme d'un premier pas vers le ballon et le porteur. Les joueurs doivent se montrer tout aussi rapides et agressifs pour fermer l'espace créé par un adversaire en position de recevoir le ballon. Cette activité doit se poursuivre avec les déplacements du ballon. L'objectif du pressing est de bloquer les possibilités de passe et, une fois la passe effectuée, d'imposer une pression sur son destinataire afin de le pousser à commettre une erreur ou de récupérer le ballon si la passe est manquée – il s'agit par-dessus tout d'empêcher le ballon de progresser vers l'avant.

Il est crucial de comprendre que l'application du pressing ne requiert pas toujours la présence de trois joueurs en première ligne, dans la mesure où la réaction à adopter dépend de la formation de l'équipe en possession du ballon. Il est par conséquent possible d'appliquer un pressing sur un adversaire constitué en 1-2-2, les principes restant par ailleurs les mêmes.

Éléments déclencheurs et pressing total

La capacité à presser efficacement tous les adversaires est une composante clé de tout pressing. Pour mettre en place cette tactique, il est essentiel de savoir exactement quand presser l'adversaire et d'identifier correctement l'élément déclencheur (une action que l'équipe entière est capable d'identifier instantanément) pour commencer à appliquer une pression sur le ballon, puis sur l'adversaire. Cela implique d'avoir travaillé spécifiquement à l'entraînement pour maîtriser la compréhension des différents éléments déclencheurs à adopter collectivement ; l'identification des éléments déclencheurs est une technique en soi qui doit se travailler à l'entraînement. Appliquer la pression sur le ballon au mauvais moment, sans que toute l'équipe ne soit impliquée, est inefficace et peut coûter cher.

Une équipe peut décider de mettre en place un bloc pour retarder l'adversaire, mais cela peut s'avérer inutile si cela n'est pas suivi d'un pressing sur le ballon et d'une suppression des possibilités de passe avec une réelle menace d'interception. On voit souvent des blocs passifs qui n'empêchent pas l'adversaire de déployer son jeu de passe, ce qui met la défense en danger. C'est pourquoi, après la mise en place initiale du bloc, l'équipe qui défend doit ensuite appliquer un pressing immédiat pour neutraliser les possibilités de passe et obliger l'adversaire à commettre une erreur.

Pendant la phase des joueurs des catégories de jeunes (ou même avec des adultes), les équipes moins expérimentées et moins techniques ont généralement des difficultés à coordonner la mise en place du bloc et le pressing, souvent parce qu'elles maîtrisent l'un ou l'autre seulement des éléments techniques requis. Il est cependant important de persévérer jusqu'à bien comprendre la relation qui existe entre la première action et la mise en place du bloc avant de pousser jusqu'au déploiement du pressing collectif.

Éléments déclencheurs automatiques, stratégies de marquage et le rôle du gardien de but

On pourrait affirmer qu'il n'existe aucune phase de jeu qui constitue automatiquement un élément déclencheur de pressing ou de bloc haut. Cela étant, certains moments clés dans le déroulement du jeu peuvent être identifiés comme des éléments déclencheurs (relance du gardien, coups francs offensifs en zone 1, et toute construction du jeu démarrant dans la zone 1). Dans ces scénarios de pressing, le risque est de pousser l'adversaire à pratiquer davantage d'attaques directes pour échapper au bloc ou au pressing.

Pour assurer l'efficacité d'un bloc ou d'un pressing, il faut pratiquer un marquage individuel (sur tout le terrain) pour empêcher l'adversaire d'alléger la pression subie ou d'offrir des solutions de passe. Pour certaines équipes, la décision de suivre un joueur au marquage ou de le laisser à un coéquipier est un principe qui ne fait pas l'objet d'un entraînement spécifique, alors qu'elle s'avère pourtant indispensable à la réussite d'un bloc haut ou d'un pressing.

Par conséquent, quand des équipes tentent de mettre en place une stratégie de marquage mixte (par exemple transmettre le marquage d'un joueur à un coéquipier dans le but d'assurer une meilleure pression sur le ballon), la démarche est moins souvent couronnée de succès. Pour qu'un pressing soit efficace, il doit être exercé en continu, surtout dans le futsal, où les espaces pour passer le ballon sont réduits.

Dans ce contexte, transmettre le marquage d'un adversaire à un coéquipier peut créer une faiblesse dans le bloc ou le pressing que l'adversaire risque d'exploiter. Bien sûr, l'action initiale qui conduit à la constitution du bloc vise à combler l'espace et à bloquer des solutions de passe, tandis que la transition vers un pressing exige de ne pas faire les choses à moitié en faisant en sorte que l'adversaire soit toujours à distance de contact pour réduire efficacement l'espace et l'angle et limiter les occasions adverses.

Dans la mise en place d'un bloc haut ou le lancement d'un pressing, le gardien de but joue un rôle intéressant qu'il convient de prendre en compte, dans la mesure où il devient de plus en plus déterminant dans le futsal moderne. Le gardien doit jouer un rôle dans le maintien du pressing haut, surtout dans le contexte actuel où le gardien est intégré aux stratégies dans un rôle avancé de défenseur supplémentaire.

Pour certaines équipes, le pressing participe d'une stratégie globale destinée à frustrer et déstabiliser l'adversaire dès la relance. D'autres équipes y ont recours moins souvent, de façon plus isolée et non sur toute la durée du match. Un changement soudain de tactique défensive peut alors surprendre l'adversaire. D'autres équipes encore adoptent un pressing haut quand elles sont derrière au score, l'objectif étant alors de mettre l'adversaire sous pression pour récupérer le ballon ou de le ralentir pour l'empêcher de marquer d'autres buts.

D'après ce qu'on peut constater aujourd'hui dans le futsal de haut niveau, le pressing haut est en train de modifier l'essence du futsal. Le bloc / pressing haut est utilisé plus souvent ces dernières années. Par le passé, presque toutes les équipes adoptaient une approche fondée sur la mise en place d'un bloc médian passif. L'utilisation d'un bloc / pressing haut a aussi pour conséquence involontaire de modifier potentiellement l'approche adoptée par l'équipe en possession du ballon, qui tend alors à avoir recours à des attaques directes nécessitant une vigilance accrue de la part du dernier défenseur chargé d'intervenir sur ce genre de contre-attaque. Il est indubitable que la réussite d'un pressing haut passe par des entraînements spécifiques sur le plan physique, technique et mental. Le collectif doit impérativement reposer sur une compréhension commune de cette phase de jeu.

Il n'est probablement pas indiqué d'avoir recours à cette stratégie durant la phase des joueurs en développement, bien que cela permette aux joueurs de renforcer leur connaissance du jeu et d'acquérir dès le plus jeune âge une véritable intelligence de jeu et une compréhension qui leur serviront plus tard au cours de leur développement. La compréhension des avantages procurés par la mise en place d'un bloc / pressing haut bénéficie au jeu lui-même. C'est déjà une réalité dans le futsal de haut niveau et cela devrait se répercuter, dans les dix années qui viennent chez les jeunes et dans le futsal de loisir. Bien que cette approche tactique soit appelée à produire d'autres effets à l'avenir, il convient de rester prudent et d'éviter de trop y avoir recours si les joueurs ne possèdent pas les capacités techniques et physiques requises, ou si l'encadrement technique ne comprend pas clairement comment, pourquoi et quand y avoir recours. Cela risquerait de générer une certaine déception, ce qu'il convient d'éviter, surtout auprès des plus jeunes joueurs.

Presser en infériorité numérique

Organisation

- Utiliser le terrain entier.
- Former trois équipes de 5 (4 joueurs de champ et un gardien).
- Disposer deux des équipes selon un scénario attaque contre défense.
- L'équipe qui attaque joue en 4-0.
- L'un des joueurs de l'équipe qui défend doit toujours rester dans sa moitié de terrain.

Explication

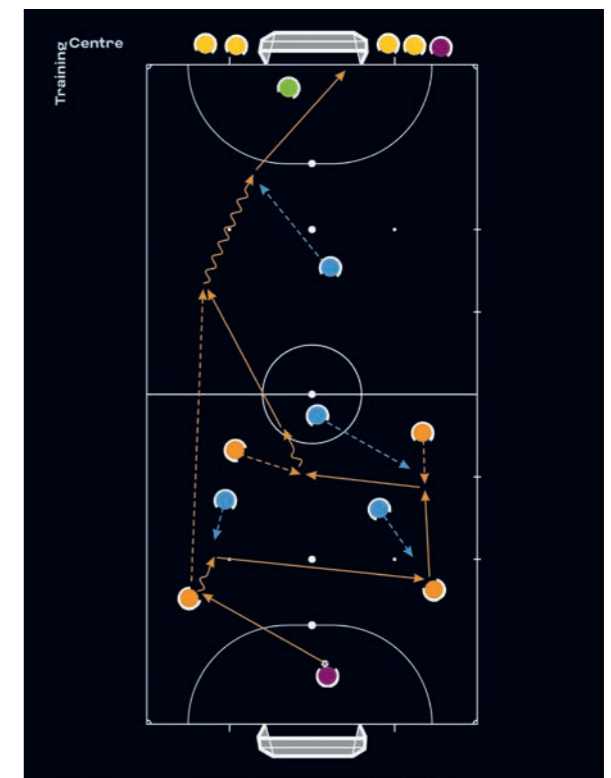
- Le ballon part du gardien de l'équipe qui attaque.
- L'équipe en possession doit profiter de sa supériorité numérique pour progresser et marquer.
- L'équipe qui défend doit empêcher l'adversaire de créer le surnombre.
- L'équipe qui attaque doit obligatoirement franchir la ligne médiane en conduisant le ballon – les passes sont interdites.
- Si le ballon sort, l'équipe qui n'avait pas le ballon quitte le terrain et la troisième équipe entre en jeu.
- Lorsqu'une équipe marque, elle quitte le terrain et la troisième équipe entre en jeu.

Variantes

- Variante 1 : le défenseur central qui lance l'action doit effectuer une course vers l'avant après avoir passé le ballon.
- Variante 2 : le dernier défenseur débute l'action aux abords du rond central, dans sa moitié de terrain. Dès que les adversaires ont enchaîné deux passes, il est libre de presser partout sur le terrain.

Éléments techniques

- Augmenter l'intensité du pressing lorsqu'une possibilité de récupérer le ballon se dessine.
- Définir les zones et les situations dans lesquelles un marquage individuel est approprié.
- Au moment d'aller presser le porteur du ballon, être sur ses appuis et maintenir la bonne distance avec son adversaire.
- Demander aux joueurs d'intensifier le pressing dans les moments importants.
- Lorsqu'elle se trouve près de son but, l'équipe qui défend doit chercher à réduire les risques d'erreur au pressing.



FIFA Training Centre

Défendre en infériorité numérique sur une contre-attaque

Organisation

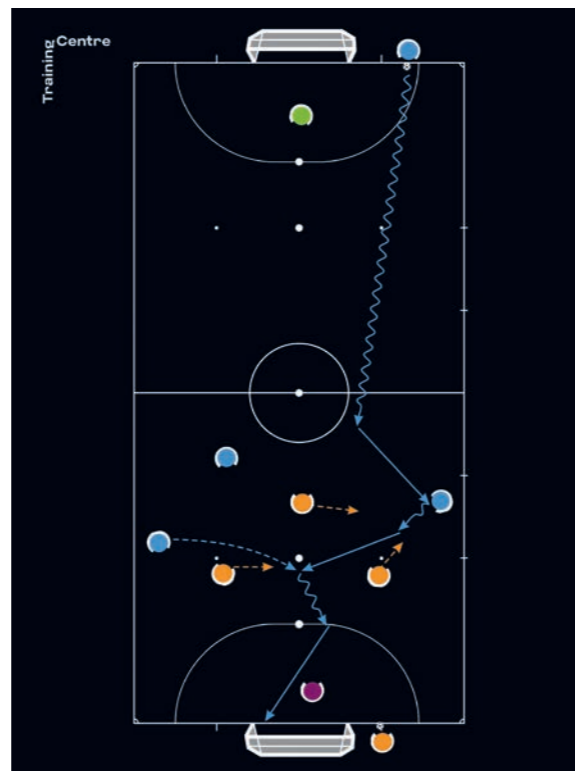
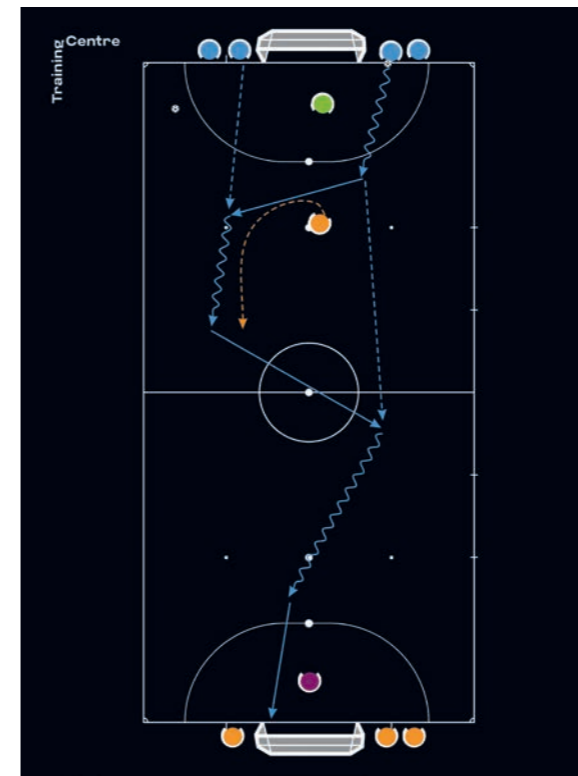
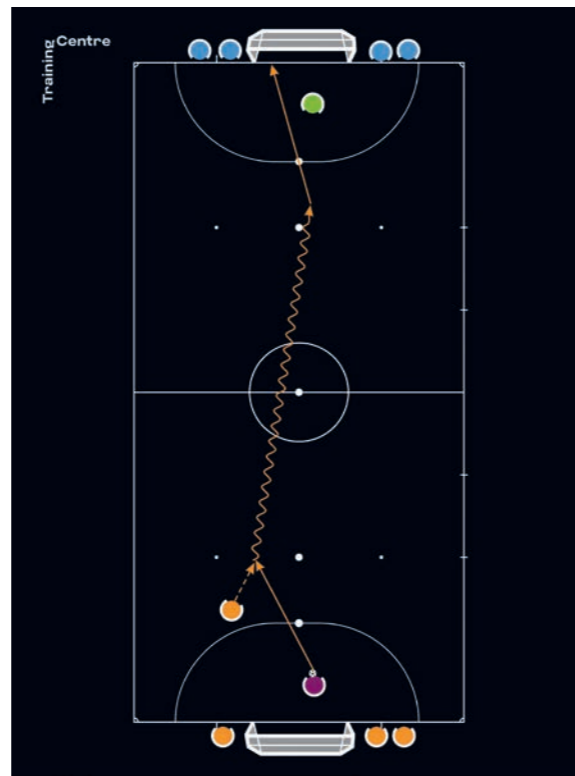
- Utiliser tout le terrain.
- Placer un gardien dans chaque but.
- Placer deux équipes derrière chaque but.

Explication

- L'exercice commence lorsque l'un des deux gardiens passe le ballon à un joueur, qui doit tenter de marquer dans le but opposé.
- Indépendamment de la conclusion de l'action, ce joueur reste sur le terrain et devient défenseur.
- Deux adversaires entrent en jeu pour une séquence en 2 contre 1.
- Le gardien dont le but vient d'être attaqué sert l'un des deux joueurs de son équipe. Le duo doit maintenant essayer de marquer dans le but opposé.
- L'exercice se poursuit par un 3 contre 2 puis un 4 contre 3. L'orientation du jeu change à chaque séquence.
- Une fois le 4 contre 3 terminé, l'exercice recommence en partant du gardien qui avait défendu sur la première attaque.

Éléments techniques

- Lorsqu'elle se trouve en infériorité numérique à 4 contre 3, l'équipe qui défend doit coordonner ses déplacements de façon à former un triangle.
- Les défenseurs en infériorité numérique ont en outre intérêt à mettre en place un système en zone et à anticiper les déplacements et les passes.



FIFA Training Centre



Freiner, contraindre et bloquer l'adversaire

Organisation

- Utiliser les trois quarts du terrain.
- Placer un but sur chaque marque des 6 m.
- Placer un gardien dans chaque but.
- Former trois équipes de trois joueurs chacune.
- L'opposition se déroule en 3 contre 3, plus un joker pour l'équipe qui défend, qui opère donc en 4 contre 3.
- Placer les membres de l'autre équipe aux extrémités de la ligne médiane (deux d'un côté, un de l'autre).

Explication

- L'un des gardiens lance l'exercice en jouant sur l'un des joueurs placés aux extrémités de la ligne médiane.
- Avec ses coéquipiers, ce joueur attaque le but situé à l'opposé de la zone depuis laquelle il a reçu le ballon.
- L'équipe qui attaque cherche à marquer, tandis que celle qui défend tente de l'en empêcher.
- Une fois l'action terminée, l'équipe qui défend se place sur la ligne médiane et passe à l'attaque.
- L'équipe qui attendait sur la ligne médiane devient l'équipe qui défend.

Éléments techniques

- Essayez de retarder les passes de l'adversaire, de façon à ralentir la contre-attaque.
- Un joueur doit systématiquement presser le porteur du ballon, tandis que ses coéquipiers assurent la couverture.
- Changez de stratégie dès que le ballon est perdu.
- Le joker doit tenter de contraindre une relance par le gardien, en fonction de la structure défensive de l'équipe.



FIFA Training Centre



11.2.4 Bloc médian, pressing médian

Le bloc médian était le deuxième type de bloc le plus utilisé lors de la Coupe du Monde de Futsal de la FIFA, Lituanie 2021, la plupart des équipes ayant préféré adopter un bloc haut afin que le ballon reste aussi loin que possible de leur but.

D'après les données récemment recueillies dans le futsal de haut niveau, le bloc médian est le deuxième type de bloc le plus utilisé chez les adultes. D'une manière générale, la plupart des équipes préfèrent poser un bloc haut de façon à faire en sorte que le ballon reste le plus loin possible de leur but.

Les équipes optent souvent de façon permanente pour ce type de ligne de défense. Raisons d'utiliser un bloc médian :

- dans le cadre d'une philosophie ou d'une approche de jeu donnée
- pour s'adapter à l'adversaire
- de façon intentionnelle lors de différentes phases d'un match (en fonction du score, de la fatigue, du risque de concéder un coup franc direct plus près du but, etc.)

Objectifs liés à la mise en place d'un bloc médian

- Défendre mieux plus loin du but
- Réduire la surface à protéger en défense
- Empêcher l'adversaire de jouer dans le dos de la défense
- Laisser l'initiative à l'adversaire pour anticiper ses erreurs, afin de pouvoir profiter d'une récupération pour partir en contre avant qu'il ne puisse se réorganiser, de façon à pouvoir utiliser les espaces réduits dans le dos de sa défense.

Toutes ces considérations requièrent de conserver une attitude défensive active et agressive destinée à ne pas laisser à l'adversaire le temps de réfléchir. Dans le cas contraire, il serait contre-productif de ne défendre qu'à 20 mètres de son but.

Différents types d'approches défensives dans le contexte d'un bloc médian

1. Approche passive

Attendre l'erreur, sans être proactif et sans exercer de pression sur le ballon. Ce genre de bloc est utilisé par les équipes en développement. C'est une stratégie courante destinée à encourager le développement de la compréhension du jeu défensif chez les joueurs des catégories de jeunes.

2. Approche agressive

Cette approche plus active et engagée nécessite des capacités physiques et techniques supérieures pour pouvoir appliquer une pression constante sur le ballon et limiter les solutions de passe, généralement dans l'objectif d'obliger l'adversaire à reculer et à perdre du terrain.

Différents types de marquage dans le contexte d'un bloc médian

Quand on met en place un bloc médian, il n'existe pas une approche unique du marquage qui soit plus efficace que les autres : l'efficacité de chaque approche dépend de la qualité de son exécution.

Au plus haut niveau, contrairement à ce qui se passe durant la phase de développement des joueurs (qu'ils soient jeunes ou adultes), les équipes choisissent généralement d'effectuer un marquage mixte avec changement de marquage en fonction des déplacements de l'adversaire. Peu d'équipes optent pour une défense en zone pure.

En phase défensive, la réussite du changement de marquage d'un joueur dépend largement du choix du pressing ou de la couverture mutuelle, ainsi que de l'endroit où se trouve le ballon sur le terrain.

Parmi les exemples de tactiques défensives pour lesquels il est possible d'opter dans le cadre de la mise en place d'un bloc médian, on peut citer :

- le marquage individuel
- le marquage mixte (marquage individuel avec changement de marquage), en fonction de la situation
- la défense en zone



Composantes tactiques du bloc médian

L'ailier opposé

Il est crucial d'avoir conscience du placement de l'ailier adverse sur le côté opposé quand on défend en mettant en place un bloc médian. Cela détourne l'attention de la défense du porteur du ballon.



Défendre sur des ballons joués à l'intérieur avec le pivot

Dans le cadre d'un bloc médian, il est important de savoir comment défendre sur les ballons joués à l'intérieur avec le pivot. Les équipes qui attaquent un bloc médian dans un système en 3-1 ou 2-2 finissent leurs mouvements offensifs par une tentative de jouer devant sur leur pivot.

Il est crucial de disposer d'un plan clairement défini et clairement compris dans ce genre de situation. C'est un point fondamental pour la réussite de la stratégie défensive mise en œuvre. Voici quelques exemples de solutions adoptées pour réagir à ce genre de situation :

- **Marquage individuel, avec un rôle clé joué par le défenseur au marquage du pivot (aucune aide défensive ne peut être lui être apportée par ses coéquipiers). Si le ballon parvient au pivot, tous les défenseurs doivent rester sur leur attaquant pour empêcher le pivot de leur passer le ballon.**
- **Changer d'adversaire au marquage (« changement de marquage »).**
- **Anticiper, en tenant compte du risque de mal lire la situation.**
- **Prendre le pivot à deux pour appliquer une pression immédiate.**
- **Isoler le pivot en supprimant les solutions de passe.**

Jouer en couverture

Dans le cadre d'une approche défensive de ce type, il est crucial de disposer d'un système de couverture clairement défini, en particulier pour tout ce qui concerne les situations de un contre un. C'est généralement le dernier défenseur ou le gardien qui joue en couverture. Voici deux exemples d'approches possibles :

- **Couverture défensive de base**
- **Défenseur + ailier opposé qui revient en position de défenseur**

Défendre en bloc médian

Organisation

- Utiliser le terrain entier.
- Diviser le terrain en quatre quarts.
- Former deux équipes de cinq joueurs (attaque contre défense)

Explication

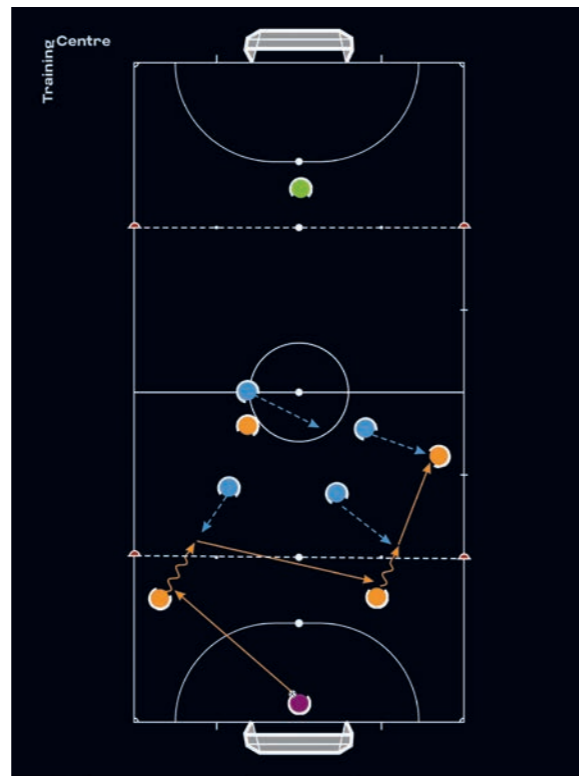
- Le ballon part du gardien de l'équipe qui attaque.
- Au départ de l'action, deux joueurs de l'équipe qui attaque doivent se trouver dans la zone 1 (zone de construction), tandis que leurs deux partenaires peuvent se placer dans n'importe laquelle des trois autres zones.
- De leur côté, les joueurs de l'équipe qui défend peuvent occuper uniquement les deux zones centrales. Ils ne peuvent redescendre que si l'équipe qui attaque parvient à faire remonter le ballon dans leur moitié de terrain.
- L'équipe qui attaque doit passer par les différentes zones.
- L'équipe qui défend doit empêcher l'équipe qui attaque de progresser, en mettant en place un pressing individuel.
- Si l'équipe qui défend récupère le ballon, les rôles sont inversés et le jeu reprend depuis l'autre extrémité du terrain.

Variante

- Lorsque l'équipe qui défend récupère le ballon, elle peut attaquer le but adverse.

Éléments techniques

- Presser le porteur du ballon dans les couloirs.
- Les défenseurs doivent anticiper l'évolution du jeu pour se placer correctement.
- Presser le receveur dès que le ballon lui est adressé.



FIFA Training Centre

11.2.5 Bloc bas et pressing bas

Les blocs bas sont restés rares lors de la Coupe du Monde de Futsal de la FIFA, Lituanie 2021. Les seules équipes à l'avoir utilisé sont celles qui estimaient être nettement inférieures à leur adversaire et considéraient donc qu'un bloc bas leur offrait la meilleure chance de s'imposer.

Cette approche est souvent adoptée par les équipes qui s'estiment inférieures à leur adversaire : la position en retrait ou défensive leur permet de défendre plus facilement l'espace dans le dos de la défense et d'empêcher le ballon de progresser plus loin. D'une certaine manière, on pourrait dire qu'il s'agit d'une approche dans laquelle on prend moins de risque face à un adversaire qui semble supérieur.

L'objectif de défendre via un bloc bas est d'offrir davantage de protection défensive. Si l'exécution est bonne, cela peut s'avérer extrêmement efficace. C'est à l'adversaire qu'il revient de se créer des occasions de but et de conserver le ballon pour pouvoir frapper au but et éviter de se faire prendre en contre.

À l'inverse, on se met toujours en danger quand on défend trop bas. Il y a toujours le risque de subir des frappes, qui peuvent être détournées dans le but, ou de concéder un coup franc dangereux pouvant amener à encaisser un but. De plus, il faut savoir rester totalement concentré et avoir une vitesse de réaction élevée pour que cette stratégie défensive fonctionne.

Ajoutons que quand on récupère le ballon, le fait que l'équipe ne soit pas répartie sur le terrain rend difficile la construction d'une offensive et facilite le contre-pressing de l'adversaire, comme le montre la vidéo ci-dessous.

Autre aspect qu'il convient de ne pas ignorer : cette stratégie implique souvent de passer l'intégralité d'un match à défendre sans beaucoup avoir le ballon et en comptant sur le gardien pour sauver les meubles face à un grand nombre de tirs adverses à bout portant.

Cette approche est souvent adoptée dans les phases préliminaires du développement des **joueurs des catégories de jeunes** dans leur transition depuis la phase des **joueurs en développement**, alors qu'ils commencent à acquérir une compréhension de la dimension tactique du jeu et de la coordination qu'il faut déployer, tout en prenant confiance dans des actions défensives qu'ils comprennent de mieux en mieux.



Différents types d'approches défensives dans le contexte d'un bloc bas

1. Approche passive

Peu de pression sur le ballon, mais l'équipe qui défend se place très bas sur le terrain.

2. Approche agressive

Cette approche permet d'appliquer une pression plus active sur le ballon et les adversaires en empêchant les franchissements de ligne et en comblant les espaces.

Pressing bas – comment ça marche ?

- **Les ailiers suivent la progression du ballon. Il existe une approche active consistant à presser l'ailier adverse au moment où il reçoit le ballon. C'est l'élément déclencheur pour l'action défensive.**
- **L'équipe se déplace en bloc d'un côté à l'autre au gré des mouvements du ballon, sans changer de marquage mais en conservant une formation défensive familière. Dans le cas d'un pressing bas, les lignes défensives remontent vers une position de bloc médian, puis de bloc haut, si cela correspond au plan de défense.**

Différents types de marquage dans le contexte d'un bloc bas

Dans le cadre d'un bloc bas, n'importe quelle approche de marquage possède une efficacité similaire. La clé réside dans son exécution. Au plus haut niveau, la plupart des équipes qui se trouvent dans cette situation choisissent un marquage individuel avec couverture (avec des lignes défensives très proches l'une de l'autre). On ne transmet que rarement le marquage d'un joueur à un coéquipier, dans la mesure où toute erreur dans cette zone peut s'avérer fatale puisque cela peut ouvrir un espace devant le porteur, qui peut en profiter pour frapper au but ou pour avancer balle au pied.

Dimension tactique du bloc bas

Comment défendre sur le pivot

Quand on pose un bloc bas, il est important de savoir comment défendre lorsque le ballon est envoyé dans le losange de la défense vers le pivot adverse. En règle générale, les équipes qui sont confrontées à un bloc bas adoptent un système en 3-1 ou 2-2 qui permet de solliciter le pivot. Dans cette optique, l'organisation défensive doit viser à combler les lignes de passe vers le pivot par l'intermédiaire de l'attaquant et des ailiers. L'intervention défensive consiste alors à forcer l'adversaire à jouer sur les côtés ou latéralement devant les deux premières lignes défensives, et non à travers ces lignes.

Couverture sur les côtés

L'efficacité de cette approche fondée sur la mise en place d'un bloc bas dépend aussi du type de couverture utilisé dans les un contre un sur les côtés. Face à un bloc bas, l'équipe en phase offensive a le temps de réfléchir et dispose de l'espace nécessaire pour poser son jeu, dans la mesure où la défense adverse reste souvent passive.

Pour transpercer un bloc bas, on peut tenter de créer une ouverture pour générer une situation de un contre un sur le côté. Si la défense ne dispose pas d'un système de couverture clairement établi pour toutes les situations, cela peut générer des failles dans le bloc bas. La couverture peut être assurée par chacun des défenseurs sur le terrain :

- **le gardien de but**
- **la couverture défensive de base**
- **le défenseur au marquage du pivot** (l'attaquant prenant alors le relais)
- **l'attaquant**

Formation en diamant en bloc bas

Organisation

- Utiliser le terrain entier.
- Générer un 4 contre 4 (attaque contre défense), sur une moitié de terrain.
- Disposer l'équipe qui défend en diamant (1-2-1).
- Placer un gardien dans chaque but.

Explication

- Au début de l'exercice, le ballon part du joueur de l'équipe qui attaque situé le plus proche de son but.
- L'objectif de l'équipe qui attaque est de faire remonter le ballon pour marquer.
- L'objectif de l'équipe qui défend est d'empêcher les joueurs adverses de tirer.
- Si l'équipe qui attaque marque ou si elle perd le ballon, elle se replie, les rôles sont inversés et le jeu reprend dans l'autre moitié de terrain.

Éléments techniques

- Obliger l'adversaire à jouer dans les couloirs, loin du but.
- Presser le porteur du ballon dès la réception, afin de l'empêcher d'évaluer les solutions autour de lui.
- Lorsqu'un adverse part en conduite de balle, éviter de reculer vers son but.
- Anticiper les appels des adversaires pour éviter d'être fixé ou éliminé.



FIFA Training Centre



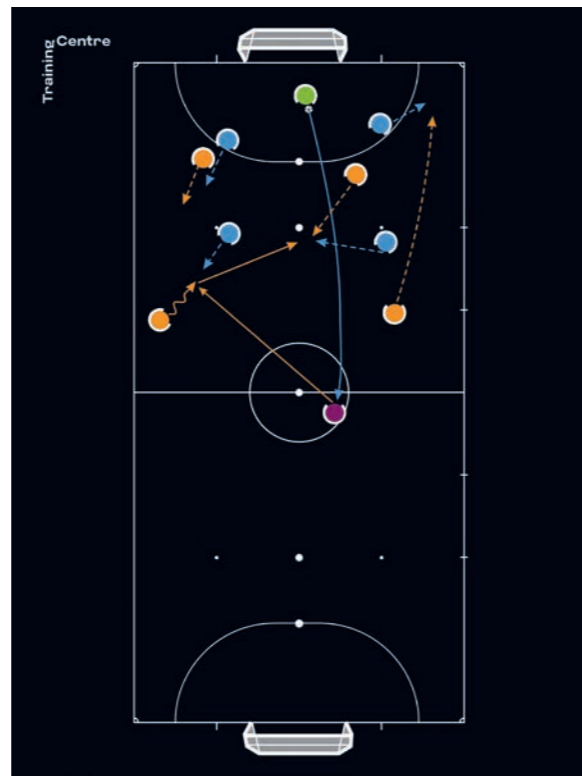
Pressing à partir d'un bloc bas

Organisation

- Utiliser le terrain entier.
- Générer un 4 contre 4 (attaque contre défense), sur une moitié de terrain.
- Placer un gardien dans chaque but.

Explication

- Au début de l'exercice, le gardien de l'équipe qui défend dégage le ballon en direction du gardien adverse.
- Le gardien de l'équipe qui attaque avance jusqu'à la ligne médiane et sert l'un des deux joueurs placés dans les couloirs. Cette action donne le départ du pressing défensif.
- Si l'équipe qui défend récupère le ballon, elle le transmet au gardien de l'équipe qui attaque et les rôles sont inversés.
- Si le gardien de l'équipe qui défend s'empare du ballon ou si un attaquant marque un but, l'équipe qui attaque se replie et l'équipe qui défendait attaque désormais le but adverse. Il n'y a pas de contre-attaque.



FIFA Training Centre

Éléments techniques

- Augmenter l'intensité du pressing lorsque l'équipe qui attaque joue dans les couloirs.
- Abaisser son centre de gravité au moment d'aller presser le porteur du ballon.
- Dans les couloirs, s'approcher au maximum du porteur du ballon afin de l'empêcher d'examiner les solutions autour de lui.
- Si l'adversaire part en conduite de balle, s'efforcer de l'accompagner au moyen de déplacements latéraux.

11.2.6 Repli défensif

Tout repli défensif efficace repose nécessairement sur un effort collectif et sur la capacité physique et mentale des joueurs à prendre leurs responsabilités dans sa mise en œuvre.

Tout repli défensif efficace repose nécessairement sur un effort collectif et sur la capacité physique et mentale des joueurs à prendre leurs responsabilités dans sa mise en œuvre.

Toute la philosophie du repli défensif repose sur trois principes clés :

- **Freiner**
- **Contraindre**
- **Bloquer**

Une perte de balle peut entraîner une transition rapide de l'attaque vers la défense. En conséquence, l'objectif premier est de se replacer (tous les joueurs doivent se retrouver entre le but et le ballon). Toutefois, à la perte du ballon, il doit y avoir au moins un joueur qui se charge de ralentir autant que possible la progression du ballon, ce qui permet de gagner du temps pour permettre à ses coéquipiers de se replacer et faire en sorte de **réorganiser la défense**. Cela ne s'avère pas toujours possible en raison des déséquilibres dans le positionnement et la structuration de l'équipe, mais cela doit faire partie d'un état d'esprit inculqué et travaillé à l'entraînement.

Le futsal est caractérisé par ces mouvements de flux et de reflux occasionnés par les nombreuses transitions de l'attaque à la défense, ce qui suscite de nombreuses situations dans lesquelles il est nécessaire de récupérer le ballon. En raison de la prépondérance croissante des attaques directes, qui est amenée à se répercuter jusqu'au futsal de base, la **priorité donnée au repli défensif** va devenir une caractéristique propre au futsal avec le temps.

Pour pouvoir donner la priorité absolue au repli défensif, une équipe doit posséder les capacités physiques et mentales nécessaires pour passer rapidement à un état d'esprit défensif et ralentir la progression du porteur après la perte du ballon.

Il est important de revenir sur le porteur du ballon pour le mettre sous pression, et c'est un aspect du repli

défensif sur lequel les entraîneurs peuvent insister à l'entraînement. Même quand le défenseur ne peut pas s'interposer entre l'adversaire et le but, le fait de revenir à grande vitesse permet d'imposer une pression réelle. Quand le porteur du ballon sent un défenseur revenir sans pour autant le voir, il commence à se demander de quel côté il va tenter d'intervenir, ce qui interfère avec sa contre-attaque.

Les changements adoptés récemment dans l'approche stratégique du futsal ont influé sur les capacités physiques et techniques des joueurs au plus haut niveau. Il s'agit d'une facette importante de la phase des **joueurs des catégories de jeunes**, qui les prépare aux exigences du futsal tel qu'ils le pratiqueront plus tard. Ces qualités jouent un rôle fondamental dans la capacité d'une équipe à assurer un repli défensif rapide. Dans le futsal moderne, le fait d'empêcher le jeu d'aller d'un but à l'autre et de regagner la possession aussi haut que possible sur le terrain constitue une stratégie de défense majeure.

La conservation du ballon joue un rôle fondamental, mais il sera toujours indispensable de savoir pratiquer le repli défensif. Les entraîneurs doivent donc faire travailler cette phase de jeu à leurs joueurs à l'entraînement. Pour réussir un repli défensif, les joueurs doivent y mettre de la volonté et prendre leurs responsabilités sur le plan individuel tout en travaillant pour le collectif. Au travers des situations de jeu en perpétuelle évolution, les joueurs doivent être capables de savoir qui est le plus en mesure d'exercer une pression sur le porteur du ballon lors de la phase de jeu en cours, en comptant sur le repli défensif de ses coéquipiers.

Il est également impératif que le joueur qui applique cette pression initiale sur le porteur soit capable de voir la position dans laquelle ses coéquipiers se sont repliés afin de pouvoir orienter la course du porteur vers le centre ou vers le côté du terrain, ou simplement faire son possible pour ralentir le jeu et faciliter ainsi l'organisation défensive de son équipe.

11.2.7 Contre-pressing

La Coupe du Monde de Futsal 2021 a mis en lumière l'importance du contre-pressing, mais aussi l'effort collectif qu'il est nécessaire de produire pour parvenir à l'effectuer.



L'importance croissante donnée au contre-pressing est une tendance générale dans le futsal masculin. Tout indique qu'un contre-pressing réussi repose nécessairement sur un effort collectif.

Le contre-pressing est une notion relativement récente en futsal, mais il est utile pour expliquer une action de jeu de plus en plus fréquente en réaction à la prépondérance croissante du bloc haut et du pressing haut. Le contre-pressing peut se produire de façon isolée, mais c'est aussi une composante fondamentale du processus de récupération du ballon.

Le contre-pressing ne doit pas consister uniquement en la réaction du joueur qui vient de perdre le ballon pour tenter de le récupérer. Il doit reposer aussi sur l'anticipation prudente des coéquipiers en soutien de ce pressing de récupération. Cette anticipation est cruciale : sans elle, la tentative de récupérer le ballon a toutes les chances d'échouer face à une situation de sous-nombre. Parfois, lorsqu'une équipe parvient à récupérer le ballon grâce à un contre-pressing efficace, elle le reperd presque immédiatement en raison de l'absence de joueurs en soutien à proximité du porteur pour conserver la possession.

Les équipes habituées au pressing haut, et possédant par conséquent les capacités physiques nécessaires à cet effet, sont plus à même d'appliquer efficacement cette stratégie misant sur une application immédiate d'un pressing pour récupérer le ballon. Cela requiert de faire preuve d'agressivité dès le début de la phase de récupération en appliquant un pressing immédiat sur le porteur du ballon.

Les principes majeurs à appliquer sont alors les suivants :

- **presser rapidement sur le ballon**
- **déstabiliser le porteur**
- **récupérer la possession aussi vite que possible**

Recherche du pivot pour sortir du pressing

Organisation

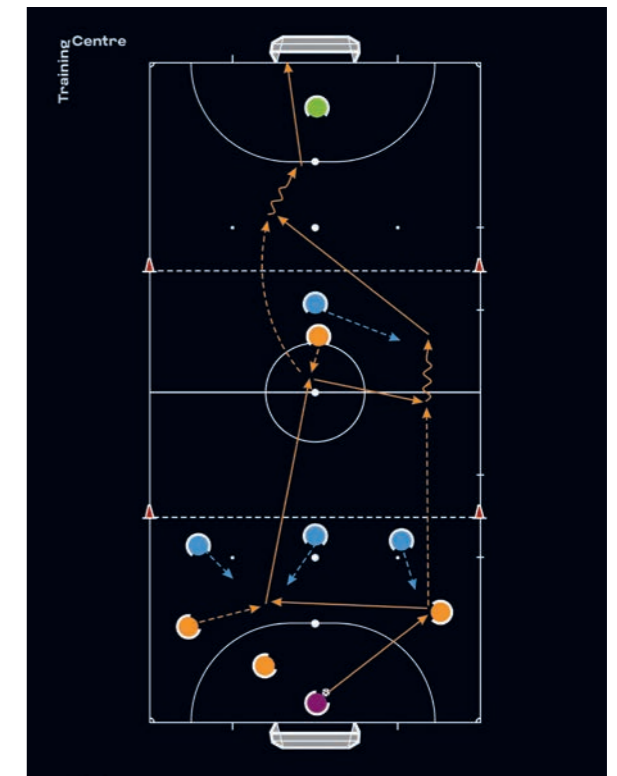
- Divisez le terrain en trois tiers.
- Mettez en place un trois contre trois (plus un gardien) dans la zone 1.
- Mettez en place un un contre un dans la zone 2.
- Placez un gardien dans le but de la zone 3.

Explication

- Pour chaque équipe, l'objectif est de marquer dans le but adverse en passant par les différentes zones à l'aide du pivot.
- L'action démarre du gardien de l'équipe qui attaque, celui-ci pouvant jouer court sur l'un de ses trois coéquipiers dans la zone 1 ou chercher directement le pivot dans la zone 2.
- Les trois joueurs de l'équipe qui attaque situés dans la zone 1 essaient de passer le ballon au pivot afin de porter le jeu dans la zone suivante.
- Dans la zone 2, le pivot peut uniquement combiner avec ses coéquipiers afin que le jeu puisse se poursuivre vers la zone 3.
- Une fois le ballon dans cette zone 3, n'importe quel joueur peut tenter de marquer.
- Lorsqu'une équipe perd le ballon, l'adversaire attaque en direction du but opposé.

Éléments techniques

- Orienter correctement son corps permet de mieux voir le jeu et ainsi repérer les options disponibles sur l'ensemble du terrain.
- Proposer des solutions au porteur du ballon permet d'avancer rapidement vers la zone suivante.
- Les feintes de corps peuvent être utiles pour se démarquer et ainsi avoir suffisamment d'espace pour recevoir le ballon.
- L'accent doit être mis sur la conservation du ballon et la qualité du contrôle.
- Multiplier les déplacements avec et sans le ballon permet d'aspérer les défenseurs.
- La tâche du pivot peut être facilitée en se proposant dans les bons espaces et dans le bon timing pour recevoir ses remises.
- Les passes doivent être appuyées et précises.



FIFA Training Centre

11.2.8 Défense face au power play

L'élément crucial de la configuration défensive face à un power play réside dans la capacité à transformer le sous-nombre subi sur un coup de pied arrêté en avantage. Sur un power play, l'objectif de l'attaquant est de fissurer le bloc défensif adverse en créant de l'incertitude et de l'anxiété dans l'esprit des défenseurs grâce au caractère imprévisible des déplacements des joueurs et du ballon. De son côté, la défense doit opposer un bloc solide mais semi-statique qui oblige l'attaquant à le contourner plutôt que de parvenir à jouer à l'intérieur.

En défense face à un power play, la priorité est de n'offrir aucun espace à un adversaire qui se trouve en surnombre. Le fait de rester calé en défense au sein d'une structure rigide clairement établie et de ne pas prendre au marquage individuel les joueurs adverses qui font des appels permet de conserver la configuration défensive et la cohésion de la défense. Il faut toutefois préciser que cette approche ne doit pas empêcher la structure défensive de perturber l'adversaire dans la poursuite de son objectif, qui est de se déplacer de façon à créer des possibilités de passe.

Bien entendu, chaque équipe défend en fonction de ses points forts. Comme souvent en futsal, il n'existe pas de solution miracle pour contrer un power play au-delà de la nécessité de rester discipliné et structuré sur le plan collectif en appliquant une stratégie clairement définie et comprise par tous.

11.3 Organisation du jeu

L'expression « formations défensives » ne désigne pas des organisations ou des lignes rigides, mais plutôt une occupation organisée du terrain en fonction d'un certain nombre d'objectifs, de rôles et de fonctions donnés. Le placement ou la répartition des joueurs sur le terrain constitue la base à partir de laquelle est établie toute une série d'interactions possibles entre eux (dans le cadre d'une tactique) afin de leur permettre d'atteindre les objectifs sans perdre leur équilibre collectif (structure). Les formations doivent rester dynamiques et flexibles, dans la mesure où elles sont perpétuellement rompues et réorganisées en cours de match par l'équipe elle-même et par les actes de l'adversaire. De nos jours, on utilise en futsal plusieurs formations différentes en fonction des joueurs présents sur le terrain, de l'adversaire et du contexte du match. En réalité, indépendamment de leur catégorie d'âge ou de leurs capacités, toutes les équipes utilisent une combinaison de différentes formations au gré des fluctuations du jeu, des intentions stratégiques et des actions de l'adversaire. Il est donc important pour les jeunes joueurs de comprendre à quoi ressemble chaque formation et de connaître les transitions possibles entre différentes formations.

11.3.1 Systèmes de jeu – formations

Quand on parle de systèmes de jeu, la rapidité du futsal senior moderne rend parfois malaisé de reconnaître les schémas utilisés par les équipes. Cela peut paraître confus et difficile à appréhender pour les entraîneurs de futsal de base et tous ceux qui découvrent ce sport ou souhaitent simplement mieux le comprendre.

Il convient toutefois de résister à la tentation de se contenter d'imiter les autres. Il est préférable de passer le temps nécessaire pour apprendre beaucoup de choses sur un point précis, plutôt que pour apprendre peu de choses sur un peu tout.

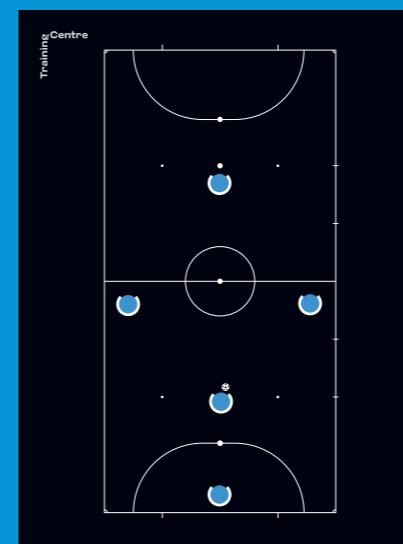
Les experts de la FIFA sont unanimes à ce sujet : en futsal, aucun système de jeu n'est intrinsèquement supérieur aux autres. C'est l'équipe qui compte. On pense toujours que la flexibilité et la fluidité sont des facteurs cruciaux pour être efficace sur le plan tactique, mais ces deux éléments reposent sur la capacité technique des joueurs.

Pour décider comment structurer une équipe, il faut prendre en compte l'ensemble de ses capacités et de ses qualités. Un entraîneur doit toujours se poser la question suivante : « Dois-je plutôt adapter le système aux joueurs (**plus probable dans le futsal de base**) ou adapter les joueurs au système ? » (**plus probable chez les seniors au plus haut niveau, où les équipes ont plus de ressources et de flexibilité à cet effet**).

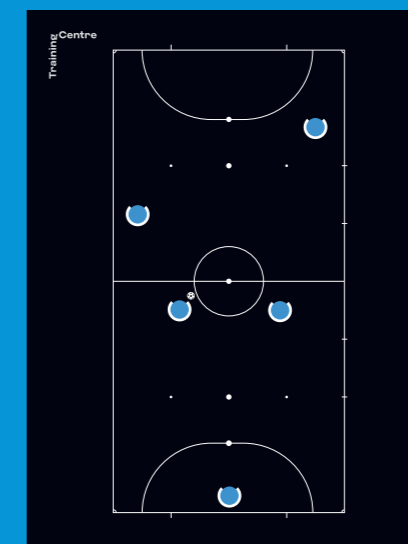
Le choix de l'approche repose sur de nombreux facteurs, mais il est important de conserver une certaine ouverture d'esprit au moment de décider de la marche à suivre.

Formations offensives

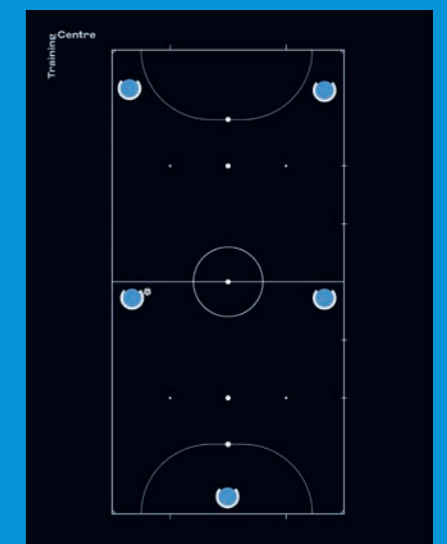
1-1-2-1



1-2-1-1



1-2-2



Systeme en 4-0 : créer des espaces dans le dos de la défense

Organisation

- Délimiter un terrain de 28 x 20 m.
- Placer un but à la limite de chaque surface de réparation.
- Placer un gardien dans chaque but.
- Organiser un 3 contre 3.

Explication

- La séquence commence par une passe d'un des gardiens vers un coéquipier sur l'aile.
- Les joueurs peuvent jouer comme bon leur semble.
- L'équipe sans la balle adopte un marquage individuel.

Progression 1

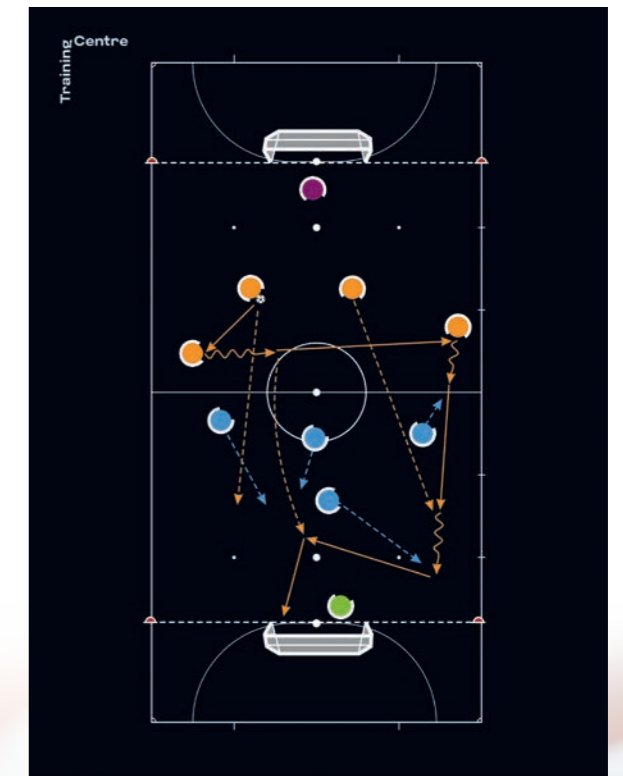
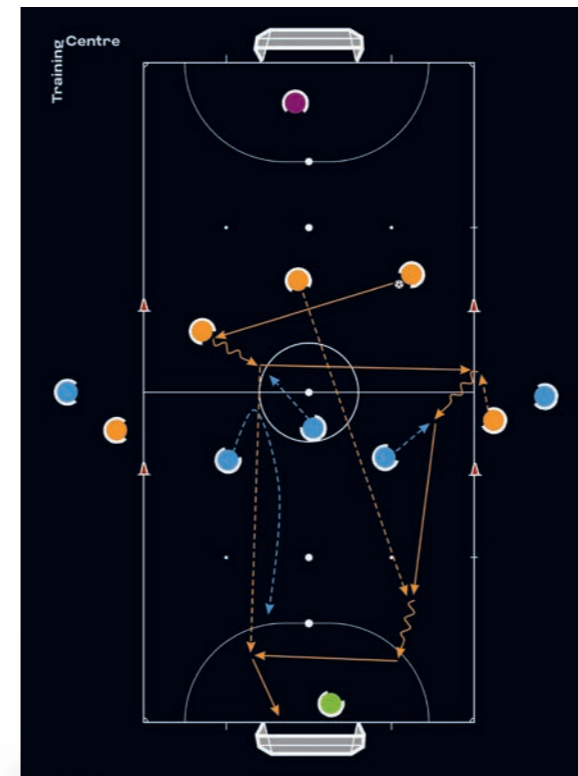
- Utiliser tout le terrain.
- Placer un joueur en appui le long de chaque ligne de touche pour chacune des équipes.
- Le joueur en appui peut se joindre à l'attaque et apporter le surnombre (4 contre 3) s'il reçoit le ballon avant la ligne médiane.

Progression 2

- Terrain réduit, comme pour la séquence initiale.
- Opposition à 4 contre 4. L'équipe qui n'a pas le ballon peut défendre uniquement dans sa moitié de terrain.
- Les joueurs doivent essayer de mettre en pratique tous les mouvements offensifs étudiés au cours des deux premiers exercices.

Éléments techniques

- Les joueurs sans le ballon doivent se déplacer de manière à recevoir une passe parallèle.
- Les joueurs sans le ballon doivent se déplacer de manière à recevoir une diagonale.
- Les joueurs sans le ballon doivent se déplacer de manière à pouvoir jouer en triangle.
- Les joueurs doivent éviter d'occuper les mêmes zones que leurs coéquipiers.



FIFA Training Centre

Systeme en 2-2 : duels

Organisation

- Utiliser une seule moitié de terrain.
- Placer un but à chaque extrémité de la zone de jeu.
- Placer un gardien dans chaque but.
- Diviser la zone de jeu en deux.
- Désigner quatre attaquants et quatre défenseurs.
- Placer deux défenseurs dans chaque moitié de terrain.
- Placer deux défenseurs dans la moitié de terrain de l'équipe qui attaque et les deux autres en dehors du terrain (à côté de leur but).

Explication

- Le jeu commence par une relance du gardien de l'équipe qui attaque vers un coéquipier situé dans sa moitié de terrain.
- Lorsque l'équipe qui attaque franchit la ligne médiane, un des attaquants et les deux défenseurs peuvent entrer dans la moitié de terrain de l'équipe qui défend.
- L'équipe qui attaque ne peut marquer que depuis la moitié de terrain adverse.
- Si l'équipe qui défend récupère la balle ou si son adversaire inscrit un but, les équipes inversent les rôles. Deux attaquants quittent le terrain et sont remplacés par deux joueurs de l'équipe qui défend pour recréer un 4 contre 2.

Variante

- Organiser un 4 contre 4, avec un 2 contre 2 dans la moitié de terrain de l'équipe qui défend.

Éléments techniques

- Les joueurs doivent exploiter la largeur et la profondeur du terrain pour profiter pleinement du système en 2-2.



FIFA Training Centre

Systeme en 1-3 : espace et verticalité

Organisation

- Utiliser tout le terrain.
- Placer un but à chaque extrémité du terrain.
- Placer une gardienne dans chaque but.
- Organiser une opposition entre 4 attaquantes et 2 défenseures.
- Placer deux ballons l'un à côté de l'autre dans la moitié de terrain de l'équipe qui attaque (comme indiqué sur l'illustration ci-dessus).

Explication

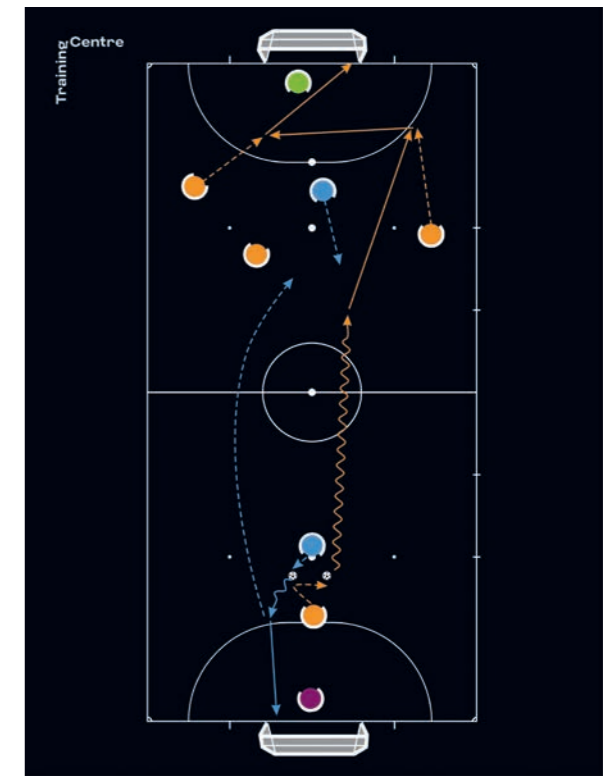
- Pour commencer, l'attaquante en 1 contre 1 choisit un des deux ballons pour lancer une offensive en direction du but adverse.
- Elle dribble son adversaire (sans opposition), qui doit transmettre l'autre ballon d'une passe en hauteur à la gardienne de l'équipe qui attaque avant de revenir défendre rapidement dans sa moitié de terrain.
- L'attaquante cherche à combiner avec ses coéquipières dans la moitié de terrain adverse et tenter de marquer.
- Les deux attaquantes qui se trouvent dans le camp de l'équipe qui défend n'ont droit qu'à une touche de balle.

Variantes

- Deux défenseures entrent sur le terrain pour créer un 4 contre 4.
- L'exercice commence par une passe de la gardienne vers son équipière qui est en 1 contre 1 ou vers une de ses coéquipières dans la moitié de terrain adverse.

Éléments techniques

- Les joueuses doivent utiliser toute la largeur du terrain pour compliquer la tâche de la défense adverse.
- Les attaquantes doivent rester dans la moitié de terrain adverse.



FIFA Training Centre



12.1 En possession du ballon

Les coups de pied arrêtés offrent une occasion unique de mettre en place une tactique particulière pour marquer ou lancer un mouvement offensif organisé. Dans le dernier tiers, les coups de pied arrêtés doivent avant tout servir à tenter de marquer, mais ils peuvent aussi être utilisés pour conserver la possession du ballon, surtout lorsqu'ils se situent dans les zones plus défensives du terrain.



L'importance des coups de pied arrêtés est reconnue par tous et il existe différentes approches à ce sujet, surtout en ce qui concerne les corners. Il faut toutefois noter que l'absence d'innovation sur les coups de pied arrêtés, qui se caractérise par une tendance à répéter les mêmes mouvements spécifiques alors que les joueurs n'ont pas les capacités techniques nécessaires, tend à freiner le développement du futsal.

Pour être efficace sur les coups de pied arrêtés, il faut parvenir à surprendre l'équipe qui défend en adoptant une approche qui la met en difficulté. Il s'agit d'un élément crucial pour parvenir à marquer sur coup de pied arrêté.

Les données de la Coupe du Monde de Futsal de la FIFA 2021 indiquent une tendance à adopter des configurations classiques sur corner (utilisées depuis plus de trente ans), ce qui n'a pas empêché les équipes en défense de se faire prendre en défaut alors qu'elles connaissaient parfaitement ces tactiques et leur exécution.

La capacité à lire le jeu et à anticiper les mouvements de l'adversaire sur une phase de jeu classique (par

exemple sur une passe lobée au deuxième poteau pour une reprise de volée) fait partie des compétences clés des défenseurs. Cela permet de savoir comment défendre efficacement face à une configuration familière. En l'absence d'une défense efficace face à ces tactiques connues sur coup de pied arrêté, elles restent une option à privilégier. Dans ce sens, une équipe n'est poussée à l'innovation que lorsque l'adversaire sait adapter sa défense.

Mais l'innovation fait partie des éléments qui rendent le futsal si passionnant. Sur coup de pied arrêté, c'est en effectuant une action ou un geste technique inattendus qu'on se crée un avantage, dont découlent de multiples possibilités. Avec des entraînements conçus dans ce sens et une compréhension du jeu acquise progressivement, les joueurs sont de plus en plus en mesure de tenter ce genre d'innovations, mais cela requiert un état d'esprit spécifique allié à la volonté de tenter des choses différentes. Quoi qu'il en soit, comme le montre le présent Manuel de l'entraîneur, les capacités techniques des joueurs constituent un élément essentiel dans d'autres domaines.

Plus une équipe gagne en confiance, plus elle aura tendance à jouer rapidement les corners et à miser sur la vitesse de conception et d'exécution pour exploiter le manque d'organisation de l'adversaire. D'une manière générale, pour l'équipe qui attaque, il est préférable de profiter d'une meilleure organisation pour surprendre l'adversaire en exécutant rapidement des actions

classiques (par exemple passe et tir). Cela nécessite de l'intelligence de jeu, une conscience de la situation et un état d'esprit proactif lorsque l'équipe est en possession du ballon. Une préparation physique de haut niveau permet de tirer le maximum de cette approche, dans la mesure où l'équipe peut alors poursuivre ses actions pendant que son adversaire est encore en train de se réorganiser.

Principes des coups de pied arrêtés

Les coups de pied arrêtés reposent sur trois principes fondamentaux :

- **Exécution**
- **Positionnement**
- **Déplacements**

On peut dire que le placement défensif de l'adversaire est un facteur qui échappe à tout contrôle, mais en réalité, la configuration initiale de l'équipe qui attaque a une influence sur celle de l'équipe qui défend et sur les actions qu'elle entreprend. Dans la plupart des cas, le fait que les équipes s'appuient sur un nombre réduit d'options en matière de coups de pied arrêtés rend leurs mouvements répétitifs et prévisibles. C'est là que l'entraînement joue un rôle crucial en apportant de la variété et de l'innovation.

Les meilleures équipes sont celles qui disposent du plus grand nombre d'options sur chaque coup de pied arrêté. Dans l'idéal, il devrait être possible de disposer de deux ou trois options différentes lors de chaque action, en fonction de la structure défensive choisie par l'adversaire. Bien sûr, cela nécessite d'adopter une approche innovante de l'entraînement et de préparer la structure de l'équipe à cet effet.

Le placement du gardien sur les coups de pied arrêtés fait partie des facteurs qui jouent sur la façon d'aborder les corners, comme en atteste le jeu pratiqué dans le futsal moderne. La tendance actuelle est aux passes appuyées à ras de terre au premier poteau, le plus souvent en vue d'effectuer une déviation pour surprendre le gardien, dont le placement de départ s'effectue en fonction des angles à couvrir dans l'éventualité d'une frappe depuis l'extérieur de la surface de réparation. Cette approche peut être combinée avec des changements de configuration défensive, en particulier en mettant en place un bloc à trois dans un angle.

L'équipe qui défend peut aussi envisager des placements différents sur les corners, non plus en fonction du placement de l'adversaire mais en vue d'anticiper ses options. En effet, le principe majeur qui sous-tend tout coup franc offensif reste d'occuper le terrain et de fixer les défenseurs, mais la position des attaquants eux-mêmes joue un rôle majeur dans ce contexte. Lorsqu'un défenseur ne se place pas en fonction du placement de l'équipe qui attaque, cela diminue l'efficacité des tentatives par les attaquants d'exploiter des espaces ou de mettre en place un bloc, ce qui tend à donner le contrôle du coup de pied arrêté à la défense.

Les équipes qui s'organisent à chaque fois de la même manière pour défendre sur corner deviennent prévisibles et n'ont pas conscience de montrer ainsi à l'adversaire comment jouer.

La prédominance des formes les mieux établies de coups de pied arrêtés offensifs s'explique par le fait que les équipes restent peu préparées à les anticiper pour contrer le danger. Nous vous orientons donc ici vers des objectifs d'entraînement liés à la lecture du jeu et à la compréhension du futsal.

Il faut toutefois garder à l'esprit que les équipes sont susceptibles d'innover dans ce domaine. Il existe certes plusieurs options pour chaque coup de pied arrêté offensif, mais la même chose vaut pour le placement défensif, dont la configuration entraîne des conséquences possibles sur lesquelles il convient d'anticiper en adoptant une structure adaptée.

La configuration de l'équipe qui attaque et l'adoption de principes de base en matière de coups de pied arrêtés sont deux facteurs importants, mais l'exécution technique reste capitale pour parvenir à saisir les occasions qui se présentent.

Ce n'est qu'en acceptant d'expérimenter et de tenter de nouvelles choses qu'on peut envisager de tester différentes conceptions. Pour cela, il n'y a rien de mieux que la compétition, où les résultats ne sont pas aussi prévisibles qu'à l'entraînement.

12.1.1 Rentrées de touche (en possession)



En raison de la multiplicité des rentrées de touche en match, il est devenu indispensable de s'entraîner directement dans cette optique, en particulier pour en faire un élément fondamental en vue de marquer des buts. En match, les rentrées de touche effectuées dans le dernier tiers sont désormais à l'origine d'un nombre important de buts, ce qui montre que cette phase de jeu a fait l'objet d'une attention particulière de la part des entraîneurs ces derniers temps.

Toute rentrée en touche présente deux objectifs principaux :

1. **Aboutir à une occasion de but**
2. **Assurer la conservation du ballon**

L'ordre de priorité entre ces deux objectifs est déterminé par la distance du but adverse, le placement des adversaires, des attaquants et, surtout, par la lecture du jeu du joueur qui effectue la rentrée en touche.

En raison du décompte des quatre secondes, la réactivité du placement et l'utilisation des gestes techniques les plus appropriés à la situation sont d'une importance fondamentale pour réussir une rentrée en touche. On voit

souvent des équipes qui, face à une défense désorganisée, choisissent de ne pas profiter d'une claire occasion de jouer rapidement pour frapper au but. Elles préfèrent miser sur ce qu'elles ont préparé à l'entraînement et attendre d'avoir mis en place la configuration de jeu prévue. Tout cela indique une approche du développement portée sur l'innovation. Il est possible qu'une rentrée de touche rapidement effectuée n'offre pas toujours de meilleurs résultats qu'une rentrée en touche bien organisée et bien exécutée. En réalité, une équipe a besoin d'un peu de tout, mais la capacité à maîtriser chaque scénario est l'apanage des équipes de futsal de haut niveau qui misent sur l'innovation.

Lorsque la tactique choisie pour un coup de pied arrêté est contrée par le bloc défensif adverse, alors la conservation du ballon doit devenir l'objectif principal : il convient alors généralement de jouer vers l'arrière pour repartir sur une formation sûre en 3-1 avant de construire la prochaine offensive. Il est important de se souvenir que, dans ce scénario, la rentrée en touche représente une occasion de conserver la possession du ballon, de préserver l'équilibre de son placement sur le terrain et surtout de garder la maîtrise du jeu.

Dimension tactique de la rentrée en touche

Blocs

La mise en place de blocs est utilisée par de nombreuses équipes pour réussir une passe longue ou pour contrer une action défensive. Il existe dans cette optique deux types de blocs couramment utilisés en futsal : le bloc direct et le bloc avec projection.

Feintes

La réussite sur les rentrées en touche repose souvent sur un facteur fondamental : la capacité à effectuer des feintes (sur la direction de la passe ou l'identité du passeur) pour faire croire à l'adversaire que le ballon va partir dans une direction donnée avant de le transmettre ailleurs.

Posture

Cela passe souvent inaperçu, mais le fait de prêter attention à la posture du passeur (par exemple debout pour prendre l'information avant de se pencher tout en gardant la tête haut, ou bien en train d'observer les déplacements des joueurs pour choisir la meilleure option) avant, pendant et après la rentrée en touche est important pour appréhender ce qui se passe sur la rentrée en touche. Certains joueurs ne touchent pas le ballon, tandis que d'autres gardent le pied dessus jusqu'à ce qu'ils le jouent.

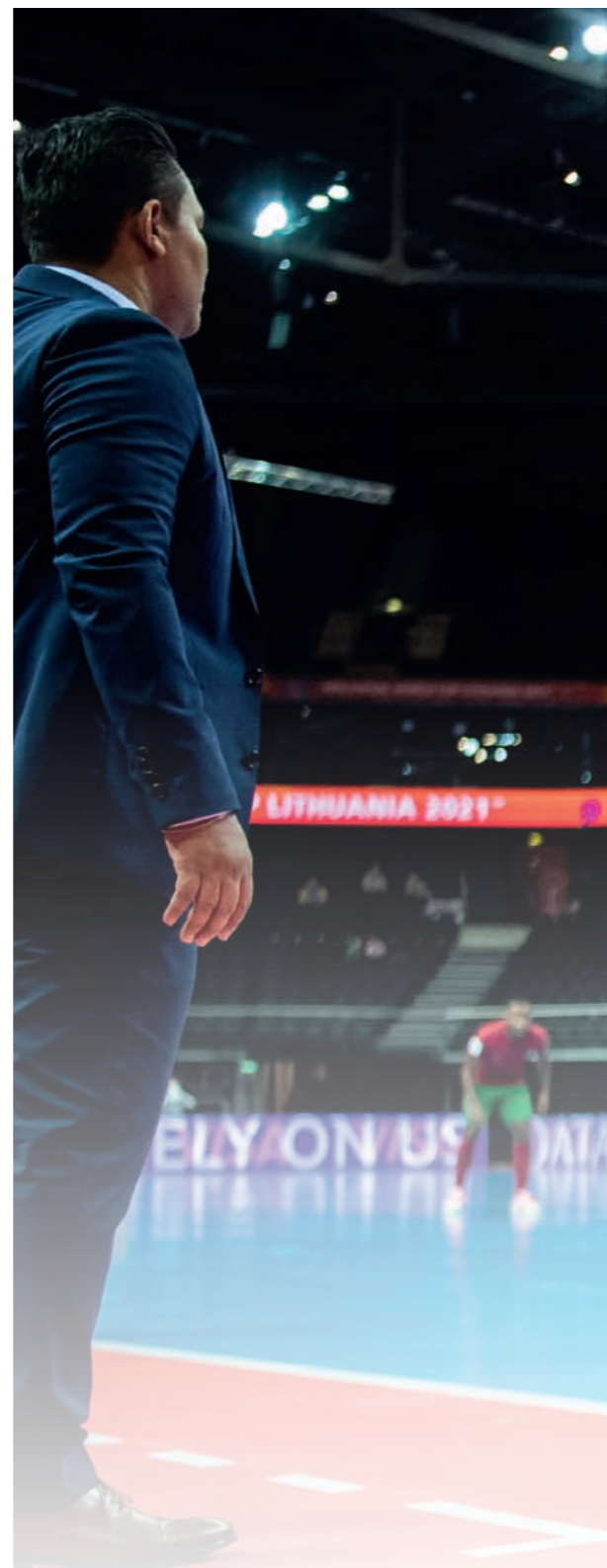
Limite de temps

Les Lois du Jeu de Futsal de la FIFA imposent une limite de quatre secondes pour jouer le ballon, à la discrétion de l'arbitre. Il est important d'entraîner les joueurs à faire mentalement ce décompte des quatre secondes pour leur permettre de s'y habituer et de ne pas paniquer lorsqu'ils jouent sous pression. Ainsi, plutôt que de limiter le nombre de passes lors d'un exercice à l'entraînement, ce qui ne constitue pas une contrainte réellement imposée par les Lois du Jeu, il peut s'avérer préférable d'imposer une limite de temps de quatre secondes, beaucoup plus cohérente avec la pratique du futsal en match.

Utilisation du gardien de but

Le fait d'utiliser le gardien de but comme un cinquième joueur de champ est de plus en plus courant à tous les niveaux de jeu : le gardien tend alors à se placer sur l'aile opposée pour contrebalancer le pressing haut de l'adversaire en créant un surnombre local.

Lorsque les Lois du Jeu le permettent, le gardien de but peut tout à fait intervenir en tant que cinquième joueur de champ. Cette approche renforce l'idée que nous avons déjà évoquée, selon laquelle il est important d'insister aussi sur la technique (passe, contrôle, etc.) et la tactique (quel type de passe effectuer et vers qui, etc.) dans la formation des gardiens de but.



Dimension technique de la rentrée en touche

La dimension tactique de la rentrée en touche est étroitement liée à sa dimension technique (le type de passe, appuyée ou non, sa vitesse et sa direction, si elle est lobée, tendue, etc.). On regroupe tous ces facteurs sous l'expression « qualité de la passe ».

Différents types :

- **Une passe aérienne tendue qui passe juste au-dessus de la tête des défenseurs et aboutit à un tir. Si la passe est trop haute, elle donne l'avantage aux défenseurs ; il est donc crucial de bien ajuster la hauteur de la passe pour parfaitement préparer la reprise de volée qui suit.**
- **Une passe tendue à ras de terre sur le bon pied du destinataire pour lui permettre de réussir son contrôle.**

12.1.2 Corners (en possession)

Comme tous les coups de pied arrêtés, les corners peuvent engendrer des résultats très différents, mais leur proximité avec le but adverse et l'avantage lié au fait de pouvoir contrôler le jeu font que l'objectif principal, sur corner, est toujours de marquer un but ou, au minimum, de créer des problèmes défensifs pour l'adversaire.

Dans certaines situations, l'objectif peut aussi être de conserver la possession du ballon. C'est souvent le cas lorsque la configuration défensive de l'adversaire est trop solide pour les capacités de création offensive de l'équipe. La façon dont l'adversaire se positionne dépend du score, du temps qu'il reste à jouer, de la probabilité que le corner soit tiré efficacement et de la lecture du jeu du joueur qui tire le corner. Tous ces facteurs jouent un rôle crucial dans le choix tactique effectué.



12.1.3 Coups francs (en possession)

Le facteur le plus déterminant sur coup franc est la coordination entre les déplacements des joueurs et l'exécution du coup franc.

Dans cette situation, il est important que le tireur du coup franc possède une claire compréhension du timing et de la précision nécessaires et soit capable de donner au ballon la trajectoire et la vitesse les mieux adaptées à la situation. Il convient donc que le tireur prenne son temps, conserve son calme et soit conscient de la situation actuelle dans le match et du placement de ses coéquipiers et de l'adversaire.

Là encore, les résultats recherchés sur coup franc dépendent de l'endroit où le coup franc est donné, de la phase de jeu et de la configuration défensive de l'adversaire. Dans le contexte du futsal et du décompte des quatre secondes, il est très important que tous les joueurs de l'équipe en possession du ballon soient réactifs.

Au-delà de l'objectif de marquer un but, les coups francs peuvent eux aussi jouer un rôle stratégique en vue de la conservation de la possession.



12.2 Sans le ballon

Savoir ce qui se passe en cas de perte soudaine du ballon est un élément très important lorsqu'on souhaite conserver la possession.

Si l'équipe ne s'en préoccupe pas avant la perte du ballon, il est déjà trop tard. Chaque attaque et chaque contre-attaque doivent comporter une option de verrouillage, une mesure de sécurité à appliquer immédiatement après la perte du ballon.

Perdre le ballon sur coup de pied arrêté n'est pas la même chose que le perdre dans le jeu, où le principe défensif de freiner - contraindre - bloquer s'applique directement. Sur coup de pied arrêté, où l'adversaire a le temps de se placer et d'organiser sa défense, il est possible de préparer soi-même sa défense en cas de perte du ballon. Toutefois, il faut aussi envisager la façon d'empêcher l'adversaire d'effectuer une passe rapide et d'avancer (donc de le freiner).

Pour défendre le plus efficacement possible sur coup de pied arrêté, il faut disposer d'un plan collectif définissant de quelle manière limiter l'espace

disponible, sur le plan individuel comme sur le plan collectif. Plus le coup de pied arrêté est proche du but de l'équipe qui défend, plus le gardien de but joue un rôle majeur dans la configuration de cette unité défensive. Une fois de plus, le rôle et l'importance du gardien de but se retrouvent au premier plan. Lors d'un coup de pied arrêté défensif, le gardien est toujours le joueur le plus reculé, ce qui lui donne la vision la plus claire du terrain (ballon, espaces disponibles, coéquipiers et adversaires).

Le facteur clé réside dans la capacité de l'équipe qui défend à être prête plus rapidement que l'adversaire, en tenant compte du décompte des quatre secondes et du fait qu'il est crucial d'empêcher l'équipe qui attaque de jouer le ballon rapidement. La dimension organisationnelle est vitale pour parvenir à neutraliser efficacement l'adversaire.

12.2.1 Rentrées en touche (sans le ballon)

Il existe différentes tactiques pour défendre efficacement sur les rentrées en touche.

Lors de Lituanie 2021, la dernière édition en date de la Coupe du Monde de Futsal, 32 buts ont été inscrits sur des rentrées en touche. Cela représente plus de 10% des buts marqués sur l'ensemble de la compétition. Aujourd'hui plus que jamais, il est d'une importance cruciale de savoir défendre sur ces coups de pied arrêtés.

Dans un contexte d'innovation croissante marqué par des approches très variées des rentrées en touche, toutes les équipes doivent apprendre à s'adapter en défense face aux dangers liés à ce type de remise en jeu. C'est là que l'entraîneur joue un rôle important à travers le positionnement des joueurs et la mise en place de blocs défensifs à même de contenir l'adversaire.

D'une manière générale, l'approche défensive passe par un marquage individuel ou une défense en zone. Les deux approches sont aussi efficaces l'une que l'autre pour peu qu'elles soient bien exécutées.

Dimension tactique

En défense sur une rentrée en touche, la **posture corporelle** de chaque joueur est importante pour lui permettre de réagir rapidement et de contraindre l'adversaire à s'engager dans une direction en particulier. L'efficacité de la défense passe par la conscience qu'a chaque joueur de la position du ballon et de sa trajectoire potentielle, de l'endroit où se trouve l'adversaire le plus proche et du positionnement général des autres attaquants, afin de pouvoir anticiper leur tactique. Cela souligne également l'importance des joueurs qui n'ont pas le ballon, en obligeant chacun à ne pas se focaliser exclusivement sur le porteur du ballon.

La **communication** au sein de l'équipe est tout aussi importante (surtout dans le cas d'une défense en zone) dans la mesure où, pour éviter les erreurs et le désordre collectif, les joueurs doivent communiquer pour ajuster le marquage de chacun dans sa zone une fois que les attaquants commencent à permuter.

Le rôle du gardien de but est crucial ici, puisque c'est généralement le seul joueur qui a tous les autres dans son champ de vision.

12.2.2 Corners et rentrées en touche (sans le ballon)

On estime souvent que l'équipe qui défend ne possède pas le contrôle de la situation, qui revient à l'équipe qui attaque. Mais ce n'est pas toujours le cas.

L'équipe qui attaque vise à placer ses joueurs de façon à contraindre la défense à adopter la configuration voulue afin de créer des espaces et des possibilités de passe, menant à un avantage général dans le jeu. Lorsqu'elle est contrainte de cette manière, l'organisation défensive joue le jeu de l'adversaire dans une certaine mesure, mais l'équipe qui défend

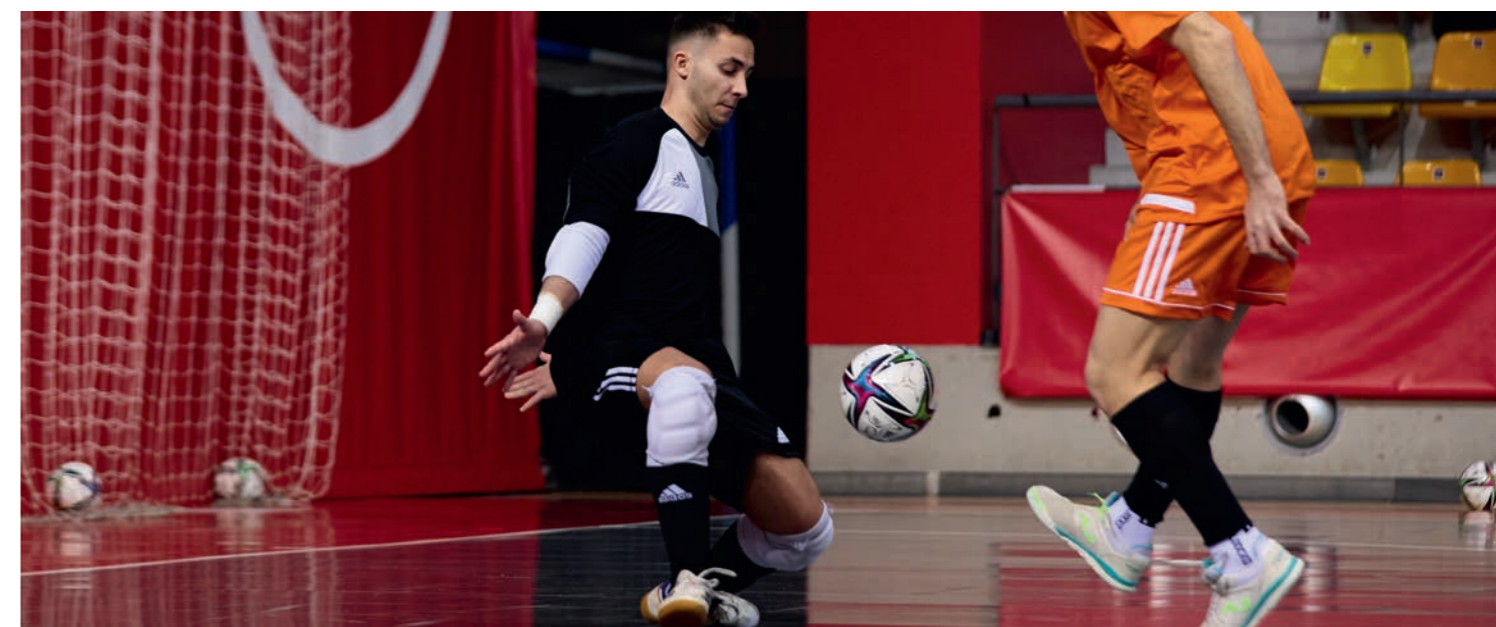
conserve une certaine liberté de gérer le risque tout en gardant une certaine influence sur le résultat obtenu.

C'est là que la stratégie de défense doit passer par la neutralisation des solutions de passe et la couverture des espaces susceptibles d'être exploités par l'adversaire. Il est peu utile de donner des instructions sur le placement à adopter sur les corners et les coups francs, dans la mesure où chaque phase arrêtée présente une configuration unique, mais il faut dans tous les cas respecter les principes de base que nous venons d'énoncer.



L'immense majorité des jeunes joueurs ont une admiration particulière pour une personne. Il peut s'agir d'un joueur ou d'une joueuse, d'un parent, d'un frère ou d'une sœur, et cette admiration joue un rôle dans le choix de leur poste de prédilection.

Les parents des jeunes joueurs et leurs entraîneurs doivent absolument convenir qu'il n'est pas raisonnable d'attribuer à un joueur de moins de 12 ans un poste spécifique. Pour offrir à chaque enfant la meilleure expérience de futsal et les meilleures chances de progression possibles, il faut l'encourager à tenter des choses et faire l'expérience du jeu depuis des postes différents et dans des rôles différents. Par exemple, si un gardien de but ne comprend pas ce que représente le fait, pour un joueur de champ, de recevoir le ballon du gardien à la bonne vitesse pour pouvoir pivoter sur lui-même, comment peut-il savoir comment effectuer sa relance dans les meilleures conditions pour le destinataire ? Par conséquent, tout entraîneur de joueurs en développement doit s'atteler à doter chaque joueur avant l'âge de 12 ans de la polyvalence qui vient de la compréhension de ce que représente le jeu à chacun des différents postes. Ne pas se donner cet objectif revient à ne pas agir dans le meilleur intérêt des jeunes joueurs. Un « gardien de but » de six ans pourrait fort bien être meilleur dans le champ sans jamais s'en rendre compte. L'entraîneur doit adopter une approche équitable et motivante envers les jeunes joueurs pressentis pour devenir des gardiens, de façon à ce que chaque séance implique tous les joueurs et n'isole en aucun cas ceux qui sont étiquetés comme étant des gardiens à cet âge-là.



En conséquence, cette section sur les gardiens de but n'a pas vocation à s'appliquer aux **joueurs en développement**, sauf s'il existe une raison claire et objective pour cela. Bien sûr, les jeunes gardiens de but doivent être encouragés dans ce sens si c'est ce poste en particulier qui les motive à jouer au futsal, mais il faut malgré tout les impliquer dans tous les exercices destinés aux joueurs de champ de façon à leur permettre de peaufiner leur jeu de jambes, leur motricité, leur sens du placement, leur qualité de passe et leur compréhension du jeu en général et à chaque poste.

Pour plus d'informations, consultez le Manuel GARDIEN DE BUT DE FUTSAL



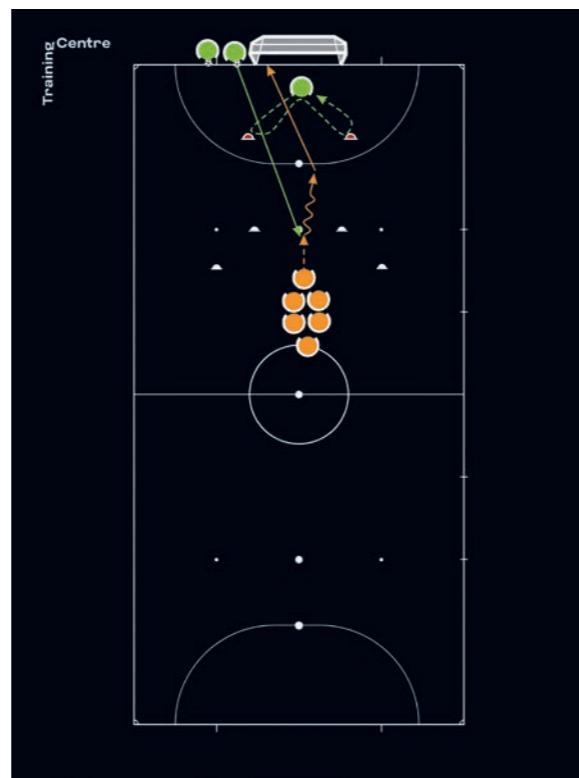
Parades et relance

Organisation

- Utiliser le terrain entier.
- Placer un but à chaque extrémité du terrain.
- Matérialiser une ligne à l'aide de coupelles à 9 m de l'un des buts.
- Avec trois gardiens : placer un gardien dans un but (gardien 1) et les deux autres à côté du but (gardiens 2 et 3).
- Donner un ballon aux gardiens 2 et 3.
- Placer six attaquants en file derrière la ligne des 9 m.
- Placer une coupelle à 5 m dans l'axe de chaque poteau.

Consignes

- Le gardien 1 se place au milieu de son but, légèrement devant sa ligne, et doit faire des aller-retour entre ce point et les deux coupelles.
- Tandis qu'il se déplace entre le milieu de son but et les coupelles, le gardien 2 transmet le ballon (à la main et au sol) au premier attaquant de la file. Ce dernier a deux options : tirer en restant derrière la ligne des 9 m ou contrôler le ballon derrière la ligne des 9 m puis avancer jusqu'aux abords de la surface et tenter de battre le gardien en 1 contre 1. Dans ce dernier cas de figure, l'attaquant a trois secondes pour finaliser après avoir contrôlé le ballon.
- Si le gardien parvient à s'interposer, l'attaquant peut à nouveau tenter sa chance, en deux touches maximum.
- La séquence prend fin si le ballon sort du terrain, si le gardien parvient à le capter ou si l'attaquant marque.
- Une fois la séquence terminée, les gardiens alternent : le gardien 3 transmet le ballon au deuxième attaquant, le gardien 2 prend place dans le but et le gardien 1 va se placer à côté du but.



FIFA Training Centre

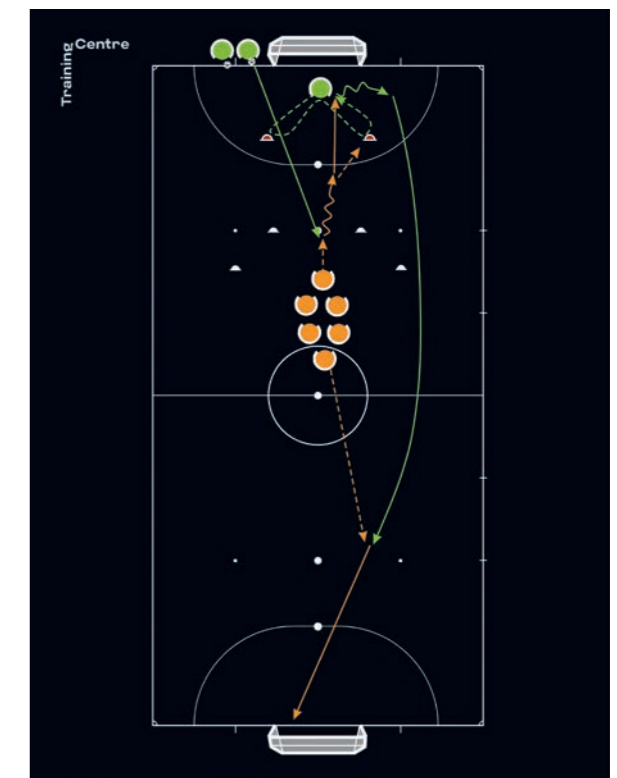
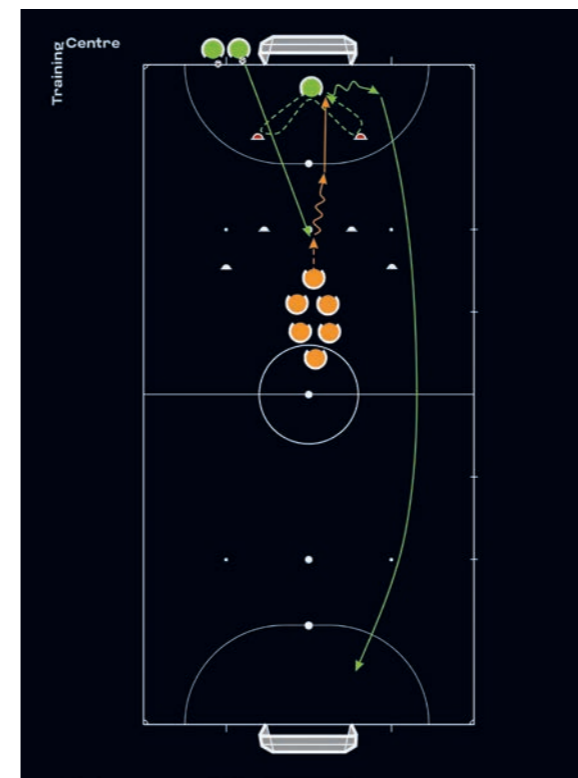
Variantes

Variante 1

- Si le gardien réussit à s'emparer du ballon, il peut tenter de marquer directement dans le but opposé sur un dégagement. S'il ne parvient pas à marquer, il reste dans le but et prend part à une nouvelle séquence.

Variante 2

- Si le gardien réussit à s'emparer du ballon, il doit déclencher une contre-attaque rapide avec une relance longue à la main en direction du dernier attaquant de la file. Ce dernier devra se placer dans la moitié de terrain adverse et conclure en une touche, quatre secondes maximum après que le gardien a récupéré le ballon. L'attaquant qui vient de frapper au but peut gêner la relance du gardien.



Variante 3

- Après s'être emparé du ballon, le gardien a le choix entre tenter de marquer directement sur son dégagement ou transmettre le ballon au dernier attaquant de la file.

Éléments techniques

- Le gardien doit lire le langage corporel de l'attaquant pour savoir s'il doit quitter sa ligne et réduire l'angle de frappe.
- Si le gardien a déjà quitté sa ligne en prévision d'un 1 contre 1 et que l'attaquant se prépare à frapper au but, il doit se mettre sur ses appuis pour éviter d'être en mouvement lorsque l'attaquant déclenchera son tir.

Intervenir sur des tirs axiaux

Organisation

- Matérialiser une zone de 15 x 20 m.
- Placer un but à l'une des extrémités de la zone.
- Matérialiser une ligne à 9 m du but à l'aide de coupelles.
- Avec trois gardiens : placer un gardien dans un but (gardien 1) et les deux autres à côté du but (gardiens 2 et 3).
- Donner un ballon aux gardiens 2 et 3.
- Placer six attaquants en file derrière la ligne des 9 m.

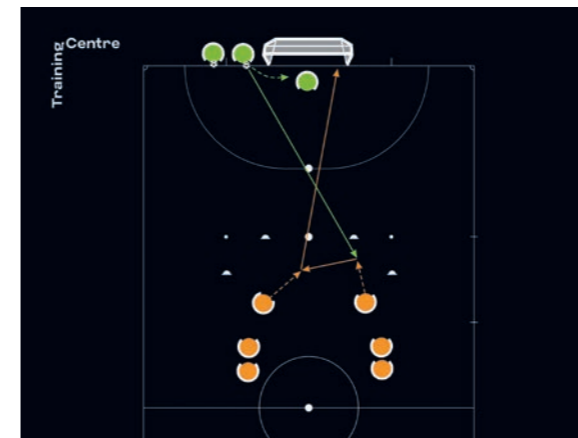
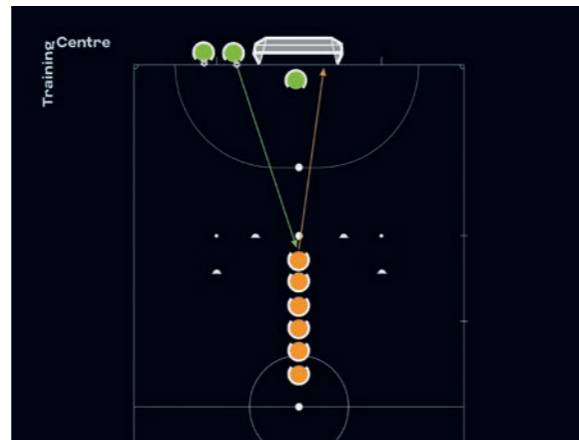
Consignes

- Le gardien 2 transmet le ballon, à la main et au sol, au premier attaquant de la file, qui doit conclure en une touche sans dépasser la ligne des 9 m.
- La séquence prend fin si le ballon sort du terrain, si le gardien parvient à le capter ou si l'attaquant marque.
- Une fois la séquence terminée, les gardiens alternent : le gardien 3 transmet le ballon au deuxième attaquant, le gardien 2 prend place dans le but et le gardien 1 va se placer à côté du but.
- Si le gardien repousse le tir et que le ballon revient à l'attaquant, celui-ci peut à nouveau tenter sa chance, mais il a deux touches pour finaliser.

Variantes

Variante 1

- Un second attaquant peut participer à l'action afin d'augmenter le niveau d'incertitude chez le gardien.
- Le gardien doit se déplacer latéralement d'un poteau à l'autre tout en restant légèrement devant sa ligne. Il doit toucher les montants puis se préparer à intervenir dès que l'attaquant reçoit le ballon.
- Si le gardien s'empare du ballon, il doit le transmettre au deuxième attaquant afin de générer une situation de 2 contre 1.



FIFA Training Centre

Variante 2

- L'attaquant peut choisir de tirer ou de servir un coéquipier, qui devra conclure.

Variante 3

- les attaquants peuvent se faire trois passes maximum avant de finaliser

Éléments techniques

- L'attaquant doit se tenir prêt pour les éventuels deuxième ballons repoussés par le gardien.
- Le gardien doit dévier le ballon sur les côtés pour éviter de donner une seconde chance à l'attaquant.
- Le gardien doit se tenir immobile, sur ses appuis, au moment de la frappe.



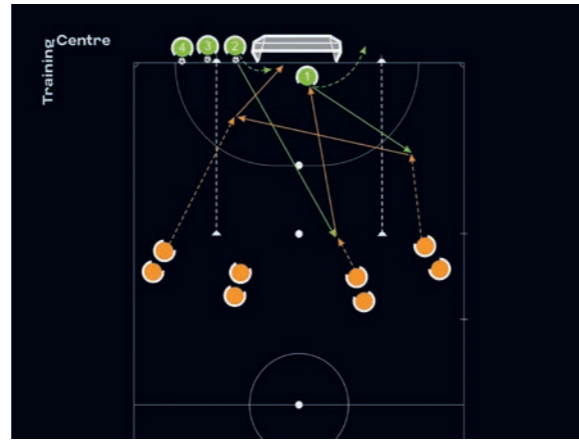
Intervenir sur des frappes excentrées

Organisation

- Matérialiser une zone de 15 x 20 m.
- Placer un but à l'une des extrémités de la zone.
- Matérialiser une ligne à l'aide de coupelles à 9 m de la ligne de but ainsi que deux zones latérales de 5 m de large.
- Prévoir deux attaquants dans chacun des couloirs centraux, placés environ 1 m derrière la ligne des 9 m.
- Prévoir deux attaquants sur chaque côté, placés environ 1 m derrière la ligne des 9 m.
- Avec quatre gardiens : placer un gardien dans un but (gardien 1) et les trois autres à côté du but (gardiens 2, 2,3 et 4).
- Donner un ballon aux gardiens 2, 3 et 4.

Consignes

- Le gardien 2 transmet le ballon, à la main et au sol, à l'un des joueurs situés dans l'axe, qui devra finaliser en une touche.
- La séquence prend fin si le ballon sort du terrain, si le gardien parvient à le capter ou si l'attaquant marque.
- Une fois la séquence terminée, les gardiens alternent : le gardien 3 transmet le ballon, à la main et au sol, à l'un des attaquants suivants, le gardien 2 prend place dans le but, le gardien 1 va se placer dans la file à côté du but et le gardien 4 se prépare à lancer la séquence suivante.
- Si le gardien réussit à s'emparer du ballon, il doit le transmettre, à la main et au sol, à l'un des attaquants situés sur les côtés. Après avoir transmis le ballon, le gardien cède sa place à l'un des gardiens placés à côté du but. Celui-ci fait face à un attaquant excentré, qui a deux touches pour finaliser ou adresser un centre au deuxième poteau à son coéquipier situé dans le couloir opposé.
- L'attaquant qui reçoit la passe du gardien ne peut ni quitter son couloir, ni entrer dans la surface.



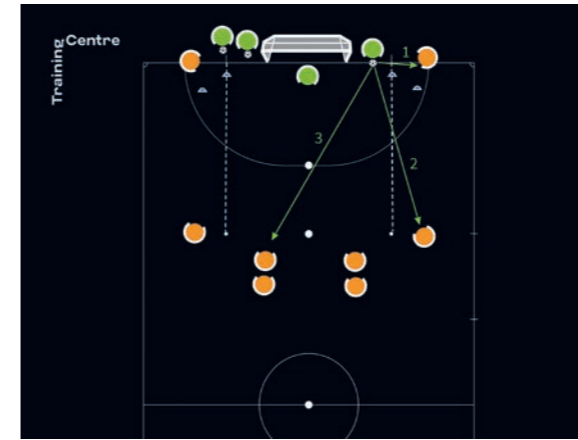
FIFA Training Centre

Variante

- Ajouter deux coupelles (voir schéma) et un attaquant à proximité de la ligne de sortie de but de part et d'autre du but.
- Le gardien qui lance la séquence a trois solutions : servir un joueur situé à proximité de la ligne de sortie de but, sur un côté ou dans l'axe.
- Le receveur pourra soit finir en une touche, soit servir un coéquipier, qui devra également tenter de finaliser en une touche.
- Si le gardien sert l'un des joueurs situés à proximité de la ligne de sortie de but, celui-ci pourra passer le ballon à l'un des deux joueurs placés dans l'axe ou à son coéquipier situé dans le couloir opposé.

Éléments techniques

- En cas de tir, le gardien doit lancer ses bras en direction du ballon.
- Le gardien doit rester en position le plus longtemps possible.
- Il doit couvrir son but au maximum pour compliquer la tâche de ses adversaires.
- Il doit évaluer la situation et constamment adapter son placement en fonction des intentions de l'attaquant.



Intervenir aux abords de la surface

Organisation

- Matérialiser une zone de 15 x 20 m.
- Placer un but à l'une des extrémités de la zone.
- Matérialiser une ligne à 9 m du but à l'aide de coupelles.
- Placer cinq attaquants, 1 m derrière la ligne des 9 m.
- Prévoir une source de balles et un joueur le long de l'une des lignes de touche.
- Avec trois gardiens : placer un gardien dans un but (gardien 1) et les deux autres à côté du but (gardiens 2 et 3).

Consignes

- Le joueur situé au niveau de la source de balles adresse un ballon (au pied) entre la ligne des 9 m et la surface pour le premier attaquant situé dans la file.
- Le premier attaquant a trois secondes pour conclure, mais il peut effectuer autant de touches qu'il le souhaite.
- Si le gardien repousse le tir et que le ballon revient à l'attaquant, celui-ci peut à nouveau tenter sa chance, mais il a deux touches pour finaliser.
- La séquence prend fin si le ballon sort du terrain, si le gardien parvient à le capter ou si l'attaquant marque.
- Une fois la séquence terminée, les gardiens alternent : le gardien 2 prend place dans le but, le gardien 1 va se placer dans la file à côté du but et le gardien 3 va se placer en tête de file.
- Si le gardien réussit à s'emparer du ballon, il doit le transmettre, à la main et au sol, au premier attaquant de la file avant de céder sa place au gardien suivant, lequel devra disputer un 1 contre 1 avec l'attaquant.

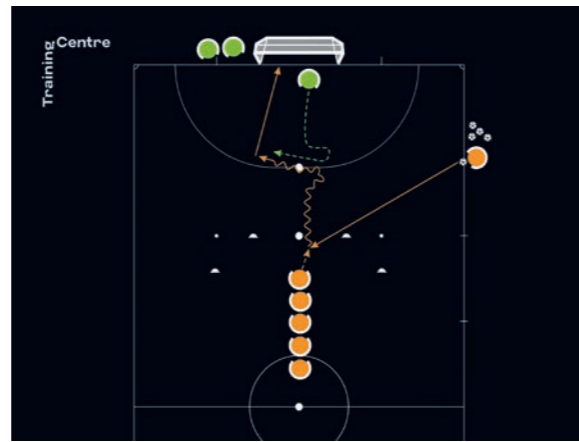
Variantes

Variante 1

- Ajouter une source de balles et un joueur en face de la première source. L'attaquant pourra choisir depuis quelle source il sera servi.

Variante 2

- L'attaquant reçoit un ballon depuis une source puis un second ballon depuis l'autre source.



FIFA Training Centre

Variante 3

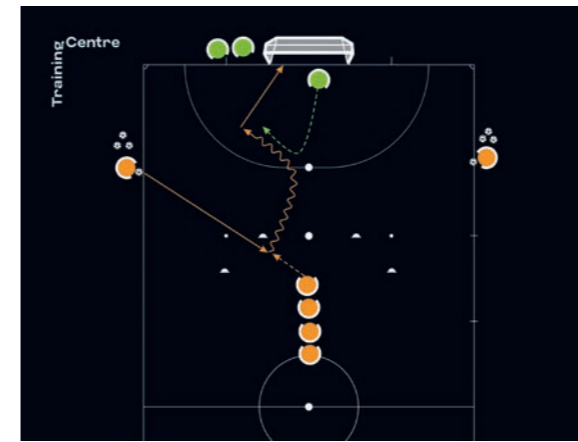
- Placer deux ballons dans l'axe, entre la ligne des 9 m et la surface. Après avoir joué les ballons adressés depuis les deux sources, l'attaquant choisit l'un des ballons disposés dans l'axe et va disputer un 1 contre 1 face au gardien.

Variante 4

- L'attaquant choisit l'un des quatre ballons à disposition. Il a quatre secondes pour choisir le ballon (avec la possibilité de feinter) puis de trois secondes pour conclure une fois qu'il est en possession du ballon.

Éléments techniques

- Le gardien peut quitter sa surface uniquement s'il peut dégager le ballon ou le toucher afin de le dévier.



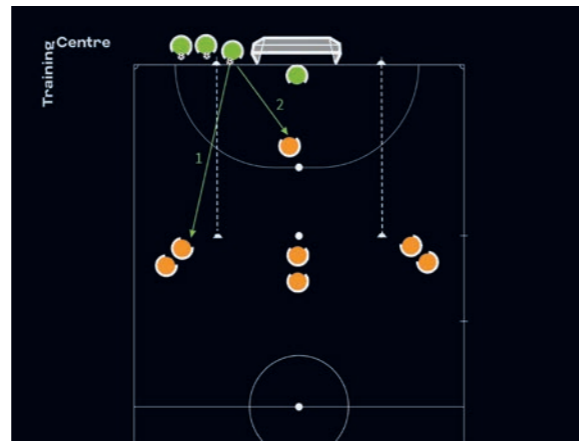
Défendre son but

Organisation

- Matérialiser une zone de 15 x 20 m.
- Placer un but à l'une des extrémités de la zone.
- Matérialiser une ligne à l'aide de coupelles à 9 m de la ligne de but ainsi que deux zones latérales de 5 m de large.
- Prévoir deux attaquants sur chaque côté, placés 1 m derrière la ligne des 9 m. Placer un attaquant dans la surface. Placer les deux derniers attaquants dans l'axe. À tour de rôle, ceux-ci iront se placer dans la surface, une fois l'action précédente terminée.
- Avec quatre gardiens : placer un gardien dans un but (gardien 1) et les trois autres à côté du but (gardiens 2, 3 et 4).
- Donner un ballon aux gardiens 2, 3 et 4.

Consignes

- La gardien 2, placé à côté du but, a deux solutions pour démarrer chaque séquence : il peut soit servir l'attaquant situé dans la surface, qui devra finir en une touche, soit passer le ballon à l'un des joueurs excentrés, qui devra contrôler, avancer balle au pied et tenter sa chance ou servir son coéquipier au deuxième poteau.
- La séquence prend fin si le ballon sort du terrain, si le gardien parvient à le capter ou si l'attaquant marque.
- Une fois la séquence terminée, les gardiens alternent : le gardien 3 transmet le ballon, à la main et au sol, à l'un des attaquants suivants, le gardien 2 prend place dans le but, le gardien 1 va se placer dans la file à côté du but et le gardien 4 se prépare à lancer la séquence suivante.
- Tant que le ballon est en jeu, tous les joueurs de champ, y compris ceux qui attendent leur tour, peuvent tenter de finaliser (en deux touches maximum).



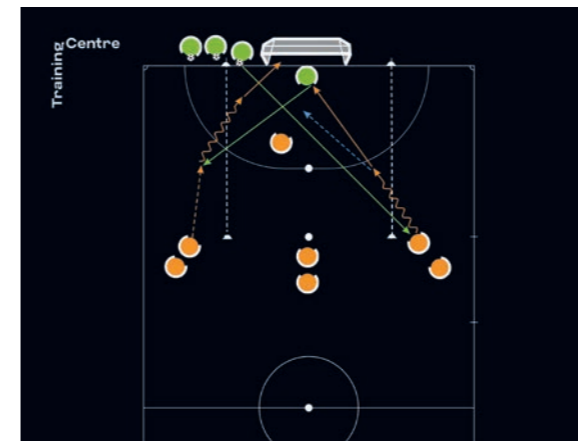
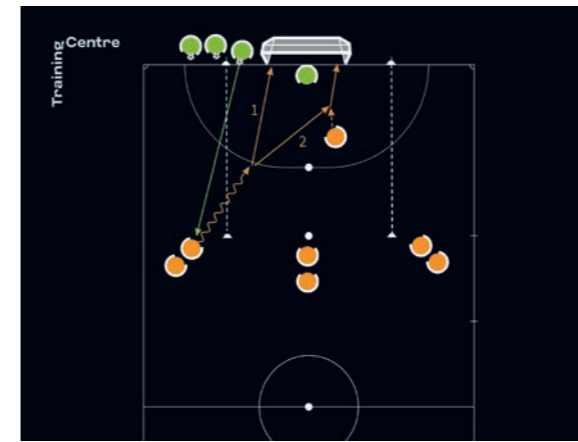
FIFA Training Centre

Variante

- L'attaquant situé dans la surface a trois touches maximum pour finaliser.
- Si le gardien capte le ballon, l'attaquant qui vient de tenter sa chance devient défenseur, ce qui génère un 2 contre 1 + gardien. Le gardien passe le ballon, à la main et au sol, à l'un des attaquants et gère cette nouvelle situation avec l'aide de son défenseur.

Éléments techniques

- Le gardien doit se concentrer sur son placement pour gérer au mieux les différentes situations.
- Il doit constamment ajuster son placement afin d'être toujours situé entre le ballon et son but.
- En cas de lancer de jambe, il doit veiller à faire glisser son talon au sol.





Qualités et exigences spécifiques

Le futsal est un sport à part. Ses Lois du Jeu, la taille du terrain, le rebond limité du ballon qui lui permet de rester en jeu plus longtemps, le nombre de joueurs, les remplacements constants : tout cela contribue à sa spécificité. C'est pourquoi le développement de la condition physique des joueurs doit tenir compte des caractéristiques propres à ce sport. Sur le plan physique, l'objectif est de fournir au joueur les ressources physiques nécessaires pour lui permettre de s'impliquer dans la mise en place des tactiques en étant aussi efficace que possible du point de vue technique.

Pour évaluer en profondeur les exigences liées à la pratique du futsal, des analyses de données ont été effectuées. Les conclusions valent particulièrement pour le futsal de haut niveau, d'où provient l'essentiel des données. Cela dessine malgré tout les contours du parcours du joueur qu'il faut concevoir depuis le plus jeune âge jusqu'à la maturité en vue de le préparer au mieux aux exigences du futsal de haut niveau.

Il existe une idée reçue selon laquelle la pratique du futsal nécessite d'être capable de fournir une énorme quantité d'efforts physiques. Cela peut être le cas dans certains domaines, mais il existe de nombreux facteurs qui déterminent la vitesse du jeu et le type d'efforts physiques requis. Par exemple, les styles de jeu diffèrent en fonction des continents. Dans les pays où le futsal est moins développé et où la conservation du ballon n'est pas une priorité, le ballon change souvent de côté, ce qui est très exigeant et requiert donc de meilleures capacités physiques. À l'inverse, dans les pays où on joue au futsal depuis plus longtemps, la dimension tactique du jeu est plus présente, ce qui tend sans doute à rendre le jeu moins exigeant sur le plan physique (à part lors de phases spécifiques de contre-attaque et repli défensif). Dans cette optique, la charge physique est moins constante et davantage liée à des pics particuliers, dans la mesure où les phases de transition sont moins fréquentes.

Il est impératif de s'appuyer sur les données pour confirmer le type de jeu que les joueurs vont être amenés à déployer.

Plans d'entraînement hebdomadaires

L'accent porte généralement sur ce qui se produit sur le terrain les jours de match. Mais ce qui se passe durant les jours, les semaines voire les mois qui précèdent ce jour est important : ce sont les jours de match qui créent la continuité dans tout cela.

Caractéristiques spéciales de la préparation physique des jeunes joueurs

Les jeunes joueurs poursuivent leur développement physique tout au long de leur enfance et du début de leur adolescence. C'est l'activité physique dans laquelle ils s'engagent dès le plus jeune âge qui détermine leur silhouette et leurs capacités physiques à l'âge adulte. Une activité physique excessive pendant cette période risque de créer des déséquilibres physiques qui nuisent à ce développement. Bien que les jeunes joueurs soient assez résistants, il faut toujours appliquer un principe de précaution et veiller à prendre les bonnes décisions en vertu des besoins des enfants et de la nécessité de les protéger.



Les joueurs arrivés à maturité sont le reflet des activités de développement qu'ils ont suivies lorsqu'ils étaient plus jeunes. Plus ils ont commencé jeunes, plus il est dur de changer une fois arrivé à l'âge adulte.

La présente section concerne les joueurs âgés de 16 ans et plus et ses préconisations doivent être modulées en fonction de la phase de développement de chaque joueur. Il n'est pas conseillé d'encourager les enfants en dessous de cet âge à pratiquer des activités physiques dépassant les jeux typiques de leur âge.

Il faut inciter les jeunes joueurs à jouer sans dépasser certaines limites, de façon à éviter une suractivité à un âge précoce susceptible de nuire à leur croissance. Les enfants peuvent jouer autant que leur corps le permet, après quoi ils affichent des signes vous indiquant qu'ils en ont fait assez. Les jeunes joueurs doivent faire de l'exercice physique et acquérir une masse musculaire et une puissance aérobie correspondant à leur poids, de façon à assurer un développement physique approprié.

Lorsque les joueurs en développement jouent, les principes moteurs fondamentaux (coordination, vitesse, force, agilité dans le jeu) et le contact physique doivent faire l'objet d'un développement axé sur le jeu.

Au fur et à mesure que les joueurs grandissent dans un environnement de futsal, leurs besoins de développement évoluent. Au fil de leur croissance, il est possible de mettre davantage l'accent sur la tactique à titre individuel et collectif, les formations de jeu, la condition physique en futsal, les subtilités de la technique ou encore les déplacements plus sophistiqués dans le jeu. Dans ces environnements, un mélange de différents exercices peut être introduit en vue du développement de certaines capacités techniques clés, bien que cela risque de générer un développement physique plus poussé susceptible de nécessiter un suivi en dehors du cadre du jeu. Il ne s'agit toutefois pas d'ignorer à quel point il est important de prévoir de longues périodes de jeu à l'entraînement, pour veiller à ce que les résultats de cet apprentissage plus complexe renforcent l'acquisition des capacités techniques dans le cadre de ces scénarios fondés sur le caractère imprévisible du jeu. Au fil du développement des joueurs des catégories de jeunes, l'entraîneur peut les confronter à des situations plus complexes et plus exigeantes. Cette approche doit toujours viser le développement des qualités techniques et physiques, dont les principes restent valables tout au long de cette catégorie d'âge et au-delà.

Quand il s'agit de proposer des activités physiques à des enfants, la dimension psychologique et biologique de leur croissance à des âges différents doit être prise en compte.

Il n'est pas acceptable d'entraîner des joueurs en développement et des joueurs des catégories de jeunes de la même façon qu'on entraîne des adultes. Il faut toujours concevoir les séances d'entraînement en gardant à l'esprit les spécificités liées à chaque catégorie d'âge.

Les exigences sur le plan physique, la préparation physique et mentale et la récupération varient selon les phases du développement, mais elles font partie intégrante de la préparation de toute séance et des mésocycles et macrocycles utilisés dans le cadre de la préparation

Recommandations simples :

- Adaptez les règles du jeu au niveau de connaissance du jeu et de développement des enfants
- Adaptez les tâches au niveau de préparation des enfants de façon à ce que l'apprentissage et l'entraînement soient motivants pour eux
- Chaque enfant doit bénéficier d'un renforcement positif
- Les objectifs doivent être donnés à court terme de façon à éviter toute démotivation des enfants
- Le plaisir du jeu, la curiosité, etc., sont des facteurs de motivation pour les enfants
- L'échec en compétition est susceptible de démotiver les enfants C'est pourquoi il convient d'insister sur l'importance et le côté positif de la participation

Endurance

- La consommation maximale d'oxygène dépend à 90% de facteurs génétiques et à 10% seulement de l'entraînement
- Les efforts en anaérobie lactique doivent attendre l'âge de 15-16 ans

Force

- Le travail sur l'amélioration de la force maximale peut commencer à partir de 16-17 ans, avec précaution

- Le travail sur le développement de l'explosivité peut commencer à partir de 16-18 ans
- La résistance lactique peut être développée à partir de l'âge de 18 ans

Vitesse

- Il est possible d'introduire les exercices et les jeux qui permettent de travailler la vitesse à travers des efforts brefs pour les jeunes joueurs
- L'accélération et la vitesse de déplacement peuvent faire l'objet d'entraînements spécifiques à partir de l'âge de 14-15 ans pour les garçons et 9-13 ans pour les filles
- L'âge optimal pour l'entraînement à la vitesse se situe généralement entre 16 et 18 ans

Souplesse

- La souplesse diminue avec l'âge
- La souplesse des enfants commence à diminuer considérablement à l'âge de 10 ans pour les garçons et 12 ans pour les filles
- La structure osseuse se consolide à partir de l'âge de 14-16 ans, ce qui signifie que la puissance musculaire augmente, tandis que l'élasticité musculaire est susceptible de diminuer
- Il convient de faire travailler la souplesse au quotidien

Coordination

Le travail sur la coordination peut être réparti en trois groupes d'exercices :

1. Exercices qui ne nécessitent pas d'équipements spécifiques :

Différents exercices pour la tête, le torse, les membres (différents types de torsions, sauts, changements de rythme, etc.)

2. Exercices impliquant l'utilisation d'équipements spécialisés :

Travail avec des bâtons, des balles, des cordes, etc. Outre l'acquisition du savoir-faire lié à l'utilisation de cet équipement, ces exercices aident aussi les joueurs à apprendre à calculer différentes trajectoires possibles et à adopter les bonnes postures pour le lancer et la réception de balles.

3. Exercices spécifiques au futsal :

Maîtrise du ballon : conduite de balle, dribble, etc.

Il est recommandé de faire commencer l'entraînement à la coordination par les exercices du premier de ces groupes.





Le présent Manuel de l'entraîneur donne la priorité à une utilisation maximale du jeu durant les premières phases de développement des joueurs. Cela étant, il ne s'agit pas de faire de chaque séance d'entraînement un match, mais de mettre les exercices dans un contexte réaliste en les axant sur le jeu.

Tous les joueurs ont naturellement envie de jouer avant tout, mais il se peut que tous les joueurs ne soient pas animés par l'envie de gagner ou l'esprit de compétition. Bien sûr, cela fait partie des raisons principales qui peuvent donner envie de jouer dans une équipe, mais ce n'est pas la seule. De la même manière, l'entraîneur doit être capable de comprendre les avantages liés au fait de jouer, en faisant de la compréhension du jeu (plutôt que de la soif de victoire) le principal objectif d'apprentissage.

Les **joueurs en développement** – sur le plan individuel comme sur le plan collectif – doivent se concentrer sur leur participation au jeu et apprendre le futsal en jouant, plutôt que de se concentrer avant tout sur les résultats. On met souvent trop l'accent sur le résultat, ce qui peut entraîner l'abandon des objectifs d'apprentissage. Pendant cette phase de développement, il est important que les joueurs comme l'entraîneur soient motivés avant tout par le jeu, et non par la recherche de la victoire à tout prix.

Au fur et à mesure de leur développement et de leur progression, les joueurs donnent de plus en plus d'importance au fait d'appartenir à une équipe. La capacité à collaborer au sein d'un groupe pour apprendre à jouer ensemble, et non plus seulement pour soi-même, fait partie des plus grands plaisirs du jeu et constitue un facteur crucial pour obtenir de bons résultats. Bien sûr, pour mesurer la réussite, on tient compte des résultats sportifs, mais cela ne doit pas être le seul facteur. Beaucoup n'en font même pas leur critère principal pour évaluer le travail effectué. Pendant cette phase de développement, on met davantage l'accent sur les domaines de la **préparation, de l'évaluation et du feedback (avant, pendant et après les matches)**. Au départ, cette orientation est donnée par l'entraîneur, mais elle est vite reprise par les joueurs eux-mêmes. Pendant la phase des joueurs en développement, il convient de privilégier les causeries d'avant-match courtes et simples et d'impliquer les joueurs dans le processus de correction et de feedback d'après-match. L'entraîneur doit faire en sorte de faciliter le feedback en posant des questions ouvertes qui donnent aux joueurs la possibilité de dire honnêtement ce qu'ils pensent et comment ils comprennent les choses. On peut partir du principe que les jeunes joueurs n'assimilent qu'une petite partie de ce que leur entraîneur explique. Quelques minutes plus tard, on peut être sûr que la plus grande partie de ce qui a été dit sera déjà oubliée. Il est donc important de savoir comment communiquer verbalement avec des enfants. L'entraîneur ne doit pas se contenter de parler **devant** les jeunes joueurs : il doit faire en sorte de les impliquer.

On considère souvent que l'apprentissage passe en premier lieu par une démonstration par l'action, c'est-à-dire par la participation à une activité. Il convient cependant de tenir compte du feedback reçu verbalement de la part des joueurs, dans la mesure où la compréhension de ces derniers est susceptible de dépasser ce qu'ils sont en mesure de montrer sur le terrain. Il est possible que les jeunes joueurs aient besoin d'être davantage accompagnés lorsqu'il s'agit de mettre en œuvre ce qu'ils ont appris. On part souvent du principe qu'il est suffisant pour progresser de s'appuyer sur ce qu'on a appris, mais il est essentiel pour cela d'avoir la capacité à appliquer ces connaissances. Toutefois, tant que le joueur ne maîtrise pas l'exécution technique, la progression ne peut pas être actée sur la seule base du niveau de compréhension. S'il évalue la réussite sur cette base, l'entraîneur s'engage dans une mauvaise voie, dans la mesure où la compréhension intellectuelle de ce qui se passe ne représente qu'une partie des résultats recherchés. Comment corriger cela ?

Il peut s'avérer nécessaire d'intervenir individuellement auprès des joueurs, que ce soit en cours de match ou dans le cadre d'un exercice isolé appelé à être intégré par la suite, en application de la méthode d'entraînement « whole-part-whole » consistant à apprendre une technique dans son ensemble dans un premier temps, puis à travailler de façon séparée les points qui posent problème avant de travailler à nouveau la technique dans son ensemble.



15.1 L'expérience du jour de match



C'est une lapalissade : la préparation d'un match a lieu les jours qui le précèdent. Il n'est toutefois pas viable de préparer séparément tous les matches d'une saison. Concrètement, la préparation de chaque match se fait dans l'optique de la saison dans son ensemble et de la progression qui est attendue sur la totalité de la saison.

La méthode utilisée par l'entraîneur à cet effet joue un rôle fondamental dans le développement des joueurs. Pour les **joueurs en développement**, toute préparation de match se concentre sur eux-mêmes, sur leur propre développement et sur l'acquisition d'une expérience précieuse à travers le jeu. C'est en encourageant les joueurs à tenter des choses (sans avoir peur de l'échec) et à se confronter à des situations nouvelles et variées qu'on leur apprend à expérimenter. La victoire ne doit jamais être l'unique perspective dans laquelle un entraîneur place ses joueurs. Chez les **joueurs des catégories de jeunes**, il convient sans doute d'ajuster légèrement l'orientation de l'entraînement vers la capacité à faire en sorte que ces expériences et les capacités techniques acquises contribuent au jeu collectif grâce à une meilleure compréhension du jeu. Au début de la transition du **joueur en développement** au **joueur des catégories de jeunes**, il est aussi indiqué de commencer à penser à une préparation collective.

Dans cette section, nous allons nous concentrer sur le jour de match.

Le jour de match représente quelque chose de différent pour les joueurs et pour l'entraîneur et il est essentiel de comprendre qu'il peut mettre en jeu des émotions fortes. Mais cela n'en fait pas pour autant un jour plus important que les autres dans la phase de préparation. La différence réside dans le fait que le leadership y joue un rôle fondamental. C'est le jour où l'entraîneur doit prendre ses responsabilités et faire en sorte que l'environnement des joueurs facilite leurs performances sur le terrain.

Les joueurs, l'entraîneur et l'encadrement technique ont tous conscience du fait que les erreurs commises les jours de match ont de plus grandes conséquences que celles commises à l'entraînement.

Il faut également se préparer et s'entraîner en vue du jour de match, aussi bien sur le terrain que dans tout ce qui précède le coup d'envoi. Quand tout cela est géré correctement par l'encadrement technique, les matches offrent une occasion unique de mettre en pratique dans des environnements différents tout ce qui a été appris à l'entraînement. Il faut toutefois tenir compte du fait que chaque match présente une probabilité de succès différente. La procédure de préparation du jour de match commence bien avant le coup d'envoi. Pour certains, la préparation au match commence dès le coup de sifflet final du match précédent. Cela fait malgré tout partie intégrante de l'approche du développement sur l'ensemble de la saison. Les jours de match sont simplement autant d'occasions de cristalliser la progression du cycle général de développement.

Il faut mettre au point des plans d'apprentissage individuel et collectif qu'il convient de réévaluer fréquemment avec l'apport de chaque joueur, mais aussi de l'équipe dans son ensemble en faisant en sorte que chacun ait conscience de l'opinion des autres. On oublie souvent l'importance de la collecte et de la communication du feedback individuel et collectif. Il s'agit pourtant d'un facteur crucial pour évaluer le niveau de compréhension des joueurs. Les jeunes joueurs accordent souvent plus de valeur au feedback des autres joueurs, qui est plus puissant et convaincant pour eux que ce qu'ils peuvent entendre de la part d'un entraîneur adulte.

15.1.1 Préparation des matches



- Lorsque le match se dispute l'après-midi ou le soir, il est recommandé de procéder à la causerie d'avant-match le matin, de façon à permettre aux joueurs de visualiser l'analyse de l'adversaire qui leur est donnée et de réfléchir aux instructions données par l'entraîneur. Lorsque le match a lieu le matin, la préparation du match peut avoir lieu la veille dans l'après-midi ou en soirée.

- Ce n'est pas une règle absolue, mais on recommande de ne pas donner des instructions aux joueurs pendant plus de 20 à 25 minutes. La recherche montre en effet qu'au-delà de cette période, la capacité d'attention et de concentration des joueurs diminue nettement. Quand il s'agit de joueurs en développement, il faut se contenter de quelques minutes tout au plus. Dans l'idéal, il faut impliquer directement les joueurs pour leur faire comprendre leurs objectifs personnels et les encourager à expérimenter et à tenter des choses sans avoir peur de l'échec, qui fait partie du processus. En ce qui concerne les joueurs des catégories de jeunes, il convient de faire en sorte que les joueurs définissent eux-mêmes les objectifs individuels et collectifs, l'entraîneur ne jouant qu'un rôle de facilitateur.

- Il est très sain de faire participer les joueurs de la sorte pour renforcer leur intérêt et leur implication, mais il est évident que l'entraîneur doit conserver la main sur ce processus.



15.1.2 Causerie d'avant-match

Utilisez la causerie d'avant-match pour donner confiance à vos joueurs. Rappelez-leur que vous êtes avec eux et qu'en tant qu'entraîneur, vous faites partie de l'équipe et que vous prenez à cœur ses réussites comme ses échecs. Il est toujours important de souligner qu'il est inévitable de commettre des erreurs pendant un match, et qu'il ne sert donc à rien de les ruminer indéfiniment. Il est au contraire crucial de se remettre immédiatement dans le match et de travailler dur pour se rattraper. Les joueurs doivent aussi aimer la compétition, que ce soit parce que c'est le couronnement de tout le travail de préparation effectué à l'entraînement, en raison du plaisir de tenter de nouvelles choses ou bien pour l'occasion que cela offre de contribuer au succès de son équipe au fil du déroulement du match.

- **La causerie doit être brève, spécifique et constituer une source de motivation pour les joueurs. Dans les instants qui précèdent un match, la tension est au plus haut et chacun est totalement concentré sur le match à venir. Le cerveau a donc tendance à laisser de côté les longs discours explicatifs. Il faut faire passer des messages courts et précis sous la forme de recommandations.**
- **Il convient également de vérifier le niveau d'enthousiasme de l'équipe et veiller à le maintenir sous contrôle, que ce soit en relaxant les joueurs s'ils sont trop tendus ou bien en les motivant s'ils sont trop détendus.**



15.1.3 Instructions en cours de match

Il arrive souvent que des entraîneurs passent tout le match à donner des instructions à leurs joueurs, surtout dans le futsal de base et dans les catégories de jeunes. D'une part, dans le cadre d'une méthode d'apprentissage centrée sur les joueurs, c'est une pratique contre-productive. D'autre part, en gaspillant son énergie de la sorte, l'entraîneur tend à déconcentrer ses joueurs. Les jeunes joueurs retiennent peu de choses de ce qu'on leur dit, et encore moins quand cela passe par des cris de l'entraîneur depuis la touche pendant un match. Les joueurs ne peuvent pas à la fois écouter les instructions données depuis la touche et rester concentrés sur le jeu. Dans un sport au rythme aussi rapide que le futsal, il y a encore moins de chances que l'entraîneur soit entendu par ses joueurs dans ces conditions. Cette approche nuit au développement des joueurs tout autant qu'à la réputation de l'entraîneur.

Les Lois du Jeu de futsal présentent des caractéristiques uniques, comme la possibilité qu'ont les deux équipes de demander un temps mort par mi-temps. Au même titre que la mi-temps, ces temps morts donnent aux entraîneurs l'occasion de faire passer des instructions. Au total, cela représente cinq occasions pour l'entraîneur de parler à ses joueurs pendant que le jeu est arrêté. On peut y ajouter les remplacements illimités, qui permettent à l'entraîneur de parler aux joueurs le temps qu'ils se reposent sur le banc.

Les entraîneurs qui font leurs commentaires depuis le banc de touche rendent l'apprentissage inefficace. Bien sûr, cela n'empêche pas de donner à ses joueurs des encouragements positifs lorsqu'ils en ont besoin, ce qui n'a rien à voir avec des

recommandations spécifiques. Dans les catégories d'âge les plus jeunes, les parents doivent aussi comprendre qu'un entraîneur qui reste silencieux sur le bord de la touche n'est pas un entraîneur qui n'est pas impliqué, bien au contraire. C'est un entraîneur qui donne à ses joueurs les moyens de s'orienter dans ce processus de découverte de soi où ils sont amenés à procéder par tâtonnement. Il leur permet d'expérimenter librement dans le jeu sans être gênés par le flux d'instructions d'un adulte ou par la peur de mal faire. Quand on part du principe qu'un jeune joueur peut se souvenir tout au plus de 10% de ce qu'on lui dit, on comprend que l'entraîneur et les parents seraient bien avisés de dépenser leur énergie sur des choses plus utiles.

Avec les remplacements illimités, la mi-temps et les temps morts pendant chaque mi-temps, l'entraîneur dispose de toutes les occasions dont il a besoin pour intervenir sans avoir à perturber le déroulement du match pour ses joueurs. La même chose vaut dans le cadre de l'apprentissage fondé sur les contraintes créatives, où s'applique le principe selon lequel c'est le jeu qui enseigne aux joueurs tout ce qu'ils

doivent savoir. Le fait de ne pas perturber la concentration des joueurs en leur apportant des instructions qui sont autant de distractions est une composante fondamentale du travail de l'entraîneur en futsal.

- **Il est capital pour l'entraîneur de savoir contrôler ses émotions. Dans le cas contraire, il devient très difficile d'avoir une analyse objective du déroulement du match et de prendre les bonnes décisions.**
- **En fonction des divers événements qui se produisent sur le terrain (composition de l'équipe évolutive, score, temps de jeu, blessures, fautes, etc.), on peut considérer que tout match est composé d'un enchaînement de mini-matches. Il est donc recommandé d'anticiper les solutions à donner à ses joueurs afin de pouvoir réagir rapidement quand il devient nécessaire de prendre une décision.**

15.1.4 Évaluation d'après-match

À la fin d'un match, les émotions des joueurs et de l'entraîneur sont souvent à leur comble, surtout si le match a été serré dans un sens ou dans l'autre. Pour parvenir à analyser la performance de ses joueurs à titre individuel et en tant qu'équipe, l'entraîneur doit garder la tête froide. Dans la mesure où il est le mieux placé pour connaître tous les joueurs, c'est à lui qu'il revient de décider des éléments à aborder et de la façon de formuler les questions et d'impliquer les joueurs.

Il faut donc posséder de réelles compétences de management. Chaque question est posée en vue d'obtenir une certaine réponse, mais rien ne garantit que la réponse apportée sera la réponse attendue. Il est donc important d'écouter les joueurs pour comprendre leur point de vue plutôt que de partir avec des idées préconçues en tête. La formation des entraîneurs porte souvent sur la connaissance technique et tactique du jeu et la capacité à concevoir à la perfection une séance d'entraînement, mais pour être un bon entraîneur, il faut aussi posséder des qualités de leadership. Si on comprend les motivations internes à chaque joueur et si on parvient, parallèlement à cela, à gérer un groupe dans toute sa complexité, on parvient souvent à faire en sorte que les joueurs eux-mêmes apportent les solutions. Pourtant, le management est souvent le parent pauvre de la formation des entraîneurs.



15.1.5 Corrections et feedback

- **Après chaque match, quand l'entraîneur est dans un état propice à la relaxation et à la réflexion, il doit revenir sur ce qui s'est passé le jour de match, en examinant plus particulièrement le contenu du match. Il doit surtout revenir sur la façon dont les joueurs ont réagi aux instructions, sur les difficultés nouvelles qui se sont présentées et sur sa propre analyse des situations et sur les décisions prises en conséquence. Dans cette optique, il est crucial de parvenir à se souvenir avec précision de ce qui s'est produit dans le jeu. Dans le futsal moderne, il existe souvent une différence entre ce qu'on perçoit et la réalité. C'est la raison pour laquelle il est préférable de s'appuyer davantage sur les données existantes que sur le souvenir qu'on a des choses, surtout dans la perspective de l'analyse et de la réflexion d'après-match.**
- **La nécessité de pratiquer l'autocritique à travers une réflexion à tête reposée fait partie des choses les plus difficiles à faire passer dans la formation des entraîneurs. Et pourtant, cet outil peut parfois**

s'avérer le plus précieux en vue du développement personnel de l'entraîneur. Tous les entraîneurs préparent les matches pour gagner. Il n'est pas envisageable de laisser les joueurs s'installer dans un état d'esprit qui les prépare à perdre ou à ne pas donner le meilleur d'eux-mêmes. L'entraîneur peut tout à fait se tromper, et les ajustements auxquels il a procédé auraient pu être mieux pensés, mais tout ceci est acceptable : aucun entraîneur n'est parfait. Il n'est possible de réfléchir et de tirer les leçons de son expérience que si on garde l'esprit ouvert avec l'intention d'évaluer et d'analyser chaque étape et chaque décision. L'amélioration continue est un élément majeur du développement de l'entraîneur. L'honnêteté avec soi-même, la volonté d'écouter l'opinion des autres et la capacité à l'autocritique font partie intégrante de son processus de réflexion.

Il est possible d'effectuer cette réflexion seul ou accompagné. Pour veiller à ce que cette auto-évaluation reste utile et valide, il est essentiel que l'entraîneur s'entoure de personnes qui sont honnêtes, qui respectent l'entraîneur et qui peuvent apporter une véritable valeur ajoutée.

Pendant un match de futsal, il n'est pas toujours facile pour l'entraîneur de prendre des notes, en raison de l'intensité du jeu et des réorganisations qui peuvent s'avérer nécessaires. Quel que soit le niveau de compétition, il est donc recommandé d'avoir à ses côtés une personne capable de prendre des notes, lesquelles peuvent servir de support au feedback et à l'auto-évaluation. La capacité à l'autocritique fait partie des compétences clés de l'entraîneur. Mais il est souvent encore plus difficile d'accepter les critiques constructives émises par d'autres. Quand on offre un feedback et une critique qui se veut constructive, la forme est souvent encore plus cruciale que le fond. Pour être réceptif aux critiques constructives, il faut garder l'esprit ouvert. Bien sûr, toutes les critiques ne sont pas nécessairement pertinentes, il s'agit parfois de simples observations. Mais au bout du compte, une fois l'observation en question évaluée en gardant l'esprit ouvert, on peut choisir d'en tenir compte pour s'améliorer, ou bien de l'écarter si on n'est pas d'accord.

- **En vue de son propre développement, l'entraîneur doit prendre le temps de noter ses évaluations et ses conclusions. La mémoire est sélective par**

nature. Avec le temps, on a toujours tendance à oublier les détails qui sont susceptibles de nous gêner. Ces détails recouvrent généralement les erreurs qu'on a pu commettre. Là encore, l'entraîneur n'est en aucun cas tenu de mémoriser l'intégralité des choses qu'il est susceptible d'apprendre : seul compte ce qui, selon lui, peut apporter de la valeur ajoutée à son propre développement.

Cette section se concentre sur la perspective de l'entraîneur, mais en réalité la même chose vaut pour chaque joueur. L'introspection, la réflexion des pairs et la capacité à accepter les observations et le feedback de l'entourage sont des éléments clés de tout développement personnel, indépendamment du niveau auquel on pratique le futsal. Il y a toujours matière à s'améliorer pour tous les joueurs. Le joueur parfait n'existe pas. Un tel processus de développement autoguidé est plus adapté aux individus qu'un programme générique. Cette approche permet de mettre en avant la responsabilité individuelle, qui est une caractéristique fondamentale du joueur de futsal. Le joueur est le programme !



D'une manière générale, la planification d'une saison doit prendre en compte les éléments suivants :

- La catégorie d'âge des joueurs
- Le niveau de la compétition, qui détermine le nombre de matches et de séances d'entraînement
- Le niveau technique, tactique et physique des joueurs et leur degré de motivation
- Les infrastructures et équipements disponibles
- L'encadrement technique disponible (entraîneur adjoint, préparateur physique, médecin, kinésithérapeute, etc.)
- Les ressources financières du club

Le modèle qui suit s'applique à une équipe senior disputant une compétition nationale.

La planification dépend de la compétition concernée. Une saison de futsal comporte quatre phases distinctes :

- une période de préparation
- une période de compétition
- deux périodes de transition

Phase de préparation

- Il s'agit d'une période cruciale pour l'amélioration de la condition physique des joueurs et de l'équipe dans son ensemble
- Durée : 6 semaines

Cette période compte trois sous-périodes différentes :

- sous-période générale
- sous-période spécifique
- sous-période de pré-compétition
- Sous-période générale
- Durée : 2 semaines
- Séances : 10 à 12 séances de 80 à 100 minutes
- Aucun match

Périodes						
Préparation			Compé- tion 1	Transition	Compé- tion 2	Transition
Générale	Spé- fici- que	Pré- compé- tition	Matches aller	Repos	Matches retour	Repos

Objectifs

- a) Physiques :
 - Endurance
 - Souplesse
 - Renforcement
- b) Techniques :
 - Technique de base
- c) Tactiques :
 - Positionnement défensif
 - Séquences tactiques de base
- d) Psychologiques :
 - Création d'un groupe uni
- e) Matches :
 - Divers

Sous-période spécifique

- Durée : 2 semaines
- Séances : maintien de la quantité (6 à 8 séances)
- 4 à 6 matches
- Intensité croissante

Objectifs

- a) Physiques :
 - Endurance
 - Renforcement
 - Vitesse
 - Souplesse
- b) Techniques :
 - Nombreuses, répétitions avec variations (rythme).
- c) Tactiques :
 - Tactiques défensives
 - Tactiques offensives
 - Coups de pied arrêtés
- d) Psychologiques :
 - Esprit de compétition (aborder cette notion à l'entraînement et en match)

Période de compétition

- Période pendant laquelle les joueurs doivent atteindre leur capacité de performance optimale, en vue de la conserver aussi longtemps que possible
- Pendant cette phase, les émotions s'accumulent et la pression de la compétition augmente
- Il convient d'alterner semaines à haute intensité et semaines à intensité modérée pour permettre aux joueurs de récupérer
- La durée de cette période dépend du calendrier de la compétition

Objectifs

- a) **Physiques** : maintien de la condition physique.
- b) **Techniques / tactiques** : progresser dans tous les secteurs du jeu.

Phase de préparation		
Sous-période générale 2 semaines	Sous-période spécifique 2 semaines	Sous-période de pré-compétition (2 semaines)
Aucun match Quantité : +++ Intensité : +	4 à 6 matches Quantité : +++ Intensité : ++	4 à 6 matches Quantité : + Intensité : +++

Sous-période de pré-compétition

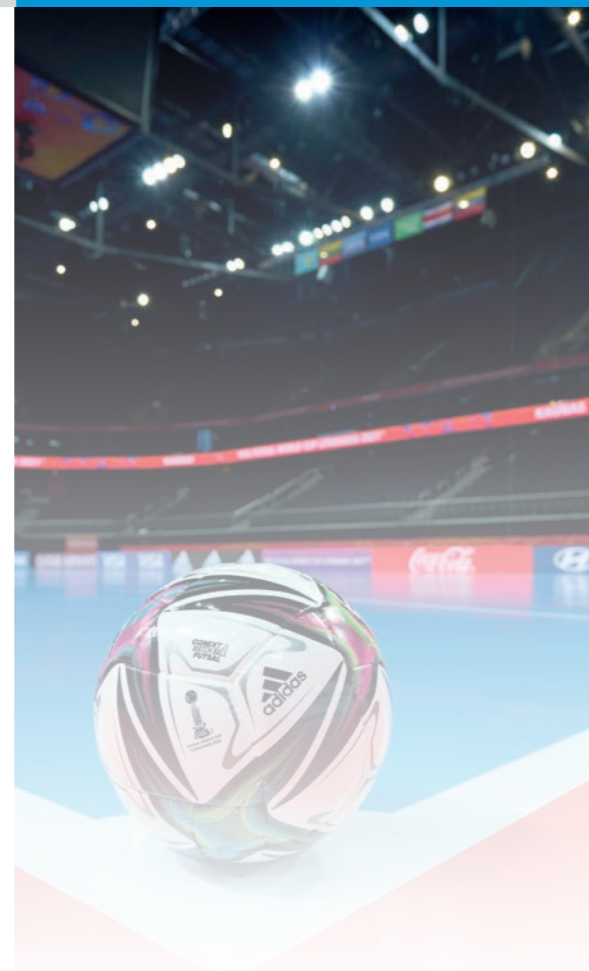
- **Durée** : 2 semaines
- **Séances** : réduction de la quantité (4 à 6 séances)
- **4 à 6 matches**
- **Intensité croissante**

Objectifs

- a) **Physiques** :
 - Endurance
 - Vitesse
 - Souplesse
- b) **Techniques / tactiques** :
 - Amélioration
 - Stratégies
- c) **Psychologiques** :
 - **Esprit de compétition** (aborder cette notion à l'entraînement et en match).
- d) **Matches** :
 - **En fonction de la fréquence des matches prévus au calendrier de la compétition.**

Périodes de transition

- Il s'agit des périodes pendant lesquelles les charges de travail diminuent, ce qui permet aux joueurs de récupérer à la fois physiquement et psychologiquement des efforts de la compétition
- Cette période permet aussi d'améliorer la condition physique des joueurs qui reviennent d'une longue blessure et de ceux qui ont subi une baisse de forme vers la fin de la compétition ou de la saison
- Dans la mesure où l'observation d'une période de 2 ou 3 semaines de repos absolu risque de réduire considérablement les performances, il est recommandé de prévoir un programme destiné à permettre aux joueurs de conserver leur condition physique grâce à des activités physiques progressives
- La durée de cette période dépend du contexte dans le pays concerné, ainsi que du niveau et du format de la compétition

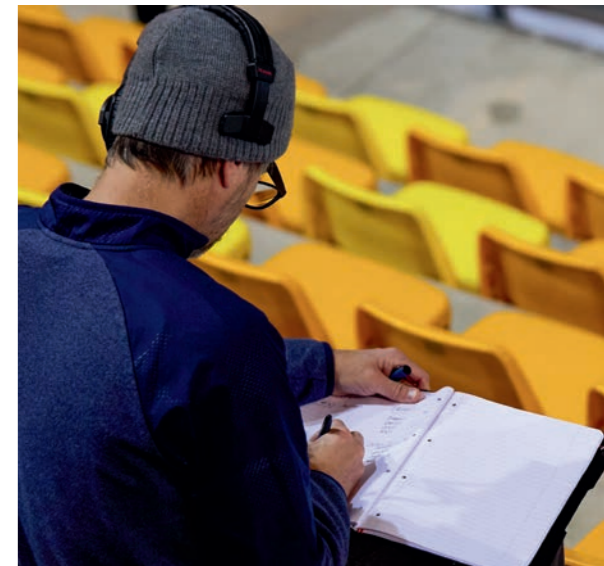


Planification hebdomadaire

Le calendrier hebdomadaire pendant la période de compétition doit être conçu en tenant compte des points suivants :

- **Le match à jouer**
- **Le match précédent** (le cas échéant)
- **Le moment de la saison**
- **La condition physique des joueurs**
- **Le besoin d'éviter une fatigue excessive et un épuisement psychologique**
- **Le nombre de séances**

En d'autres termes, il s'agit d'élaborer les grandes lignes de la planification relative à la préparation physique en tenant compte des objectifs technico-tactiques et en préservant la motivation (aspect psychologique).



Planification d'une saison						
Période de préparation (6 semaines)			Période de compétition 1 (matches aller)	Période de transition	Période de compétition 2 (matches retour)	Période de transition
Sous-période générale (2 semaines)	Sous-période générale (2 semaines)	Sous-période de pré-compétition (2 semaines)				
Quantité : 10 à 12 séances (de 80 à 100 minutes)	Quantité : 6 à 8 séances (de 80 à 100 minutes) Intensité croissante	Quantité : 4 à 6 séances (de 60 à 80 minutes) Rythme et intensité	Alternance de séances à intensité modérée et élevée	Dans l'éventualité d'une trêve prolongée (plus de 4 semaines) : 10 à 12 jours de repos, puis reprise de la sous-période spécifique	Identique à la première période de compétition En plus : a) amélioration des points faibles b) renforcement des points forts	Entretien
Physiques Endurance : +++ Renforcement : ++ Souplesse : +++ Vitesse : +	Physiques Endurance : +++ Renforcement : ++ Vitesse : ++	Physiques Endurance : + Renforcement : + Vitesse : +++	Physiques maintien du niveau			
Techniques / tactiques Passage en revue des fondamentaux et combinaisons techniques	Techniques / tactiques Répétitions nombreuses avec variations	Techniques / tactiques Amélioration de la stratégie	Techniques / tactiques Progresser dans tous les secteurs du jeu	En cas de trêves courtes : prolonger la période de compétition		
Programme	Matches (4 à 6)	Matches (4 à 6)	Matches			

GLOSSAIRE DU FUTSAL

La culture du futsal s'est répandue dans le monde entier, mais ce sport est particulièrement populaire dans le sud de l'Europe et en Amérique latine. Le futsal a eu beaucoup de temps pour s'y développer. La terminologie adoptée vient donc directement de l'espagnol, mais dans la transcription vers les autres langues, les mots utilisés peuvent avoir un autre sens qu'en espagnol. Ajoutons qu'une partie du vocabulaire utilisé traditionnellement ne s'applique pas nécessairement de la même manière aux concepts utilisés dans des pays où le futsal s'est développé plus récemment. De plus, les traductions littérales peuvent s'avérer trompeuses ou tout simplement n'avoir aucun sens.

Cela n'est pas un fait propre uniquement au futsal : la même chose vaut pour l'ensemble de la famille du football. Nous savons que le futsal contribue aussi au rayonnement du football. C'est pourquoi l'adoption de concepts et de termes d'un domaine à l'autre doit passer par une standardisation destinée à aider à leur compréhension et à éclairer les liens qui existent entre les différents concepts qui sous-tendent le jeu.

La FIFA a créé le lexique du football de la FIFA et propose désormais un vocabulaire du futsal harmonisé dans le cadre du Centre de ressources techniques de la FIFA. Dans les ressources standardisées du Centre, nous partons du nouveau vocabulaire du futsal pour standardiser la terminologie utilisée dans l'ensemble de ce sport.

Armé de la jambe

Le mouvement d'extension de la jambe vers l'arrière avant d'effectuer une passe ou une frappe.

Attaque placée ou statique

Le type d'attaque utilisé face à une défense organisée.

Attaque rapide

Le type d'attaque utilisé directement à partir de la réception d'un dégagement du gardien de but ou d'une récupération du ballon. La défense est généralement désorganisée dans ces situations.

Geste technique automatique

Un geste technique est considéré comme automatique lorsqu'il n'est pas nécessaire d'y réfléchir : il est effectué spontanément.

Bascule

Une action entreprise par l'ailier du côté opposé du ballon pour rééquilibrer l'équipe. Elle peut être offensive ou défensive.

Terrain

Le terrain de jeu. Il mesure généralement une quarantaine de mètres de long.

Champ de vision

L'intégralité de ce qu'un joueur peut voir simultanément à un moment donné. Tout dépend de sa position et de sa posture. On distingue la vision centrale et la vision périphérique.

Couverture

Le soutien qu'un défenseur est en mesure d'apporter à un coéquipier grâce à son positionnement, en anticipation d'un éventuel débordement effectué par un adversaire.

Contrôle

Le geste technique effectué pour contrôler le ballon à la réception d'une passe, éventuellement orienté pour aller dans une direction donnée.

Gestion du match

Le contrôle du rythme de tous les facteurs susceptibles d'influer sur le match. Cela vaut pour le jeu avec et sans le ballon.

Coordination œil - pied

La coordination entre, d'un côté, la vitesse, la distance et la direction d'un coéquipier sans le ballon et, de l'autre côté, la force et la direction à donner au ballon pour qu'il parvienne au coéquipier concerné dans les meilleures conditions.



Défense passive

Une défense qui n'applique aucune pression sur l'adversaire et se contente d'attendre qu'il commette une erreur.

Défense active

Une défense qui applique une pression sur le porteur du ballon pour le pousser à faire une erreur menant à une récupération du ballon.

Défense resserrée

Une défense bien organisée dans le troisième tiers du terrain.

Course de soutien

Un déplacement sans le ballon de la part d'un coéquipier du porteur du ballon pour lui offrir une solution de passe.

Attirer un défenseur

Un déplacement sans le ballon effectué dans le but de créer un espace pour un coéquipier.

Schéma tactique

Le positionnement initial du système de jeu choisi.

Feinte

Un mouvement destiné à tromper un adversaire en lui faisant croire qu'on part d'un côté ou, dans le cas d'une passe, en lui faisant croire que la passe est destinée à un autre joueur.

Fréquence de tir

Le nombre de tirs tentés sur une durée donnée.

Récupération du ballon

Le fait de reprendre possession du ballon.

Marquage individuel

Le fait de défendre sur un attaquant sans intervenir directement. Cela revient à rester sans cesse avec lui.

Lire le jeu

Regarder ce qui se passe sur le terrain et l'interpréter sur le plan tactique, en particulier le positionnement et les déplacements des adversaires et des coéquipiers, de façon à prendre la bonne décision.

Solutions de passe

L'ensemble des possibilités de passes qui existent à un moment donné dans le jeu, que la passe soit effectuée ou non.

Lignes défensives

Des lignes imaginaires formées selon la position des défenseurs. Si deux défenseurs sont à la même hauteur, ils occupent la même ligne défensive. La première ligne défensive est formée par le défenseur situé le plus haut sur le terrain, et ainsi de suite jusqu'au dernier joueur, généralement le gardien de but.

Déplacements synchronisés

Deux déplacements ou plus qui sont effectués simultanément et en coordination dans le but d'atteindre un objectif donné.

Posture

La position du corps qu'il convient d'adopter pour parvenir à obtenir exactement le résultat voulu quand on effectue un geste technique (protection du ballon, passe, tir, etc.).

Passeur

Un joueur qui est en possession du ballon à un moment donné.

Canaux

Des zones allongées imaginaires sur les ailes du terrain.

Permutation

Un échange de positions et de rôle entre deux joueurs.

Blocage

Un geste technique effectué en utilisant seulement la semelle.

Précision de passe

La capacité à effectuer des passes dirigées et dosées de façon à atteindre leur cible.

Premier poteau

Le poteau le plus proche du ballon.

Pointu

Un tir effectué avec la pointe du pied.

Repli défensif

Déplacement vers l'arrière effectué par une équipe vers son propre camp à la perte du ballon.

Deuxième poteau

Le poteau le plus éloigné du ballon.

Freiner l'attaquant

Une action entreprise par le défenseur pour gagner du temps et permettre à sa défense de se replacer.

Vitesse d'exécution

La vitesse avec laquelle un geste technique est effectué.

Supériorité numérique

Le fait de disposer d'un plus grand nombre de joueurs durant une phase donnée du jeu ou une période donnée du match.

Avantage de position

Le fait de disposer d'un meilleur placement ou d'une meilleure organisation que l'adversaire dans une certaine zone ou dans le cadre d'une action donnée.

Vision centrale

La partie centrale du champ de vision, soit la zone où on dirige son attention. Elle est généralement claire et nette.

Vision périphérique

La partie externe du champ de vision. Elle n'est généralement pas très claire et y prêter attention relève parfois de l'intuition.

Publié par :

Fédération Internationale de Football Association
FIFA-Strasse 20, Boîte postale, 8044 Zurich, Suisse
Tél. : +41 (0)43 222 7777 FIFA.com
Produit en Suisse

La reproduction du contenu, même partielle, est interdite à moins qu'une autorisation n'ait été donnée par la FIFA et que référence soit faite à la source (Manuel de l'entraîneur de futsal de la FIFA © FIFA 2024).

Le logo de la FIFA est une marque déposée.

Les emblèmes officiels des compétitions de la FIFA sont des marques déposées de la FIFA.

© 2024 FIFA

Contenu et production

Développement du football mondial
Département Opérations de développement du football
Philippka GmbH & Co. KG

Collecte de données

Ressources internes de la FIFA

Conception graphique

Philippka GmbH & Co. KG

Photos

© FIFA ; © Getty Images

FIFA®