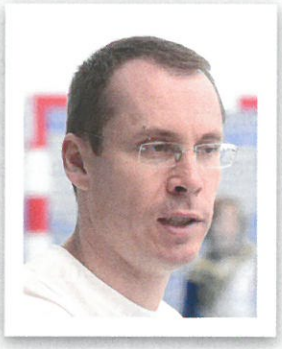
LA FORMATION INITIALE DU JEUNE JOUEUR ET DU JEUNE ARBITRE

« Déclencher du plaisir dans le jeu et comprendre ce que je fais »

LIGUE AUVERGNE RHÔNE ALPES
FFHANDBALL



Par Boris THIÉBAULT
Conseiller Technique Ligue AURA

Photos : © Mazzol

Filière 79 vs Rochechouart / Saint Junien (moins de 17 ans)

SOMMAIRE

Six séances pour illustrer la démarche

NUMÉRO 176
1. Bien communiquer
Mieux comprendre le jeu pour jouer vite
Améliorer le changement de statut
Améliorer la communication

NUMÉRO 177
2. Bien voir
Etre mieux placé pour mieux jouer
Améliorer la prise d'intervalle
Améliorer le placement - déplacement

NUMÉRO 178
3. Bien décider
Mieux lire le jeu pour donner une réponse
Améliorer la prise de décision

NUMÉRO 179
4. Bien communiquer
Mieux jouer à deux
Améliorer la relation passeur-réceptionneur
Améliorer la coopération du binôme

NUMÉRO 180
5. Bien connaître / savoir
Mieux appréhender les sanctions pour assurer la sécurité du jeu
Améliorer son comportement défensif
Améliorer la réparation (sanction)

NUMÉRO 181
6. Bien se comporter
Mieux gérer ses émotions pour prendre une décision
Améliorer son attitude et son engagement
Améliorer son savoir-être

On a souvent dissocié la formation des jeunes joueurs et des jeunes arbitres au sein de nos instances. Et pourtant, tous les week-ends sur les terrains les 2 publics/acteurs sont mis à contribution à travers le jeu. Chacun a certes un rôle mais si nous prenons le temps d'analyser les comportements attendus on se rend compte que la formation est commune (points communs).

Sarah BABINOT, Arthur LAFOND et Mattéo RAIMOND

Filière 79 / Aunis (moins 17 ans)

➔ RAPPEL DES SÉANCES

1. Bien communiquer : mieux comprendre pour jouer vite (Approches n°176)
2. Bien voir : être mieux placé pour mieux jouer (Approches n°177)
3. Bien décider : mieux lire le jeu pour donner une réponse (Approches n°178)
4. Bien communiquer en binôme : mieux jouer en relation (Approches n°179)
5. Bien connaître : Mieux appréhender les sanctions pour assurer la sécurité du jeu (Approches n°180)

Séance 6. BIEN SE COMPORTER

Thème général : mieux gérer ses émotions pour prendre une décision.

Dans la continuité des séances proposées pour les écoles d'arbitrage, cette 6ème séance sera ciblée sur la gestion des émotions pour prendre une décision. Cette compétence est toujours transversale avec le joueur ou la joueuse.

Lors des séances précédentes, nous avons fait le choix de sélectionner des thèmes sur les ressources bio-informationnelles. Pour cette séance, nous solliciterons principalement les ressources bio-affectives (ressources psychologiques et émotionnelles). Dans notre activité, on retrouve les capacités mentales nécessaires à la pratique : motivation, confiance en soi, volonté, courage, maîtrise du stress, respect, relations entre les acteurs...)

Pour cette 6ème séance, sur ce thème de la gestion des émotions, il est important d'être ou de s'imaginer dans un contexte (environnement) favorable pour se sentir à l'aise.

Le stress est ressenti ou vécu comme un :

- Perçu : propre à la sensibilité, l'histoire, l'expérience de la personne.
- Réel : concret, situation réelle (oppression).

Dans ce comportement, on identifie des répercutions sur 3 effets :

1. Le combat : je suis dans la réaction, mode dans l'excès d'autorité (hyper sanction, verbal non respectueux, attitude agressive).
2. La fuite : je me déresponsabilise, ce n'est pas moi – c'est lui ou elle, je trouve des excuses, je me déplace à l'opposé = mode protection.
3. L'inhibition : je me cache, je ne prends pas de décision, je ne bouge pas, regard dans le vide car bloqué = mode veille.

Dans les interventions auprès des jeunes (joueurs et/ou arbitres), on emploie régulièrement la notion d'estime de soi. Pour nous, notre définition est la confiance que l'on s'accorde à soi-même (sur ou sous-estime).

➔ PAR RAPPORT AUX SIMILITUDES DANS LA FONCTION

JOUEUR / JOUEUSE	ARBITRE
Vitesse d'engagement, course dans les espaces.	Savoir être, l'attitude lors d'une prise de décision.
Prise d'initiative dans l'espace extérieur (1-2).	Montrer le plaisir du jeu (d'être présent).
Repli défensif (motivation).	Etre libéré = pas de stress.
Combativité dans les duels défensifs et offensifs.	Etre dans les échanges (communication positive).
Encouragement.	Etre en confiance.
Etre relâché (bras détendus).	Sifflet dans la main = lâcher prise.

Prahecq / Pessac (moins de 18 ans)

Pendant les entraînements ou en accompagnement, pour agir sur le comportement de l'arbitre, nous avons listé les principes d'interventions suivants (posture-relation) :

1. Ne pas transmettre une peur dans son langage, intervention = rassurer.
2. Donner, rappeler des repères simples pour que le jeune se focalise sur l'action, se concentre pour automatiser. Exemple du passage en force : siffler long et donner la direction.
3. Valoriser essai-erreur, c'est une expérimentation, nous sommes dans le process de formation apprentissage.

Situation 1

Nous proposons une situation de jeu qui va engendrer du stress chez l'arbitre. En effet, la gestion de la défense individuelle s'exprime par une « peur de stress-pression ». Ce terme est mentionné car le jeune arbitre est perturbé dans les priorités à donner. Il tourne la tête dans tous les sens pour voir le jeu proche du ballon mais aussi à l'opposé pour éviter les erreurs ou conflits, tout en se posant plusieurs questions : comment je fais, où me placer, est-ce une priorité ?... Une quantité d'incertitudes qui est en plus alimentée par une agitation des joueurs, une multitude de fautes possibles et une attitude dynamique de l'entraîneur.

a. En solo, sur grand espace.
Jeu type match avec défense tout terrain et engagement des 4 mètres.

b. En solo, sur demi-terrain.
Jeu type match avec défense individuelle sur demi-terrain.

c. En binôme, sur une prise individuelle d'un arrière latéral.
Jeu type match avec un défenseur qui interdit la balle à un arrière latéral.

➔ COMPORTEMENTS ATTENDUS DE L'ARBITRE

- Se placer et se déplacer pour voir l'ensemble du jeu et non se focaliser sur le porteur de balle (se reculer, ouvrir son angle de vision, déplacement latéral).
- Prendre le temps de respirer, se contrôler.
- Etre à l'opposé du ballon pour ne pas gêner.

Situation 2

Nous proposons une situation qui oblige l'arbitre à prendre une décision rapide, ce qui peut engendrer du stress ou être le début d'un « conflit » à amorcer.

Mise en situation sur demi-terrain en défense 2-4 avec pivot secteur central et au minimum 2 défenseurs au-delà des 9 mètres (règles aménagées chez les jeunes). L'objectif de l'attaque, sur 5 ballons est de marquer un but tout en sachant que l'espace extérieur est égal à 3 points.

En binôme, il faut prendre une décision rapide sur une action proche de la zone qui est lourde de conséquences :

- Jet de 7 mètres (occasion manifeste de but) avec ou sans sanction.
- Passage en force.
- Jeu.
- ....

➔ COMPORTEMENTS ATTENDUS DE L'ARBITRE

- Se placer pour observer l'espace entre le porteur de balle et le défenseur proche (couple).
- Dans la répartition, intervention de l'arbitre côté ballon et non à l'opposé.
- Arbitre champ : se déplacer le long de la ligne de touche.
- Arbitre but : ne pas se coller au but.
- Prendre une décision et communiquer (direction et explication).

Situation 3

Nous proposons une situation de gestion des émotions à travers le money time car la pression du temps et de l'enjeu engendrent un comportement et un engagement différents de la part des joueurs et des officiels (intensité plus forte).

Situation de match dans le contexte suivant : il reste 2 minutes à jouer avec score de +1 pour l'équipe qui a la balle en attaque placée et jeu match.

➔ COMPORTEMENTS ATTENDUS DE L'ARBITRE

- Se concentrer sur la prise de décision (pas de réaction) – la sanction aura des conséquences – être directement dans la sanction adaptée (jeu non toléré avec conséquences).
- Etre cohérent dans les décisions entre les deux équipes (équité).
- Etre proche de chaque action – anticiper les déplacements – être dynamique.
- Bien communiquer avec les acteurs et la table – se faire comprendre vite.

Conclusion

A travers les 6 séances, vous avez compris que les compétences des joueurs et des arbitres sont identiques, transférables dans la formation initiale. C'est pour cela que le rôle majeur d'une école arbitrage est le temps de détection chez les jeunes qui doit être impérativement réalisé lors d'une séance d'entraînement afin de sensibiliser tout le monde aux règles du jeu (permis non permis). Ce n'est qu'ensuite que la phase de sélection commencera et que les jeunes suivront le parcours arbitrage territorial (PPF arbitrage). Pour accompagner ce travail, des référents PPF arbitrage peuvent vous aider dans chaque territoire en lien avec les Commissions Territoriales de l'Arbitrage. N'hésitez pas à nous solliciter.

Jérôme Briois et Boris Thiebault ■