



Marquer des buts comme Ramona Bachmann

Quoi de plus exaltant que de marquer des buts? Même les débutantes éprouvent une immense joie à «taper dans le ballon» et à tirer au but. Le plaisir est décuplé quand le ballon termine au fond des filets, au grand dam de la gardienne.

Au centre de cette leçon, on retrouve l'énoncé de la séquence pratique «Marquer des buts comme...». Les objectifs de l'unité d'apprentissage sont: entraîner le mouvement direct vers le but, éprouver la joie de marquer des buts, exercer les actions motrices décisives pour y parvenir et les approfondir de manière ludique. Cette séquence d'enseignement peut être conduite avec des filles de différentes classes d'âge.

Thème de la leçon: Marquer des buts comme Ramona Bachmann

Objectifs d'apprentissage: Développer l'habileté pour le tir; reconnaître les chances de but, se créer des chances et les exploiter

Durée: 90 minutes (aussi possible en deux leçons simples)

Matériel: Buts, ballons, massues, Swissball, balles en caoutchouc, caissons

Le thème est traité en plusieurs étapes:

- A** Mettre en scène
- B** Se rapprocher du sujet
- C** Réfléchir au sujet
- D** Varier et approfondir le sujet
- E** Ouvrir un nouvel horizon/une nouvelle perspective qui dépasse la leçon

A Mettre en scène – Tirer au but avec succès

Expérimenter

Tirer au but

Courir avec le ballon et tirer le plus souvent possible sur l'un des deux buts (ou sur tous les buts à disposition). Des massues et/ou d'autres objets peuvent faire office de buts. Qui marque le plus de buts?

Observer et se concentrer

Réfléchir et exploiter les premières expériences

L'enseignant pose des questions aux filles pour les inciter à mieux observer, percevoir et intérioriser le mouvement de tir: «Quels éléments entrent en ligne de compte pour le tir? Observez Laura et Elise! Qu'est-ce qui vous frappe? A quoi reconnaissez-vous la force que Laura engage dans le tir? Pourquoi le tir d'Elise semble-t-il si mou?»

B Se rapprocher du sujet – Relier réflexion et action

Exercer et varier

Apprendre à marquer des buts

Choisir un ballon et tirer au but. Qui réussit le mieux cet exercice? On tire sur les deux buts et on démarre toujours de la ligne du milieu. Les filles testent plusieurs variantes au niveau de la position du pied, des trajectoires et des positions de tir. A la fin, les idées et expériences sont échangées, démontrées, et les filles testent les techniques qui semblent les plus efficaces (plat du pied, cou-de-pied, etc.).

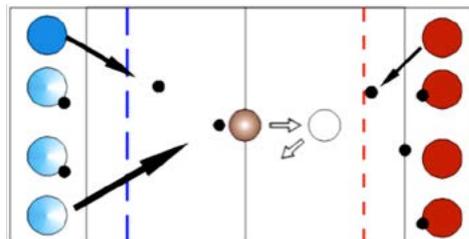


Viser

Deux équipes se font face de chaque côté de la ligne médiane, à environ 10 mètres de distance. Un ballon par joueuse. Au signal, les filles tirent (seulement avec le pied) en direction du Swissball placé sur la ligne du milieu avec l'objectif de le repousser dans le camp adverse. Interdiction de dépasser la ligne pour tirer.

Variantes

- Remplacer le Swissball par un ballon plus petit ou par des cartons.
- Préciser la technique de tir (seulement avec le pied «faible», seulement du cou-de-pied, etc.).



Exercer la précision

Placer des massues à deux mètres du mur. Les filles définissent leur ligne de tir et y déposent les ballons. Chacune a trois essais pour viser la massue. Les massues qui tombent après le rebond du ballon contre la paroi sont aussi comptabilisées.

Variantes

- Qui a abattu le plus grand nombre de massues?
- Combien de tirs a-t-il fallu pour viser toutes les massues?

Approfondir

Marquer sur passe

L'enseignant adresse des passes au sol du côté gauche en direction du but. La joueuse s'élanche vers le ballon et tire directement au but. Plus tard, la fille fait une passe à l'enseignant qui lui redonne le ballon pour le tir final.

Variantes

- Passe depuis la droite pour forcer à tirer avec le pied gauche.
- Placer une gardienne dans les buts.
- Par deux, les joueuses se font des passes («une-deux») puis tirent au but, avec ou sans gardienne.
- Idem avec une défenseur, d'abord passive, puis de plus en plus active.



C Réfléchir au sujet

Echange sur les succès et les échecs

Exploiter les expériences

L'enseignant demande aux joueuses comment elles ont résolu la tâche qui était de tirer de manière puissante, décidée et précise au but et d'expliquer leurs éventuelles difficultés. Il donne alors des conseils pour améliorer certains points et poursuivre le travail dans cette direction.

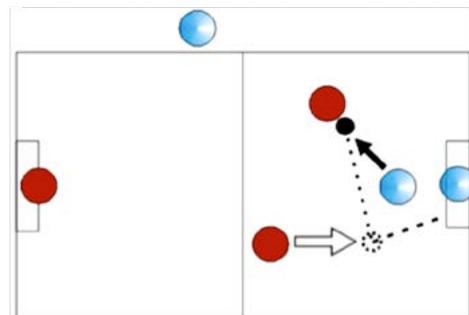


D Varier et approfondir le sujet – Différencier les tâches

Appliquer dans le jeu

Jeu de zones 3:3

Le terrain de jeu se compose de deux zones de 6 x 6 mètres qui peuvent être adaptées en fonction de la situation et des capacités du groupe. Dans la zone de chaque but se trouvent une fille en défense et une gardienne, de même que deux attaquantes adverses. La troisième joueuse se place dans l'autre zone dans l'attente d'une attaque de son équipe. Au terme de l'attaque de l'équipe adverse (but ou perte de balle), la défenseur se déplace de sa zone dans la zone d'attaque où l'attend sa coéquipière. La joueuse adverse qui était en attaque recule pour venir défendre dans sa zone. Les rôles changent donc lors de chaque nouvelle attaque.



Jeu avec joker (surnombre flexible)

On joue à 3:3 ou 4:4 sur deux buts formés par des caissons. Un joker joue toujours avec l'équipe en possession de la balle. Le joker ne peut pas marquer mais il crée le surnombre. Changer régulièrement la joueuse joker.



E. Ouvrir un nouvel horizon/une nouvelle perspective qui dépasse la leçon

S'exercer en jouant, jouer en s'exerçant

Réfléchir et mettre en perspective

La classe discute des comportements observés en jeu, mais aussi des éléments hors du terrain qui favorisent ou qui freinent le développement du football féminin (par exemple les préjugés fondés ou infondés des parents, le manque de compétences des enseignants, l'état des terrains, les vestiaires et/ou douches inadéquats, les longs trajets jusqu'au lieu d'entraînement, les heures d'entraînement peu favorables, etc.). Il s'agit d'inciter les filles et les responsables du football féminin à se responsabiliser et à prendre leur destin en main.