

Terrain

FUTSAL

ENSEIGNER LE FOOTBALL AUTREMENT

Le futsal, pratiqué en effectif réduit, sur petit terrain indoor, selon des règles spécifiques, peut apporter une nouvelle réponse en milieu scolaire



Certaines dérives (tricherie, argent, violence, sur-médiatisation) peuvent expliquer la relative disparition du football dans les programmations scolaires. Lorsque l'on interroge des enseignants d'EPS, nombre d'entre eux ne perçoivent plus ses vertus éducatives mais y voient une source de conflits et de tensions entre les élèves. Par ses qualités et ses règles spécifiques, le futsal représente une option intéressante.

Présentation de l'activité

Intégré au groupe « football diversifié » au sein de la FFF, le

futsal est aujourd'hui en pleine expansion, notamment chez les jeunes et les féminines, comme en témoignent les succès enregistrés en UNSS ou lors des interclasses. Pour rattraper son retard sur le plan européen et mondial, la FFF a établi un plan de développement sur 6 années sur l'ensemble du territoire dans les différents secteurs : haut niveau, football amateur et milieu scolaire, en commençant par le primaire. Un championnat de France a été lancé en 2009. Dans le domaine du loisir, des centres indoor d'urbanfoot s'implantent massivement dans les grandes villes. Des mini-terrains sont proposés en location

à des groupes qui souhaitent pratiquer librement, de manière auto-organisée.

Définition et caractéristiques

Le futsal est une activité ludique, physique, spectaculaire et éducative. Il possède des règles spécifiques et apporte de véritables plus-values techniques, tactiques et mentales à la formation des élèves.

- Dimension ludique : la taille du terrain (terrain de handball de 40 sur 20 m) et le jeu à effectif réduit (2 équipes de 4 joueurs et 1 gardien de but) permettent à tous les élèves de toucher un grand

nombre de ballons. Les propriétés du ballon en facilitent la manipulation (petit ballon en cuir qui ne rebondit pas au-dessus des genoux).

- Dimension physique : la durée des matchs (2 x 20 min avec chronomètre électronique type basket ou 2 x 25 min au chronomètre manuel) implique une dépense énergétique conséquente (déplacements courts, rapides, peu de temps de récupération).

- Dimension spectaculaire : la règle des 4 secondes oblige à effectuer rapidement les actions sur toutes les phases statiques (touche au pied sur la ligne, corner, pénalty aux 6 m, relance du gardien de but à la main);



Photo: C. Lamirand - Illustration: F. Tribes.

des gestes techniques spécifiques sont développés (nombreux dribbles, tirs fréquents et recherche de l'exploit individuel).

- Dimension éducative : la notion de projet de jeu pour mettre en place un dispositif, définir une stratégie de jeu en assurant la rotation obligatoire des joueurs durant la rencontre (y compris le poste du gardien de but) oblige les élèves à échanger, négocier et éventuellement remédier pour gagner (un temps mort d'1 min par mi-temps est autorisé). La règle du contact beaucoup plus stricte que pour le « football dehors » (tacle interdit sur l'adversaire, pas de charge épaules, etc.) et la règle des 5 fautes par mi-temps qui entraîne un pénalty à 10 m dès la 6^e faute, impliquent une maîtrise de soi indispensable pour les individus. En milieu scolaire, 3 fautes suffisent pour provoquer un pénalty ! Chaque élève, quel que soit son niveau de départ, se trouve confronté à la problématique suivante : réussir des actions motrices efficaces dans un temps très court et à une intensité d'efforts élevée.

Plus-values à la formation des élèves

La place des acquisitions techniques spécifiques

Certains gestes spécifiques au futsal sont recherchés dans les situations d'apprentissage pour augmenter le pouvoir d'agir des élèves sur le terrain (efficacité personnelle).

Le contrôle semelle

Très utilisé par les joueurs, il permet une protection du ballon importante et une conservation plus facile du ballon (photo 1).

Le tir de la pointe du pied

De nombreux buts sont inscrits grâce à cette technique, facile à mettre en œuvre, qui surprend souvent le gardien de but adverse



Exemples de situations d'échauffement

Situation 1. Relais technique

Thème : enchaînement des actions.

But de la tâche : réussir à enchaîner rapidement le contrôle semelle, la passe et un déplacement.

Dispositif : 2 ou 3 joueurs de chaque côté d'une ligne (10 à 15 m de long). Les élèves enchaînent les actions demandées, pendant un temps déterminé par l'enseignant.

Consignes : contrôler le ballon obligatoirement de la semelle, effectuer une passe à terre vers le partenaire puis se déplacer de l'autre côté de la ligne.

Critères de réussite : ne pas perdre la balle, juster et doser les passes, effectuer un contrôle semelle efficace pour réaliser immédiatement la passe, se déplacer tout de suite après la passe.

Variables : imposer le contrôle semelle d'un pied et la passe de l'autre, imposer un type ou une vitesse de déplacement, imposer un type de passe, varier le temps de l'exercice. Envisagé de manière évolutive, adapté à l'âge et au niveau des élèves, le travail en relais constitue une bonne préparation technique et également physique aux situations de jeu.

Situation 2. Passe-et-va devant le but

Thème : le tir au but (dessin 1)

But de la tâche : réussir à cadrer sa frappe au but et marquer (tir cadré 1 pt, but marqué 3 pts).

Dispositif : l'élève A part du milieu de terrain avec le ballon, il fait une passe ajustée à son partenaire l'élève B en position de pivot dos au but qui lui remet le ballon en dehors de la zone du gardien de but l'élève C ; et ceci sur un nombre de répétitions annoncé par l'enseignant. Puis une rotation s'effectue à chaque poste.

Consignes : l'élève A fait une passe ajustée à terre puis accélère pour frapper un ballon, sans contrôle, remis en jeu court par l'élève B en situation de pivot entre les 6 m et 9 m.

Critères de réussite : ajuster les passes, gérer la vitesse de course avec la préparation du tir, choisir son type de frappe.

Variables : varier les formes de passes ou de tirs comme la pointe du pied, changer la position du pivot sur les côtés pour travailler des frappes en angle.

Ce travail de tir au but est judicieux pour appréhender le jeu chaque joueur étant amené à tirer au but.

Rappel : l'échauffement articulaire musculaire et cardiopulmonaire doit être conséquent et sera plus efficace si l'enseignant forme des groupes de niveaux.



Terrain

FUTSAL



en donnant de la vitesse au ballon (**photo 2**).

La louche : passe en lob astucieuse pour contourner les défenseurs et créer du danger.

Le dribble : plus explosif et plus court car exécuté dans un espace plus restreint, ce geste renvoie à la vitesse d'exécution, à des changements de direction vifs et à la qualité des appuis dynamiques.

La technique défensive : en position défensive le joueur n'a pas

le droit de tacler ni de charger l'adversaire (il peut faire écran comme au handball). Il doit donc défendre debout, soit en anticipant les interventions, soit en adoptant une posture dynamique qui empêche le dribble ou le tir de l'attaquant (**photo 3**).

La mobilisation des ressources physiologiques

L'échauffement

Dans un échauffement long (25 à

30 min) et progressif précédant les rencontres ou les situations d'apprentissages, l'enseignant ou l'entraîneur recherche, par le biais de déplacements variés et

dynamiques, une préparation articulaire, musculaire et cardiaque avec ou sans ballons. Puis, un travail de vitesse et de changements de rythme est obligatoire avant d'aborder un travail spécifique devant le but : tir après conduite de balle, tir après remise d'un joueur en position de pivot ou encore de duel (**encadré 1**).

La notion d'effort

Un bon joueur de futsal parcourt entre 3800 et 4200 m, dont 200 m de sprints, selon le poste qu'il occupe au cours d'un match. Ses ressources aérobies sont fortement sollicitées. Il s'agit donc d'organiser judicieusement le travail des élèves au cours de la séance en termes d'intensité, de volume de travail et de récupération pour les maintenir en état de fraîcheur tout en leur faisant accepter les efforts notamment lors du remplacement, essentiel pour bien défendre.

Le développement de la motricité générale

La pratique du futsal permet de développer l'équilibre, la dissociation segmentaire, la maîtrise des appuis dynamiques, la réactivité, la rythmicité. La dimension énergétique de l'activité implique également de mobiliser des valeurs de persévérance, de dépassement de soi, de plaisir dans l'effort consenti, et contribue ainsi à la formation de l'élève.

La dimension tactique

Dans des situations d'opposition en effectif réduit (3 contre 3 ou 4 contre 4), les joueurs s'organisent rapidement et s'entendent sur les postes et les rotations. À 4 joueurs, ils peuvent se disposer

Exemple de situation en Seconde

Thème : exploiter une situation de contre-attaque.

But de la tâche : réussir à profiter d'une situation de surnombre pour créer le danger (tir cadré 1 pt, but marqué 3 pts).

Dispositif : 2 équipes équilibrées de 5 joueurs dont un gardien sur grand terrain avec 2 plots placés chacun de part et d'autre de la ligne du milieu de terrain.

Consignes : au signal de l'enseignant, l'équipe A part en attaque avec 4 joueurs dont 2 désignés à l'avance comme jokers. Face à eux, l'équipe B se place en défense (en ligne) dans son demi-terrain. 10 essais. Si l'équipe A réussit à tirer au but ou marquer, elle cumule les points et recommence une nouvelle attaque. Si le ballon est récupéré par un défenseur ou par le gardien de but, l'équipe B cherche le

plus vite possible à atteindre la cible adverse

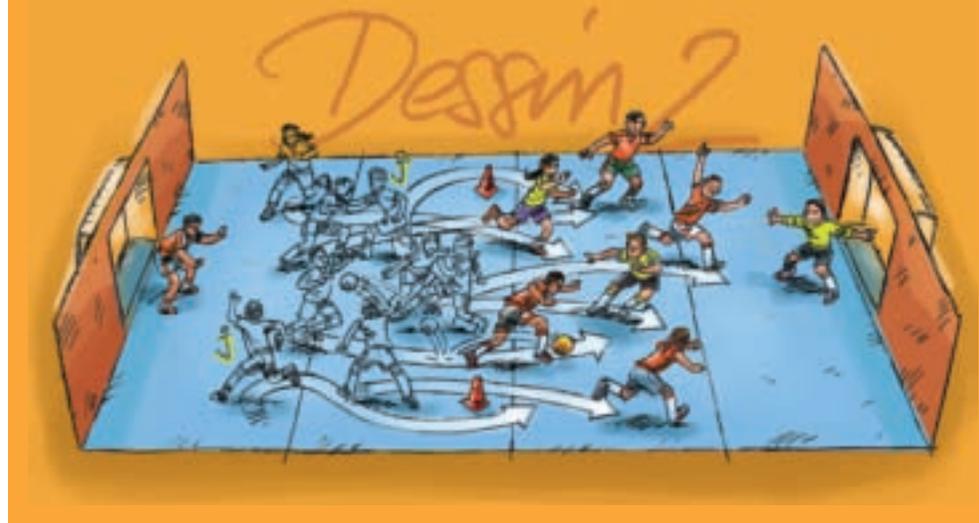
et marquer en contre-attaque. Pour pouvoir défendre, les 2 jokers de l'équipe A doivent auparavant faire le tour de l'un des 2 plots, ce qui entraîne une situation de 4 contre 2.

Les jokers changent au bout de 3 attaques.

À la récupération du ballon, se déplacer vite avec ou sans ballon vers l'avant, décider vite des actions à effectuer pour profiter du surnombre et réussir à se mettre en position favorable de tir.

Critère de réussite : nombre de points par rapport au nombre de récupérations du ballon.

Variables : désigner 1 seul joker et c'est celui qui perd la balle qui fait office de second joker. Pour l'équipe qui attaque, imposer un nombre de passes pour tirer. Pour l'équipe qui défend, laisser libre le dispositif défensif.





en 2 + 2 ou en 3 + 1. Le nombre limité de joueurs facilite la prise d'informations et le jeu en passes courtes favorise la transmission du ballon. Enfin, les changements permanents de statut entre attaquant et défenseur contraignent tous les joueurs à s'impliquer dans les 2 phases du jeu, et ceci dans des temps de réaction très courts. Cette dimension tactique participe au développement des compétences motrices articulées avec des compétences méthodologiques telles les notions de projet collectif et d'équipier.

La dimension psychologique

- La maîtrise de soi est indispensable pour s'adapter aux règles nouvelles. Accepter les décisions de l'arbitre, les choix des partenaires, devient alors incontournable à défaut d'être inefficace dans un jeu réduit où chaque élève doit rester concentré à chaque instant et tout au long de la partie.
- Les élèves doivent apprendre à se connaître et à gérer leur temps de jeu en demandant eux-mêmes à être remplacés lorsqu'ils perçoivent qu'ils ne sont plus efficaces (dans le haut niveau, les rotations aux postes n'excèdent pas 5 min). Le fonctionnement en binôme à chaque poste peut s'avérer une bonne manière de gérer les rotations.

Les niveaux de compétences

Niveau 1 Collège (6^e-5^e) - 1^{er} cycle

Compétence visée
Être capable de s'inscrire dans

un projet de jeu dynamique vers l'avant pour accéder en zone de marque le plus souvent possible grâce à des choix de passes ou de dribbles judicieux. Connaître et appliquer les règles principales (pas de contact et règle des 4 s), respecter l'arbitrage, ses partenaires et adversaires.

Forme de pratique

Jeu en 4 contre 4 : 3 joueurs et un gardien de but, sur demi-terrain de handball (20 m sur 20). Une zone de marque est matérialisée à 4 m d'un but large de 5 m (2 plots suffisent). L'élève doit atteindre cette zone de marque pour tirer au but (photo 4).

La classe est répartie en groupes de 8 élèves à l'intérieur desquels sont constituées 2 équipes de 4 équilibrées (3 joueurs et un gardien de but). L'enseignant peut prévoir une rotation toutes les 3 min sur une rencontre d'une durée de 12 min. Chaque équipe joue 2 périodes, on peut additionner les scores des 2 équipes pour attribuer la victoire.

Niveau 2 Collège (4^e-3^e) - 2^e cycle

Compétence visée

Être capable de s'inscrire dans un projet de jeu dynamique vers l'avant pour accéder en zone de marque et tirer en position favorable ou effectuer la passe au partenaire en position favorable de tir. Savoir observer, arbitrer en binôme et respecter les différentes décisions.

Forme de pratique

La classe est répartie en équipes équilibrées de 8 élèves. Jeu en 6 contre 6 (5 joueurs et un gardien) sur grand terrain avec 2

remplaçants qui seront soit arbitres soit observateurs. La rotation est assurée par l'enseignant. Les durées de jeu sont de 5 min, la zone de marque est située à 10 m du but (à matérialiser 1 m après la ligne des pointillés des 9 m au handball). Il faudra atteindre cette zone de marque pour pouvoir tirer au but (photo 5).

Niveau 3 - Lycée (2nde)

Compétence visée

Être capable de s'inscrire dans un projet de jeu en contre-attaque à partir d'une défense qui exerce un pressing sur l'équipe adverse, en respectant son poste sur le terrain et en assurant les rôles d'attaquant et défenseur. Connaître le règlement de l'activité.

Forme de pratique

La classe est répartie en équipes équilibrées de 8 élèves. Jeu en 6 contre 6 (5 joueurs et un gardien) sur grand terrain avec 2 remplaçants. La rotation est assurée par l'enseignant sur une durée de jeu de 7 min. Le travail collectif de pressing est valorisé.

Niveau 4 - Lycée (1^{re})

Compétence visée

Être capable de s'inscrire dans un projet de circulation de balle autour d'une défense regroupée type handball pour essayer de trouver des solutions de tirs en s'investissant comme un véritable équipier sur le terrain et en dehors.

Forme de pratique

Équipes de 8 élèves équilibrées avec 5 joueurs (dont un gardien) et 3 remplaçants. La rotation est assurée par l'enseignant sur une

durée de jeu de 7 min. L'arbitrage est réalisé par les élèves en binôme et une valorisation du repli collectif défensif est recherchée.

Niveau 5 - Lycée (Terminale)

Compétence visée

Être capable de s'inscrire dans un projet collectif qui prévoit des alternatives de type jeu rapide/jeu lent ou jeu court/jeu long selon les possibilités de chacun en respectant son statut d'équipier.

Forme de pratique

Équipes de 8 élèves équilibrées avec 5 joueurs (dont un gardien) et 3 remplaçants. La rotation des joueurs est à l'initiative des élèves et tient compte de l'équilibre des temps de jeu. Durée de jeu : 7 min. Arbitrage en binôme.

Le futsal est une activité physique et sportive à part entière. Répondant davantage aux motivations des élèves, elle peut devenir le support d'un véritable enseignement qui permettra aux élèves de tous niveaux de progresser à condition que les contenus soient adaptés.

Intégrant les dimensions motrices et méthodologiques des programmes, cette APS peut contribuer à la formation complète du futur citoyen; et sa programmation en milieu scolaire constituerait sans doute une approche plus positive du football en EPS. ■

Christophe Lamirand,
Professeur d'EPS,
Lycée HQE Vinci, Calais (62),
Entraîneur diplômé de futsal.