



L'œil de l'entraîneur

Observation, détection, analyse
de la performance

Introduction

Qu'est ce que « l'œil » de l'entraîneur ?

=> C'est l'observation, la détection, l'analyse de tous les éléments visibles ou invisibles qui permettent au joueur de réaliser une performance motrice.

Objectifs de l'observation individuelle :

- Aider le joueur à prendre conscience de l'exécution technique qu'il effectue
- Permet à l'entraîneur de déterminer des axes de travail afin d'améliorer les savoir-faire du joueur

Plan



Introduction

- Modes d'analyse de l'observation
- Comment observer et que regarder chez le joueur ?
- Autres facteurs observables

Conclusion

Modes d'analyse de l'observation

- Analytique

Observation par segmentation de la tâche à analyser , c'est à dire que l'observation sera faite sur une partie précise et la remédiation sera essentiellement axée dessus (ex: armé d'attaque => observation du coude)

- Systemique

Observation de l'action et de son résultat de façon globale. L'observation prendra en compte que chaque élément interagit sur la finalité de l'action (ex: à l'attaque la course d'élan aura une incidence sur la frappe de balle)

Mode d'analyse de l'observation

La qualité de l'analyse d'observation est influencée par l'expérience et le degré d'expertise de l'entraîneur.



Comment observer et que regarder chez le joueur ?

1. Observation de l'action



a) L'analyse de la tâche

Conception de l'activité de l'entraîneur (principes et systèmes de jeu) pour réaliser les actions motrices

Individuelles

b) Les attitudes préparatoires

Positionnements et postures que le joueur adopte pour se préparer à l'action

(ex: être dynamique sur les appuis, allègement au spot de départ)

Comment observer et que regarder chez le joueur ?

La mise en action

Ce sont les déplacements puis le placement du joueur au spot de départ avant l'action : **modes et timings de déplacements** (ex: mise en disponibilité)



La réalisation de l'action

C'est le mouvement global déterminant l'efficacité de l'action (ex: course d'élan / impulsion / la frappe de balle pour l'attaque)

Comment observer et que regarder chez le joueur ?

- **Fin de l'action**

C'est le moment après l'action où le joueur se remet en disponibilité pour accomplir une nouvelle tâche observer (replacement, enchaînements...) ex: après l'attaque, aller au contre

Important : l'équilibre de fin d'action est révélateur de la réalisation de l'action

Comment observer et que regarder chez le joueur ?

2. Les stratégies d'observations

- Globale ou précise (voir mode d'intervention)
- Placement de l'entraîneur : Où? (derrière, de côté, devant...le plus pertinent pour la prise d'infos)
- Combien de fois? (avant d'intervenir)

3. Les éléments significatifs

=> Déterminer dans chaque phase des éléments importants pour la réussite de l'action.

Il ne s'agit pas d'imposer une technique au joueur mais éviter qu'il acquiert une technique limitant sa progression.

(ex: pas d'élévation du centre de gravité lors du déplacement en réception).

Comment observer et que regarder chez le joueur ?

4. Observation du joueur :

La notion d'équilibre nécessaire à une réalisation motrice qualitative
.... mais un déséquilibre préalable peut-être nécessaire pour apporter une stabilité au moment du contact .

Les repères principaux :

- Le centre de gravité (placé environ au niveau du nombril)
- La qualité de l'équilibre : au niveau inférieur , surface délimitée par les pieds du joueur et au niveau supérieur par les épaules du joueur
- La ligne de gravité: ligne qui part du centre de gravité et qui se dirige vers le sol

Les repères secondaires :

- Les membres inférieurs et supérieurs
- Le tronc
- La tête

Autres facteurs observables

1. L'état physique (en fonction de la maturité, des capacités du joueur)
2. La concentration
3. Les intentions
4. L'état mental





Conclusion

L'œil de l'entraîneur est la prise en compte de tous les éléments visibles et invisibles de la performance du joueur ,or il est nécessaire de se focaliser sur des éléments précis de travail pour ne pas perdre trop d'énergie dans l'observation et être précis dans son intervention.

Il est donc important de connaître quelle méthode de travail j'emploie pour optimiser son efficacité.

