

## Team-Time-Out

Depuis un certain temps, les entraîneurs disposent, outre la possibilité d'effectuer des changements, avec le team-time-out (réclamé depuis longtemps) d'un outil supplémentaire d'intervention sur le jeu. Comme pour l'ensemble des règles techniques, les deux parties peuvent profiter de cette opportunité, mais son effet est directement lié au bien-fondé de la situation ou à l'efficacité de sa conception. Le moment choisi joue un rôle tactique crucial. Les objectifs peuvent être :

- perturber le rythme de l'adversaire
- donner des instructions tactiques ou répartir des tâches, comme la modification du dispositif défensif, le fond de jeu en supériorité ou en infériorité numérique, mise en place d'un plan pour les dernières secondes d'un match (insertion d'un septième joueur de champ, réalisation d'un kung-fu ou d'un coup-franc direct)
- offrir à l'équipe une courte récupération après une phase particulièrement intensive
- empêcher ou retarder une séquence de jeu dangereuse.

En dehors de ces motifs, il faut, en raison du temps limité, attacher la plus extrême attention à l'organisation et à la méthodologie de la transmission de l'information au cours de ces pauses. C'est pourquoi lors de leur élaboration il faut prendre en considération les points suivants :

- Réduire l'influence des facteurs parasites comme par exemple la proximité des spectateurs, ou la distraction par l'absorption non régulée de boisson (des joueurs qui "courent" après les bouteilles...)

**Conseil:** rassembler les joueurs à distance du banc et des lignes de touche, les remplaçants et les officiels apportant les boissons.

- Champ d'application et mise en forme des informations : au maximum trois consignes positives avec des mots-clés qu'on peut facilement retenir. Éviter de regarder en arrière (les actions passées), car cela affecte la concentration sur les tâches à venir.

Un court exemple négatif montre où cela peut conduire.

Alors que le score est de 15 - 23, l'entraîneur de l'équipe menée demande un temps mort et hurle (rugit) :

"Si vous continuez à jouer comme ça, vous allez perdre de 15 buts !"

Le score final (20 - 35) résonne après coup comme un bel exemple de prophétie auto-réalisatrice.

L'entraîneur doit donc précisément savoir avant le temps-mort quels objectifs il souhaite concrètement atteindre et comment il transmettra ses consignes, faute de quoi les mesures s'avèreront improductives et provoqueront le malaise et le chaos plutôt que la clarté et le soutien.

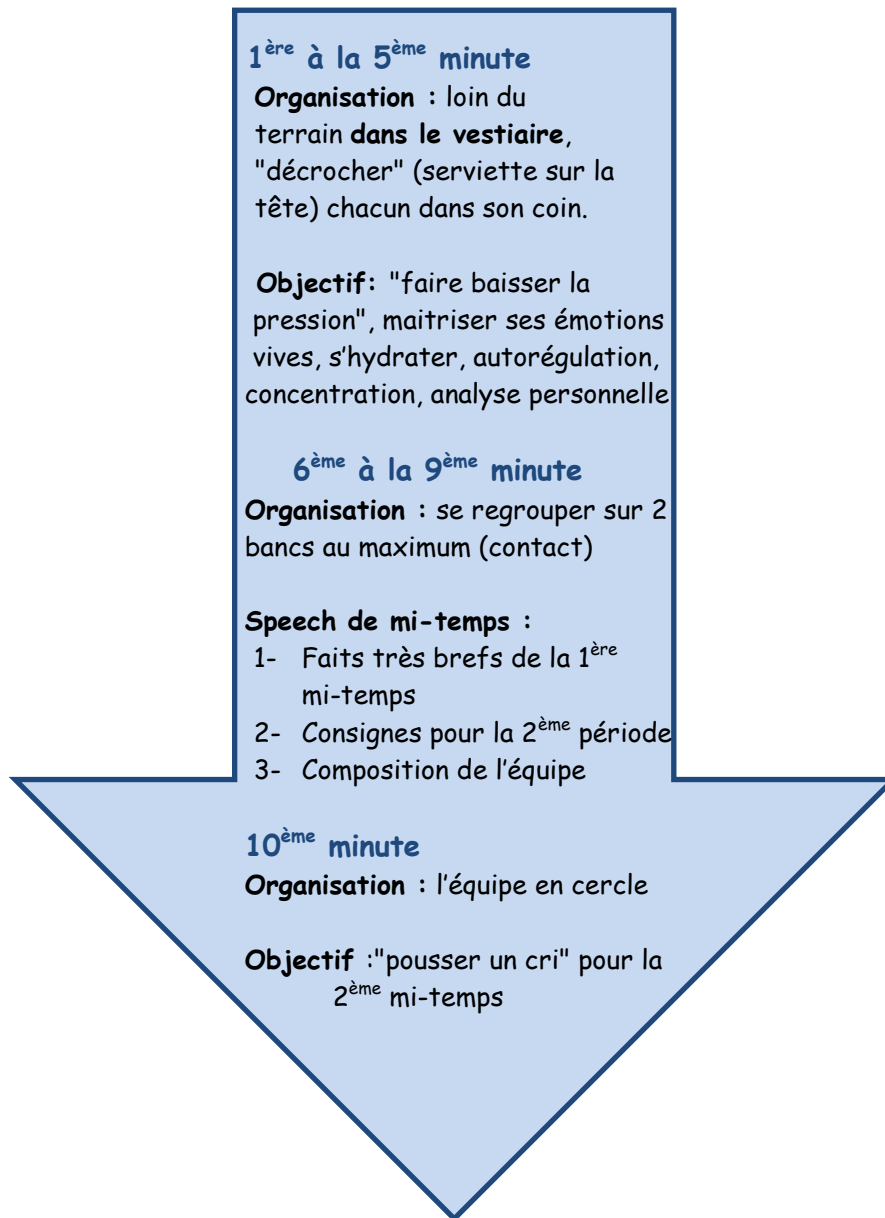
## Déroulement et organisation de la mi-temps

Le laps de temps (actuellement) disponible de 10 minutes semble faible à première vue, mais peut s'avérer selon la situation, quelquefois trop long. Pour véritablement en tirer profit, dresser un cadre organisationnel est indispensable.

Deux objectifs primordiaux doivent être par ce moyen atteints :

- 1 - Traitement des expériences de la 1<sup>ère</sup> mi-temps
- 2 - Focalisation de l'attention et mise en commun des forces pour la seconde mi-temps

L'infographie 1 propose un modèle éprouvé. Nous évoquerons séparément le speech de la mi-temps.



### Infographique 1 : déroulement chronologique d'une mi-temps

Faisons tout d'abord appel à la sagesse populaire : faire tenir un discours en 50 minutes est facile, le faire tenir en 5 minutes est beaucoup plus difficile...

Cela vaut pour le discours de mi-temps, dans la mesure où les possibilités de préparation sont particulièrement limitées. Ce problème a, en principe, déjà été rencontré dans le laïus d'avant-match, avec l'idée force suivante : "ce qui est court et bon... est deux fois bon !"

La réceptivité et la disponibilité mentale des joueurs sont restreintes par les contraintes physiques et psychologiques de la première période.

Les points-clés suivants peuvent servir à l'entraîneur :

- Ne pas se disperser dans les détails (sans importance) !
- Éviter de surcharger !
- Transmettre moins de messages, mais plus importants, et
- Augmenter de la sorte, la probabilité de mise en œuvre (application) !

**1<sup>ère</sup> étape :**

- Condenser l'analyse de la 1<sup>ère</sup> mi-temps aux seuls faits essentiels
- Se "lamenteur" très brièvement sur les erreurs, et renforcer au contraire le positif

## 2<sup>ème</sup> étape :

- Message pour la seconde période (se projeter vers le futur)
- Proposer au maximum 3 objectifs associés à des instructions positives, autrement dit des solutions !
- Composition de l'équipe pour démarrer la seconde période

## 3<sup>ème</sup> étape :

- Encouragements et " cri de guerre" en guise de rituel collectif  
Des comportements de ce genre agissent comme des messages spécifiques, bien qu'aidant très peu, même lorsque leur contenu est correct à 100%, car lors de la transmission d'instructions, ces messages spécifiques jouent un rôle étonnamment faible. Des études scientifiques ont montré que lors de la transmission d'un message, les éléments suivants jouent un grand rôle pour le récepteur :

- |                                |     |
|--------------------------------|-----|
| • Contenu / Message spécifique | 8%  |
| • Voix / Intonation            | 34% |
| • Langage du corps             | 58% |

Ces chiffres montrent que l'art et la manière de transmettre ont un rôle éminent ! Les trois critères mentionnés doivent avant tout s'accorder entre eux, et être perçus par le récepteur comme authentiques. En d'autres termes crédibles du point de vue du récipiendaire, et correspondre à la personnalité de l'entraîneur. Naturellement le contenu conserve une importance déterminante, mais il ne peut produire l'effet désiré que dans un contexte plus général.

Dans cet ordre d'idées, beaucoup d'entraîneurs peuvent trouver l'expression "instructions positives" un peu exagérée, voire inappropriée, mais là encore il ne s'agit pas de "blabla" mais de connaissances scientifiques.

Des "Recherches sur l'erreur humaine", (à lire, en anglais) ont montré que près de 50% des ordres, des instructions ou des injonctions formulés négativement **ne sont pas suivis** du tout ou **de manière erronée**. Chaque forme d'impératif est perçue par l'être humain principalement comme une demande d'action, et sur ce point, les messages négatifs sont en général ceux qui dictent de **ne pas** faire quelque chose. Le "**Ne Pas**" est souvent éludé et seule la partie restante, avec l'action, est enregistrée et exécutée.

Ainsi des pilotes, dans la première phase du développement de dispositifs d'alerte de collision, ont reçu l'instruction (négative) :

"ne montez pas plus haut !"

Les études ont montré que le vol ascendant a été poursuivi ou débuté dans 50% des cas. Cette instruction négative a par la suite été remplacée par une autre positive, "Réduisez votre vitesse verticale", avec succès !

## On refait le match !...

Chaque week-end, se tiennent dans d'innombrables lieux, les mêmes conversations autour d'une victoire ou d'une défaite et des analyses plus ou moins pertinentes sont alors entreprises. Telle ou telle action individuelle est mentionnée ou décrite en priorité comme la clé d'une défaite.