



ANALYSTIC

ANALYSE TACTIQUE INDIVIDUELLE
CONSTRUIRE AUJOURD'HUI LA
PERFORMANCE DE DEMAIN

PROPOSE PAR
FOOTBALL COACHING



LE CONCEPT ANALYSTIC

ANALYSE TACTIQUE INDIVIDUELLE

Lors de la séance d'entraînement, le travail proposé s'oriente principalement sur le développement du projet de jeu collectif et l'amélioration du modèle de jeu. Les aspects liés au développement individuel du joueur ne sont pas abordés directement. Par manque de temps, de moyens humains ou financiers, le staff technique ne peut pas toujours assurer ce travail d'accompagnement individuel.

Lors des retours vidéos collectifs, le constat est identique. Le temps consacré à chaque joueur est réduit. L'entraîneur et l'analyste vidéo interviennent principalement sur des notions collectives. Pour le joueur, c'est comme lui faire lire un livre de 100 pages alors qu'il n'y a qu'un paragraphe qui l'intéresse pour construire la performance de son prochain match. Et s'il y a un retour individuel, il représente trop peu de temps pour espérer répondre aux besoins spécifiques du joueur.

FOOTBALL COACHING a donc créé le concept ANALYSTIC.

Notre rôle est d'accompagner le joueur sur le développement de la Tactique Individuelle car la performance collective naît de l'interaction des performances tactiques individuelles.

Notre travail complémentaire consiste à se focaliser sur chaque détail du jeu du joueur pour développer son intelligence de jeu et faire de lui un meilleur footballeur. Ensemble, nous analysons ses points forts et ses points d'amélioration tout en respectant ses spécificités (besoins, postes...), la planification du microcycle d'entraînement et l'idée de jeu de l'entraîneur.

Nous rendons la séance d'analyse tactique interactive grâce à un processus qui permet une sollicitation permanente des ressources cognitives.

En s'appuyant sur des clips vidéos et des supports visuels (cartes conceptuelles), le joueur construit sa réflexion sur son jeu, développe de nouvelles compétences et devient de plus en plus autonome et performant dans ses prises de décisions en match.

Notre démarche consiste, par la suite, à travailler individuellement avec le joueur, sur le terrain, pour corriger, approfondir et répéter les différentes situations qui auront été analysées.

ANALYSTIC a été créé pour aider les joueurs à prendre de meilleures décisions tactiques en ayant une intelligence de jeu permettant d'être un joueur plus complet.



LE MODELE D'OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE COGNITIVE

Notre concept s'appuie sur différents facteurs permettant d'optimiser la performance du joueur : Le Modèle d'Optimisation de la Performance Cognitive. Organisé autour de 4 concepts clés, il permet à chaque joueur de développer les éléments essentiels pour sa progression.

DEVELOPPEMENT DE LA TACTIQUE INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE

COGNITEAM

MODELE D'OPTIMISATION DE LA PERFORMANCE COGNITIVE (MOPC)

LA PERTINENCE ET LA SIGNIFICATION DE L'INFORMATION TRANSMISE ET/OU PERCUE ET DES DECISIONS PRISES (INTENTIONS) SONT LIEES AU NIVEAU DE



Qu'est ce que l'intelligence de jeu?

En match, un joueur de football prend en permanence des décisions. Elles sont le reflet de ses capacités à percevoir, à comprendre, à s'adapter et à agir dans son environnement.

C'est ce que nous nommons **l'intelligence de jeu**.

Pour devenir un expert sur le plan tactique et prendre les meilleures décisions possibles, le joueur doit connaître un maximum de principes tactiques individuels qu'il pourra utiliser à son poste ou dans des situations changeantes et imprévisibles comme c'est le cas en football. Dans le cadre de notre méthodologie d'entraînement, l'intelligence de jeu se compose de 3 formes d'intelligence :

1. L'intelligence situationnelle
2. L'intelligence émotionnelle
3. L'intelligence relationnelle



QU'EST CE QU'UN JOUEUR INTELLIGENT?

Tous les entraîneurs du monde veulent avoir des joueurs intelligents dans leur équipe. Mais qu'entend-on par "**joueur intelligent**"? Lorsque nous regardons les joueurs ci-dessous, nous constatons que leurs styles de jeu sont très différents et qu'ils n'évoluent pas à des postes identiques. Ils ont cependant 4 points communs qui font d'eux des joueurs intelligents ayant des capacités tactiques individuelles au dessus des autres.

1

PRENDRE DES
INFORMATIONS

2

COMPRENDRE LA
SITUATION

3

S'ADAPTER A LA
SITUATION

4

RESOUDRE
LE PROBLEME DE JEU



Qu'est ce que la tactique individuelle ?

La tactique individuelle est un ensemble de micro-comportements que le joueur va utiliser suivant la situation de jeu, dans laquelle il va se retrouver, pour prendre des décisions. Plus un joueur possède de connaissances tactiques individuelles et donc de micro-comportements plus il a de chances de trouver les solutions adaptées aux problèmes de jeu rencontrés.

Les choix tactiques individuels s'effectuent toujours en interaction avec un contexte spécifique (partenaires, adversaires, zone du terrain...).

L'intelligence collective naît de l'interaction des intentions tactiques individuelles.

Dès lors, si un joueur ne possède pas les principes individuels généraux et/ou spécifiques à son poste, il ne pourra pas interagir correctement avec son environnement et sera dans l'incapacité de prendre de bonnes décisions.



1. PRENDRE DES INFORMATIONS

Le football est un sport où le joueur collecte des informations internes et externes.
La prise d'information est donc une étape essentielle.
C'est en quelque sorte la clé qui permettra d'ouvrir la porte de l'intelligence de jeu.

Le processus de prise d'information s'effectue autour des différents sens que l'être humain possède. On parle aussi de cycle sensation action. C'est l'utilisation des différents sens en notre possession (vue, toucher, ouïe, goût, odorat, proprioception...) qui nous permet d'interagir avec notre environnement.

En football, le sens principal utilisé est celui de la vue. 85% des informations perçues sont d'ordre visuel. Pour comprendre son contexte et agir sur et dans son environnement, le joueur doit s'informer en permanence afin de prendre connaissance des situations de jeu et de leur évolution pour construire ce qu'il fait ou ce qu'il fera. Il effectue un balayage visuel qui consiste à regarder loin du ballon avant le moment où il va, par exemple, le recevoir. Les meilleurs joueurs ont une conscience importante de leur environnement avant de recevoir le ballon. Cela permet d'avoir une meilleure vue d'ensemble et de prendre de l'avance sur les autres.



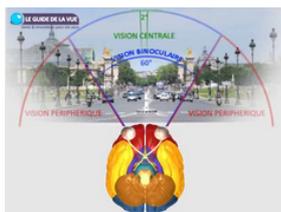
Arsène WENGER dit qu'un joueur de haut niveau a «la tête comme un radar» et que plus de travail doit être fait sur la perception et la prise de décision à un jeune âge. Les grands joueurs s'isolent du ballon, leur tête est comme un radar. La prise d'information joue un rôle énorme à cet égard.

"Fondamentalement, je suis arrivé à la conclusion qu'il s'agissait d'obtenir le plus d'informations possible avant d'obtenir le ballon. J'appelle ça la numérisation. J'essaie de voir ce qui arrive à un joueur dans les 10 secondes avant qu'il n'attrape le ballon, combien de fois il prend des informations et la qualité des informations qu'il prend. Cela dépend de la position."

"Ce qui est intéressant, c'est que les très bons joueurs scannent six à huit fois en 10 secondes avant de recevoir le ballon et les normaux trois à quatre fois. C'est une étape majeure d'amélioration."



La vision du joueur s'organise autour de la vision centrale et de la vision périphérique. Elles agissent ensemble pour lui permettre d'avoir une meilleure appréciation des situations de jeu.



Chacune d'elle possède des avantages et des inconvénients. Le champs de vision central permet un angle de vision réduit en recevant à la fois peu d'informations mais de grande qualité avec la possibilité d'apprécier chaque détail. Le champ de vision périphérique permet d'obtenir un nombre important d'informations mais avec peu de détails.

VISION PERIPHERIQUE (MONOSCOPIQUE)	VISION CENTRALE (STEREOSCOPIQUE)
Grand angle de vision Beaucoup d'informations Peu de qualité Moins de détails	Peu d'angle de vision Peu d'informations Grande qualité Beaucoup de détails

De plus, nous possédons tous des préférences visuelles naturelles. Elles sont nos propres caractéristiques et répondent à notre singularité en tant qu'individu. Ainsi, dans la phase de perception, pour s'organiser, les joueurs de type horizontaux (H) ont besoin de s'orienter avec un angle par rapport au ballon. Les joueurs de types verticaux (V) ont besoin, dans la phase de perception, de réduire l'angle par rapport au ballon. Pour une même intention, ils vont adopter des stratégies différentes. Les préférences naturelles permettent au joueur de mieux se connaître, de mieux se comprendre et de mieux interagir avec son environnement.

Chez **ANALYSTIC** nous pensons qu'il est essentiel de développer ses capacités de prise d'informations. Trop souvent, nous constatons que le joueur focalise son attention sur le ballon durant des périodes de temps beaucoup trop longues pour pouvoir, par la suite, interagir correctement avec son contexte et prendre les bonnes décisions. Lors de nos analyses vidéos, nous détaillons avec le joueur, les différentes séquences dans lesquelles il prend ou ne prend pas d'informations. Nous analysons, avec lui, ses forces, les conséquences sur son jeu et nous lui apportons les solutions tactiques individuelles pour développer ce processus.

Qu'est ce qu'une préférence visuelle ?

Nous avançons toujours dans la direction que nous regardons (A.Berthoz). L'œil va donc diriger et orienter le déplacement du joueur sur le terrain. Notre cerveau, capable d'agir rapidement, va réorganiser les informations perçues. Les zones du corps ne sont pas toutes symétriques. Nous possédons tous, entre autre, un œil directeur (vision centrale) et un œil moteur (vision périphérique) dominant. Connaître ses forces va alors permettre au joueur de mieux s'organiser dans l'espace pour avoir, par exemple, son adversaire dans son champs de vision préférentiel pour intervenir lors d'un duel défensif.





2. COMPRENDRE LA SITUATION



Sur le terrain, le joueur doit en permanence prendre des décisions. Le joueur intelligent est celui capable de le faire de façon autonome, bien qu'il évolue dans un système et un style de jeu particulier. En d'autres termes, il comprend avant les autres ce qu'il se passe sur le terrain pour prendre les meilleures décisions possibles.

Le joueur évolue dans un contexte de jeu individuel et collectif. Il est en interaction avec ses partenaires, ses adversaires, le ballon dans un espace de jeu et une zone d'évolution particulière. Chaque contexte possède ses caractéristiques et spécificités (temps et espaces disponibles, joueurs en interaction...).



Dans ce contexte momentané, le joueur doit être en capacité de comprendre ce qu'il se passe pour pouvoir agir sur et dans son environnement. Par ses choix, le joueur va impacter le jeu et le jeu va impacter ses choix. Nous sommes dans une boucle continue que nous appelons le continuum cognitif.



Plus le joueur aura vécu des situations différentes, plus il aura de chances de comprendre le contexte dans lequel il évolue. La vitesse de compréhension du jeu dépend fortement des nombreuses expériences que le joueur rencontre tout au long de son parcours. Ces expériences sont en lien avec les matchs, les séances d'entraînements et tous les contextes qui lui permettent de mobiliser sa réflexion comme c'est le cas lors d'une analyse tactique individuelle.

Les expériences vécues vont alors développer la vitesse de pensée de son cerveau.

Notre cerveau possède deux vitesses de pensée, le système 1 et le système 2 (Daniel KAHNEMAN).

Le système 1 peut être considéré comme celui du mode intuitif. Il ne nécessite que peu de temps pour comprendre une situation et de ce fait, permet une réponse rapide.

Le système 2 correspond à celui du raisonnement. C'est un mode de pensée lent qui nécessite plus de temps pour traiter les informations du contexte et donc pour prendre une décision.

Chaque système possède ses propres capacités, ses propres limites et ses propres fonctions.

Pour comprendre le jeu, le joueur va dans un premier temps passer par son système 2, nécessitant un effort continu. Il va ainsi créer des repères qui vont lui être utiles pour construire son répertoire de connaissances. Lorsqu'il découvre un nouveau contexte, il aura besoin de temps pour pouvoir le comprendre.

Par la suite, il utilisera son système 1 nécessitant un effort moins important. Plus il se confrontera à ce contexte plus il sera capable de trouver la solution adaptée rapidement. Le mode intuitif prend alors tout son sens. Comme l'explique Paco Seirul-lo (Ex responsable méthodologie FC Barcelone):

"Les théoriciens de la prise de décisions ont identifié trois phases : la perception, la décision et l'exécution. Premièrement, percevoir l'environnement, l'observer et l'analyser, prendre la décision et l'exécuter. Mais en football, il n'y a qu'une seule situation : transformer l'idée en geste. C'est une seule phase, pas trois. J'en ai parlé avec Messi, et lui, quand il veut se défaire d'un adversaire, il ne se demande pas s'il va passer à gauche ou à droite. Il ne réfléchit pas à ce qu'il va faire, il exécute".

Juanma Lillo (Ex adjoint de Guardiola) nous dit aussi: **"Vous pensez même quand vous ne savez pas que vous pensez. Les gens disaient d'Hugo Sánchez par son habitude à marquer en une touche qu'il le faisait "sans réfléchir". Mais il a passé toute sa vie à réfléchir pour faire ça ! C'était naturel, une part de lui-même".**

Chez **ANALYSTIC**, nous créons les conditions qui permettent au joueur de développer sa vitesse de pensée et sa prise de décision. Cela passe par un travail, en amont, d'analyse et de réflexion sur des situations de jeu à l'aide de séquences vidéos. Le joueur identifie ses comportements tactiques, évalue son action, sa prise de décision, les conséquences et les remédiations possibles.

Plus il vivra d'expériences hors contexte, plus il construira son répertoire de connaissance, plus il sera à même de répondre efficacement aux problèmes de jeu.

Par la suite, notre travail sur le terrain et la séance d'entraînement permettent de transférer ses nouveaux savoirs en savoir faire et savoir être.

La vitesse de pensée des joueurs de haut niveau

Pendant le match, ma tête fonctionne à toute vitesse et beaucoup de ce que je fais n'est pas réfléchi.
Plus je réfléchis, moins je réussis. (Iniesta)

Je ne cherchais qu'à tirer et encore tirer, sans penser à ce qui était
en train d'arriver (Lewandowski).

Je joue comme ça vient. (Messi)





3. S'ADAPTER A LA SITUATION



Dans un match, le joueur doit être en capacité d'apporter des solutions différentes. En effet, le football est une activité complexe dynamique et il est difficile d'anticiper tout ce qu'il va se produire.

Le joueur de football doit être en capacité de s'adapter à l'incertitude du jeu. Les situations du match alternent stabilité et instabilité, ordre et désordre, équilibre et déséquilibre et il doit répondre à ces changements permanents avec des temps de réponses très courts.

En football, le temps requis pour prendre une décision est souvent moins important que le temps réellement disponible. Le joueur se doit de répondre à cette contrainte et être à l'aise avec l'imprévu.

Delors, il faut former des joueurs flexibles sur le plan tactique pour qu'ils trouvent les solutions adaptées aux problèmes de jeu rencontrés.

Sur les images ci-dessous, nous pouvons voir la capacité d'adaptation de Tony Kroos dans différentes configurations du jeu :

Sur la première image, il est positionné comme un latéral gauche pour offrir une solution de continuité au porteur du ballon.

Sur la seconde image, il est intégré entre les deux défenseurs centraux pour créer la supériorité numérique.

Enfin sur la troisième image, il offre une aide de progression au porteur du ballon dans le couloir axial.





Cet exemple montre bien l'importance d'avoir des joueurs capables de s'adapter aux situations de jeu. Ils trouvent les solutions adéquates, avec ou sans le ballon, suivant les contraintes d'espace, de temps ou d'évènements qui se présentent à eux. Et cela devient plus compliqué pour les adversaires de lire le jeu des joueurs qui savent s'adapter.

En tant que système complexe, le joueur est organisé autour de différentes structures qui interagissent entre elles pour faciliter l'adaptation au changement.

Bien que jouer au football demande des qualités d'ordre technique (passe, conduite, dribble...), physique (vitesse, force, coordination...) ou psychologique (gestion des émotions, confiance en soi...), la structure cognitive est celle qui aidera le joueur à développer ses connaissances tactiques et sa capacité à s'adapter aux situations variées et changeantes.

Il doit développer sa flexibilité tactique pour prendre des décisions. Cette flexibilité tactique s'obtient avec un travail adapté sur le terrain (apprentissage différentiel) mais aussi en dehors de l'entraînement. Nous développons ainsi ses connaissances de l'environnement (en contexte d'entraînement) et ses connaissances sur l'environnement (hors contexte d'entraînement).

Nous considérons l'analyse tactique individuelle comme un moyen de développer les connaissances sur l'environnement dans lequel évolue le joueur. De ce fait, il aura la possibilité de mieux appréhender son contexte d'évolution et de mieux comprendre le jeu et ses fluctuations. Cette compréhension va faciliter l'acquisition des compétences d'adaptation.



Qu'est ce que l'Apprentissage Différentiel ?

Savez vous quel est le point commun entre ces entraîneurs ?

Bien qu'ils aient du succès dans leurs carrières respectives, ils ont collaboré avec le professeur Wolfgang Schollhorn, enseignant chercheur Allemand qui a mis au point la méthode dite de l'apprentissage différentiel. Cette méthode s'oppose à l'entraînement traditionnel visant à répéter un même geste technique ou une situation tactique dans des conditions stables et identiques. C'est de l'instabilité (fluctuations) que va naître la stabilité en répétant des mouvements qui sont dits non conventionnels ou dans des conditions d'incertitudes et de variations plus ou moins élevées suivant le niveau d'acquisition des joueurs. L'entraîneur ne se positionne plus comme l'unique détenteur du savoir mais comme celui qui guide le joueur vers ce qui est bon pour lui.



4. RESOUDRE LE PROBLEME DE JEU

Dans un match, le joueur doit résoudre en actes une cascade de problèmes non prévus à priori dans leur ordre d'apparition, leur fréquence et leur complexité (Metzeler).

Il doit s'ajuster en utilisant ses connaissances tactiques.

Il va s'appuyer sur un ensemble de micro-comportements pour construire son répertoire cognitif et résoudre les problèmes de jeu.

Les micro-comportements sont un ensemble de comportements subtils que le joueur va utiliser pour répondre à un problème de jeu particulier qui se présente à lui.

En effet, nous avons pu observer que lorsque le joueur est en réussite, des récurrences d'actions particulières sont utilisées. Ces récurrences ne sont pas le fruit du hasard.

Est-ce qu'Halland marquerait autant de but s'il ne suivait pas chaque tir de ses partenaires pour marquer sur le renvoi d'un défenseur ou du gardien ?

Est-ce que Van Dijk serait aussi efficace défensivement s'il n'était pas capable de comprendre qui est son adversaire direct ?

Est-ce que Gavi serait capable de comprendre le jeu aussi bien s'il ne tournait pas la tête fréquemment pour prendre des informations ?

Si le joueur assimile l'ensemble de ces micro-comportements, il prendra de meilleures décisions et résoudra en actes de façon plus efficace les problèmes de jeu.

Les micro-comportements sont d'ordre général, c'est à dire utile à tous, et ce, peu importe la zone d'évolution, le système de jeu ou le modèle de jeu. Ils sont aussi d'ordre spécifique, c'est à dire en lien avec le poste du joueur. En effet, même s'ils évoluent dans une dynamique collective qui s'appuie sur les mêmes principes de jeu, les joueurs n'ont pas les mêmes problèmes à résoudre suivant leur zone d'évolution.

Les micros comportements vont alors aider le joueur à améliorer son analyse de la situation, sa prise de décision et son action en match. Comme les situations changent en permanence en football, les joueurs doivent être capables de s'ajuster de façon continue.

Apprentissage vicariant et neurones miroirs

Dans la théorie de l'apprentissage social d'Albert Bandura, l'apprentissage dit vicariant est celui qui résulte de l'imitation par l'observation d'un pair qui exécute le comportement à acquérir. Ainsi, apprendre par mimétisme devient une méthode qui permet de développer ses compétences.

Quand un joueur observe l'action d'un autre joueur, des neurones liées à l'exécution de ce geste sont activés dans le cerveau. Même si le joueur n'effectue pas cette action de façon réelle, son cerveau, lui, ne fait pas la différence. Les neurones miroirs et le système visumoteur sont à l'origine de ce phénomène. Ils s'activent lors de l'action du joueur mais aussi lors des temps d'observation et d'analyse des actions. Le cerveau n'est donc jamais passif et les neurones miroirs et le système visumoteur, mobilisés lors de l'imitation par observation, facilitent l'apprentissage moteur.

Ainsi, lors de l'analyse tactique individuelle, quand le joueur va observer une action spécifique qu'il réalise, il va mobiliser un réseau de neurones appelés "réseau de l'observation de l'action". Plus le joueur va se retrouver confronté à l'**analyse de séquences de jeu**, plus les réseaux de neurones seront mobilisés, Il va en connaître les détails et il sera à même de les réaliser de façon adaptée. Chez **ANALYSTIC**, nous pensons que le joueur doit devenir un expert dans la connaissance du jeu afin d'anticiper plus facilement la réponse motrice à adopter.

En répétant ce travail fréquemment, le joueur consolide ses connaissances. Il crée ainsi de nouveaux chemins neuronaux qu'il renforce grâce aux différentes sollicitations qu'il reçoit. C'est la plasticité cérébrale. Certains chemins neuronaux vont se créer et s'ancrer. Cette trace neuronale va aider le joueur à prendre de meilleures décisions. D'autres chemins neuronaux vont être élagués et effacés car moins sollicités puisque moins efficaces.

En observant de manière précise et répétée un mouvement, une action spécifique ou un geste particulier la plasticité cérébrale est impactée positivement.

Analyse Tactique Individuelle et Apprentissage Actif

Dans l'ensemble de ce processus, il est essentiel de mobiliser le niveau d'attention du joueur afin qu'il soit acteur de son apprentissage. L'observation passive ne mobilise pas les réseaux de neurones qui sont nécessaires pour ancrer les micro-comportements à adopter. Le niveau d'activation de l'attention n'est pas assez élevé pour espérer obtenir un transfert entre observation et action sur le terrain.

Dès lors, pour qu'il puisse y avoir un impact sur la performance, le joueur doit réfléchir de façon active à l'action qui est entreprise et avoir la volonté de la reproduire lorsqu'il se trouvera sur le terrain. Il ne suffit pas d'observer une action de jeu pour pouvoir se l'approprier et la reproduire en contexte de match. Pour qu'il y ait une chance d'amélioration, le joueur doit s'engager pleinement dans le mécanisme de construction de ses compétences.

Chez **ANALYSTIC**, nous proposons une méthodologie qui permet au joueur de mobiliser l'ensemble de ses ressources attentionnelles, d'activer les réseaux neuronaux nécessaires pour mieux comprendre une action de jeu et améliorer de façon significative sa performance sur le terrain.

De quoi se compose une séquence de jeu ?

Pour que le joueur puisse mieux comprendre une séquence de jeu, nous nous appuyons sur un procédé s'organisant autour de 4 paramètres :

1.un contexte de jeu : le joueur est dans un contexte global et local

2.une prise d'information : le joueur s'informe sur ce qu'il se passe dans son contexte

3.une intention tactique : le joueur anticipe les différentes possibilités d'action qui s'offrent à lui

4.une exécution motrice : le joueur effectue un mouvement, avec ou sans ballon



5. ANALYSE TACTIQUE INDIVIDUELLE ET PROJET DE JEU

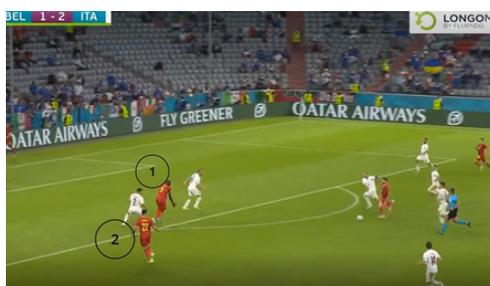
L'analyse tactique individuelle est un outil au service de la construction du projet de jeu, de l'intelligence collective et de l'équilibre entre apports collectifs et apports individuels.

Le projet de jeu est défini comme la combinaison des animations offensives, défensives et de la stratégie qui vont permettre à l'équipe d'avoir une organisation cohérente sur le terrain. Nous parlerons aussi de coordination interpersonnelle des intentions de jeu.

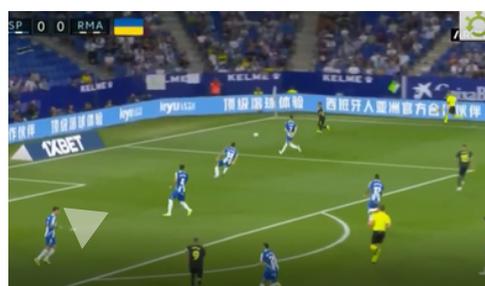
Le style, le système, le modèle de jeu et l'ensemble des principes collectifs sont des facteurs essentiels pour construire un projet de jeu. Chaque entraîneur, chaque académie, chaque club possède ses spécificités et sa propre philosophie.

Lors des entraînements, sur la majeure partie de la séance, l'entraîneur prépare les joueurs à répondre collectivement aux problèmes de jeu. C'est l'interaction entre les joueurs qui fera basculer le rapport de force positivement et qui permettra d'obtenir un projet de jeu équilibré.

Cependant, la réponse collective est dépendante de la compréhension et du comportement individuel. Sur une situation de centre, si le latéral ne s'informe pas, comment peut-il s'organiser pour identifier ou se situer son adversaire direct ? Si le milieu offensif s'est informé mais qu'il ne comprend pas le type d'aide au porteur qu'il doit offrir, comment peut-il se coordonner avec les autres pour créer des lignes de passes différentes ? Si le défenseur central ne sait pas quand il doit sortir de sa ligne presser le futur receveur, comment peut-il maintenir l'équilibre et ne pas ouvrir des espaces exploitables pour l'adversaire ?



Différents types d'aide au porteur



Identifier son adversaire direct

Il existe bel et bien des micro-comportements fondamentaux qu'il est essentiel de connaître et de maîtriser pour que le joueur interagisse efficacement avec son contexte (partenaires, adversaires, espaces...).

Chez **ANALYSTIC**, il n'est pas question de couper le joueur de sa relation avec les autres. Nous proposons de resituer en permanence l'action individuelle au sein d'un contexte collectif afin d'aligner les micro-comportements avec le projet de jeu de l'entraîneur et la philosophie de jeu du club.



LE CONCEPT ANALYSTIC

ANALYSE TACTIQUE INDIVIDUELLE

Pour être performant, chaque détail compte. Les meilleurs joueurs l'ont bien compris. Ils savent que chaque minute passée à chercher à optimiser leurs compétences sera ce qui fera la différence avec les autres.

Pour améliorer leur potentiel, certains font appel à des spécialistes dans des domaines bien spécifiques.

La dimension athlétique ayant pris une part importante dans la performance, certains joueurs s'entraînent, à l'intersaison ou durant l'année et en complément du travail en club, avec un préparateur physique individuel pour maintenir ou développer leurs capacités.

La dimension psychologique est travaillée grâce à des préparateurs mentaux qui accompagnent les joueurs dans le développement de la confiance en soi, la gestion des émotions ou encore, la fixation d'objectif.

D'autres s'entraînent pour parfaire leur gestuelle technique en dehors de leurs séances en club pour être plus efficace dans leur relation avec le ballon.

Mais, le processus d'amélioration reste incomplet. Bien que le travail complémentaire cité en amont soit important, il ne développe pas les capacités à prendre des meilleures décisions. Or, le joueur en compétition prend en permanence des décisions avec ou sans ballon.

"Quand vous jouez un match, il est statistiquement prouvé que les joueurs n'ont la balle que trois minutes en moyenne. Le plus important, c'est donc ce que vous faites pendant ces 87 minutes où vous n'avez pas la balle." (J.Cruyff). Que font-ils le reste du temps ? Il prennent des décisions tactiques qui peuvent changer le cours d'un match.

Basé sur une méthodologie unique **ANALYSTIC** est la solution pour construire aujourd'hui la performance individuelle et collective de demain.

Source:

Barça Hub, Formation des entraîneurs niveau 1
The hidden foundation of field vision in English Premier League, Geir Jordet
DLS Formation, Wolfgang Schollhorn
Pep Guardiola, la métamorphose, Ed. Marabout, M.Perarnau
The conversation, Peut-on devenir meilleur en regardant des vidéos, Mickael Dinomais
Football et projet de jeu, Ed. Amphora, L. Renna
Préférences Motrices les fondamentaux, Ed. CE2, A. Bachelier/F.Houdart
Méthode Cogniteam, Article blog, L. Renna

ANALYSTIC



WWW.FOOTBALLCOACHING.FR



ANALYSTIC

Analyse Tactique Individuelle
