

ENTRAINEMENT FOOTBALL PRO



LE JOURNAL NUMÉRIQUE #82

JUIN 2026

**Entraîner la prise d'information
: du principe tactique à la
séance terrain**

**Séance du mois :
Du déséquilibre à la finition :
maîtriser l'attaque placée**

**Les 30 derniers jours : Pourquoi
les entraîneurs gagnent ou
perdent leur vestiaire ?**

**Les secrets du leadership de
Luis Enrique dans le football
moderne**



www.entrainementfootballpro.fr



ENTRAINEMENT FOOTBALL PRO



LE JOURNAL NUMERIQUE

#82

01

Entraîner la prise d'information : du principe tactique à la séance terrain

p 3

02

***Séance du mois :
Du déséquilibre à la finition : maîtriser
l'attaque placée (Arsenal FC.)***

p 6

03

***Les 30 derniers jours : Pourquoi les
entraîneurs gagnent ou perdent leur
vestiaire ?***

p 7

04

***Les secrets du leadership de Luis
Enrique dans le football moderne***

p 10



Entraîner la prise d'information : du principe tactique à la séance terrain

Le football moderne ne récompense plus uniquement les joueurs qui voient. Il récompense ceux qui voient avant les autres.

Les espaces se sont réduits à tous les niveaux du football professionnel au niveau régional, les blocs défensifs se sont organisés avec rigueur, et la fenêtre de décision du joueur avec ballon s'est réduite de manière significative. Dans ce contexte, réceptionner un ballon sans avoir anticipé l'information environnante, c'est déjà arriver en retard. Pas d'un dixième de seconde, mais d'une décision entière.

La perception n'est plus un détail. C'est un avantage compétitif. Et pourtant, combien de séances d'entraînement sont réellement conçues pour développer ce comportement ? Combien d'entraîneurs mesurent la qualité de la prise d'information plutôt que la réussite de la passe qui en découle ? La question mérite d'être posée : peut-on réellement entraîner la prise d'information ?

A - La prise d'information : une compétence tactique avant d'être technique

Il faut d'abord clarifier ce qu'on entend par prise d'information, parce que le terme est souvent mal compris. On l'associe spontanément au regard et c'est une erreur qui oriente ensuite l'entraînement dans la mauvaise direction.

Regarder et percevoir sont deux actes fondamentalement différents. Un joueur peut tourner la tête vers l'espace dans son dos sans en extraire aucune information utilisable. À l'inverse, un joueur dont les yeux restent orientés vers le ballon peut avoir déjà traité la position du pressing adverse grâce à sa vision périphérique. Ce n'est pas le mouvement oculaire qui compte : c'est la qualité de l'information capturée et son utilité pour la décision qui suit.

Le scanning ce terme consacré dans la littérature cognitivo-tactique désigne cet acte de balayage intentionnel de l'environnement avant réception du ballon. Elle implique d'identifier où sont les adversaires, où se trouvent les partenaires démarqués, quels espaces sont disponibles, et quelle solution sera viable. Tout cela avant que le ballon arrive.

Ce qui rend cette compétence proprement tactique, c'est son lien direct avec la décision. Un joueur qui scanne efficacement n'a pas besoin de réfléchir une fois qu'il a le ballon : il a déjà décidé. Sa première touche est orientée, son corps est pré-positionné, et son action est fluide parce qu'elle est anticipée.

B – Pourquoi les meilleurs joueurs regardent avant de recevoir

Les recherches menées autour des comportements perceptifs au football montrent des écarts quantifiables entre joueurs experts et débutants. Ce n'est pas le talent technique qui



distingue un milieu de Ligue 1 d'un milieu de National. C'est souvent la fréquence et le timing de ses scans. Les joueurs experts scannent l'environnement entre deux et cinq fois plus fréquemment que les joueurs moins expérimentés dans des situations de jeu similaires. Mais ce qui importe davantage encore, c'est quand ils scannent. Les joueurs de haut niveau effectuent leurs balayages dans les deux secondes précédant la réception du ballon, pas après.

L'orientation corporelle joue également un rôle déterminant. Les meilleurs joueurs adoptent naturellement une posture semi-ouverte lors de la réception, permettant de maximiser le champ visuel disponible.

Enfin, la vision périphérique est essentielle. Un joueur comme Luka Modrić n'est pas en train de tourner continuellement la tête pour regarder ses partenaires. Il utilise sa perception périphérique pour maintenir une carte mentale vivante du jeu, et n'effectue des scans directionnels que pour confirmer des informations précises à des moments clés. Ce type de comportement est l'aboutissement d'un apprentissage long mais il commence dans la qualité des tâches proposées à l'entraînement.

C – L'erreur fréquente : entraîner la prise d'information de manière isolée

La réponse pédagogique la plus courante à ce constat est malheureusement aussi la moins efficace : les exercices à couleurs. Le principe est connu : un joueur reçoit le ballon, un signal lumineux ou coloré lui indique vers quelle cible passer. On contraint le regard, on force un scan, on crée une obligation perceptive. Le problème n'est pas l'intention. Il est le contexte. Ces exercices décontextualisent complètement la prise d'information. Dans un jeu réel, l'information à capter est signifiante tactiquement : je dois regarder parce que j'ai besoin de savoir si mon adversaire direct est entre moi et la cible. Dans l'exercice à couleurs, l'information est arbitraire : je regarde parce qu'une lumière s'allume. Le cerveau apprend à répondre à des stimuli codifiés, pas à lire un jeu. Le transfert vers le match est quasi inexistant.

Il en va de même pour les ateliers de passes en triangle ou en losange. L'effort cognitif demandé n'est pas celui du football. Il n'y a pas de conséquence à l'information captée, ou non captée. Pas de pressing qui s'accélère. Pas de partenaire qui décroche. Pas de ligne défensive qui monte. La prise d'information ne se développe que si elle est utile pour résoudre un vrai problème de jeu.

D – Créer des contraintes qui obligent à regarder

La clé du développement de la prise d'information réside donc dans la conception de l'environnement d'entraînement. L'entraîneur ne peut pas ordonner à un joueur de scanner, il peut seulement construire une situation dans laquelle ne pas scanner le pénalise immédiatement.

Les supériorités numériques sont un premier outil puissant. Un 5 contre 3 ou un 6 contre 4 dans un espace restreint oblige l'équipe supérieure à lire en permanence les positions de ses partenaires libres. La pression n'est pas assez forte pour interdire la décision, mais assez présente pour punir le joueur qui ne scanne pas.



L'introduction de joueurs dans le dos est une contrainte encore plus ciblée. Placer un partenaire derrière la ligne de passe normale force le receveur à avoir intégré cette option avant de recevoir.

Enfin, des règles favorisant la perception peuvent être intégrées directement dans les formes jouées. Par exemple : une règle interdisant de passer vers quelqu'un qu'on ne regardait pas avant réception. Ces contraintes ne forcent pas le regard, elles rendent le regard utile et récompensé.

E – Séance complète

Forme 1 — Rondo positionnel 6 contre 3 (15 min)

Six joueurs organisés en cercle élargi contre trois défenseurs au centre. Règle : chaque joueur doit obligatoirement scanner (tête tournée visible) dans les deux secondes précédant sa réception. Si le ballon est perdu sans scan préalable, l'équipe perd un point.

Variante : réduire l'espace progressivement pour augmenter la vitesse de décision.

Critères observables : fréquence des scans, orientation corporelle, anticipation de la première touche.

Forme 2 — Jeu de transition 8 contre 8 + 2 jokers (30 min)

Espace de jeu : 40×50m. Deux équipes de 8 avec deux jokers les équipes en possession. Règle : les jokers ne peuvent recevoir le ballon que d'un joueur qui les a regardés dans les trois secondes précédant la passe. Si le joker est trouvé, l'équipe marque un point bonus.

Variable : imposer un joker dans une zone haute, forçant une lecture du jeu verticale.

Critères observables : connexion visuelle avec le joker avant la passe, pré-orientation corporelle.

Forme 3 — Jeu à thème 10 contre 10 (30 min)

Espace de jeu : (60×70m). Règle : tout but marqué suite à une combinaison où le dernier passeur a changé de côté grâce à un scan au préalable vaut double. L'entraîneur verbalise uniquement les comportements perceptifs, jamais les choix techniques.

Variable : introduire des buts supplémentaires sur les côtés pour multiplier les solutions à lire.

Critères observables : qualité du changement de jeu, tempo décisionnel.

Le football évolue. Le jeu s'accélère, se complexifie, se densifie. Les espaces se réduisent. Le temps de décision diminue. Dans ce contexte, former des joueurs capables de s'adapter devient une nécessité. La découverte guidée n'est pas une mode. C'est une réponse. Elle ne remplace pas tout. Elle ne supprime pas l'intervention du coach. Mais elle redéfinit son rôle. Le coach ne transmet plus seulement des réponses. Il crée les conditions pour que les bonnes réponses émergent. Et dans ce basculement, une idée forte s'impose : On ne développe pas l'intelligence du jeu en la dictant. On la révèle en la sollicitant.



Séance du mois



Du déséquilibre à la finition : maîtriser l'attaque placée

ORGANISATION



DESCRIPTION

⚽ EFFECTIF	⚖️ RAPPORT DE FORCE	🕒 DURÉE
12	5 contre 6 + 1	30 minutes
🏟️ ESPACE DE JEU	🏆 DIFFICULTÉ	🧰 MATÉRIELS
50 m x 55 m	Intermédiaire	Plots, deux mini-buts, un but

But du jeu

- Pour l'équipe rouge : Marquer dans le grand but = 1 point.
- Pour l'équipe blanche : Marquer dans un mini-but = 1 point.

Règles et consignes

- L'équipe rouge attaque le grand but face à l'équipe blanche, organisée en défense placée.
- Dès la récupération du ballon, l'équipe blanche doit marquer en moins de six secondes.
- Le joueur joker joue avec l'équipe en possession du ballon.
- Lorsque l'équipe rouge marque ou fait sortir le ballon de l'espace de jeu, l'entraîneur placé à côté du gardien de l'équipe blanche remet immédiatement un ballon à un joueur blanc.
- L'équipe rouge doit alors s'organiser rapidement afin de défendre les deux mini-buts.
- La règle du hors-jeu est appliquée.

Remarque : L'entraîneur doit insister sur le fait que l'équipe rouge doit prendre son temps pour construire son attaque. Elle doit déplacer le bloc défensif adverse sur la largeur et sur la profondeur.

Variante(s)

- Ajouter un second joueur joker pour faciliter l'attaque placée mais aussi l'attaque rapide.
- Agrandir ou réduire l'espace de jeu en largeur.



Les 30 derniers jours : Pourquoi les entraîneurs gagnent ou perdent leur vestiaire ?

Un entraîneur ne perd presque jamais son vestiaire le jour où les résultats basculent. Souvent, il l'a perdu plusieurs semaines avant mais personne ne le voit encore. Les 30 derniers jours d'un cycle qu'il s'agisse de la fin de saison, des semaines avant un mercato décisif ou d'une séquence de résultats négatifs agissent comme un révélateur. Ils ne créent rien. Ils développent ce qui était déjà là, latent, invisible à l'œil.

A – Les derniers jours ne créent rien : Ils révèlent tout ?

En fin de saison, la fatigue émotionnelle s'accumule celle qui ne se voit pas dans les bilans physiques, mais qui ronge la disponibilité relationnelle de chaque joueur. La charge mentale devient défaillante : les possibles changements de club, les enjeux individuels de fin de saison saturent les esprits bien avant que le sujet ne soit officiellement sur la table.

C'est dans cet espace que les frustrations liées au temps de jeu, aux statuts et aux décisions d'effectif remontent à la surface. Un milieu de terrain qui avait accepté sa mise sur le banc en janvier la vit très différemment en avril. Non parce que la situation a changé, mais parce que sa capacité à l'absorber s'est érodée.

Les egos, eux, n'ont jamais disparu. Ils avaient simplement trouvé un équilibre fonctionnel dans la routine sportive. Dès que cet équilibre se défait, résultats en berne, incertitudes sur l'avenir du groupe, sentiment d'injustice persistant, les hiérarchies informelles se réactivent. Les leaders négatifs reprennent de l'espace.

B – Les micro-fractures qui annoncent la perte du vestiaire

Il n'existe pas de perte de vestiaire brutale. Ce qui ressemble à une rupture soudaine est presque toujours le point de saturation d'une accumulation silencieuse. Et cette accumulation se lit dans des signaux que beaucoup d'entraîneurs perçoivent mais que trop peu savent interpréter à temps.

Le premier signal est communicationnel. La communication se refroidit : les échanges spontanés entre staff et joueurs diminuent en qualité avant de diminuer en quantité. Un attaquant qui commentait librement les séances se cantonne désormais au strict nécessaire. Ce n'est pas de la timidité, c'est du retrait. La différence est capitale.



Le deuxième signal touche à la lisibilité des décisions. Dès que les choix de l'entraîneur cessent d'être « lisibles », même pour les joueurs qui ne les contestent pas ouvertement, la crédibilité commence à s'éroder. Non pas sur les grandes décisions tactiques, mais dans les détails : un changement de positionnement à l'entraînement non expliqué, une titularisation qui contredit les discours de la semaine, une règle appliquée de façon sélective.

Le langage corporel, enfin, est un indicateur précoce et fiable. La baisse des interactions spontanées, regards évités, absence de plaisanteries dans les couloirs, corps tournés vers l'extérieur lors des rassemblements précède toujours de plusieurs semaines les premières tensions explicites.

C - Pourquoi certains entraîneurs deviennent plus forts dans les moments critiques

Si la pression révèle les fragilités des groupes mal construits, elle révèle tout autant la solidité des entraîneurs qui ont travaillé leurs fondamentaux relationnels avec rigueur. Ces entraîneurs ne « gèrent » pas mieux la crise. Ils ont simplement moins de crise à gérer, parce qu'ils ont réduit les terrains fertiles à son développement.

La cohérence comportementale est la première de ces ressources. Un entraîneur qui réagit de la même façon à la victoire et à la défaite, qui maintient ses standards relationnels dans les périodes de doute, envoie un signal de stabilité que le groupe intègre inconsciemment. La justice perçue est la deuxième ressource. Que le joueur comprenne pourquoi il ne joue pas. Que la règle s'applique à tous de la même façon. Que les décisions difficiles soient assumées directement, en face à face, sans délégation au staff ou à l'intermédiaire. Les échanges individuels constituent le troisième pilier. Les entraîneurs qui maintiennent des conversations régulières et substantielles avec chaque joueur, pas des briefings tactiques, mais des échanges sur le ressenti, les attentes, la trajectoire disposent d'un capital de confiance qui tient dans les moments difficiles. Ce capital ne s'improvise pas à J-3 d'une décision importante. Il se construit dans les semaines calmes.

L'autorité réelle, enfin, se construit davantage dans l'accumulation des comportements quotidiens que dans les discours de vestiaire. Les entraîneurs qui maîtrisent les détails, la ponctualité de leurs propres engagements, la qualité de leur attention aux signaux faibles, la précision de leurs retours ont une crédibilité que les grands discours ne peuvent pas compenser.

C - Applications sur le terrain

La question n'est pas de savoir comment « sauver » un vestiaire dans les 30 derniers jours. C'est la mauvaise focale. La question pertinente est : comment utiliser cette



période de révélation pour lire avec précision ce que le groupe indique réellement sur la qualité du management de l'ensemble du cycle ?

1 - Questions à se poser dans les 30 derniers jours

Que dit le langage corporel du groupe, pas en match, mais à l'entraînement, dans les moments informels ? Qui ne parle plus, non pas les joueurs naturellement silencieux, mais ceux dont le retrait est un changement ? Qui influence réellement le vestiaire en dehors des moments formels, et dans quel sens ? Quelles frustrations circulent sans jamais être formulées devant le staff ?

Ces questions ne sont pas une checklist de crise. Ce sont des outils de lecture permanente que les coachs doivent apprendre à utiliser bien avant que la situation ne se dégrade. La capacité à identifier les signaux faibles se travaille comme n'importe quelle autre compétence d'entraîneur.

2 - Erreurs fréquentes à éviter

Parler davantage quand il faudrait écouter : la tentation, face à une fin de cycle tendue, est d'occuper l'espace communicationnel. Les réunions se multiplient, les discours s'allongent. C'est souvent contre-productif. Un groupe fragilisé a moins besoin d'entendre l'entraîneur que d'être entendu par lui.

Changer brutalement ses règles : modifier les critères de sélection, assouplir les standards disciplinaires ou au contraire les durcir sous la pression, est perçu par le groupe comme un aveu de faiblesse ou d'incohérence. Les deux lectures sont destructrices. Les règles doivent évoluer, mais dans une continuité expliquée jamais sous la pression de l'urgence.

Surcorriger sous pression : l'entraîneur qui sent qu'il perd son groupe a parfois tendance à multiplier les interventions : réunions collectives, échanges individuels forcés, changements tactiques. Cette agitation est lisible pour les joueurs. Elle signale la perte de contrôle plutôt qu'elle ne la corrige. Dans les moments de tension, la maîtrise se communique aussi par la retenue.

Pour conclure

Ce que les 30 derniers jours enseignent, en définitive, ne concerne pas uniquement la gestion de fin de cycle. Ils rappellent que le management en football opère sur une temporalité longue, faite de micro-comportements et d'engagements quotidiens dont la portée ne se mesure qu'a posteriori, sous pression.

Un vestiaire juge moins les grands discours que la cohérence silencieuse observée pendant des semaines. C'est dans cet espace-là : quotidien, discret, exigeant ; que se gagne ou se perd la vraie autorité d'un entraîneur.



Les secrets du leadership de Luis Enrique dans le football moderne

Mai 2025. Le Paris Saint-Germain vient d'éliminer une nouvelle puissance européenne en Ligue des champions. Sur le bord du terrain, Luis Enrique reste presque immobile. Peu d'effusions. Peu de gestes spectaculaires. Son équipe, elle, presse encore, attaque encore, défend encore ensemble. Quelques mois plus tôt, beaucoup expliquaient pourtant que ce PSG manquait de stars capables de faire basculer les grands matchs. Mais quelque chose avait changé. Les attaquants défendaient. Les remplaçants célébraient les efforts invisibles. Le collectif semblait plus fort que les individualités.

C'est probablement là que réside le véritable secret du leadership de Luis Enrique. Son influence ne repose pas uniquement sur ses principes tactiques ou son obsession du jeu de position. Elle repose surtout sur sa capacité à créer une culture collective exigeante.

A - Pourquoi Luis Enrique symbolise le football moderne

Paris Saint-Germain n'a pas recruté Luis Enrique uniquement pour ses idées de jeu. Le club cherchait aussi une figure capable de transformer une culture interne longtemps construite autour des individualités. Depuis ses expériences à Barcelone, avec la sélection espagnole puis au PSG, Luis Enrique s'est progressivement imposé comme un entraîneur à part : exigeant mais cohérent, autoritaire mais moderne, émotionnel mais rationnel.

Contrairement à certains entraîneurs plus conservateurs, il ne sépare jamais : la tactique, le mental, l'émotionnel et la dynamique collective. Chez lui, tout est lié. Son management reflète parfaitement l'évolution du football moderne : les grandes équipes ne gagnent plus seulement grâce au talent. Elles gagnent grâce à leur capacité à maintenir une intensité collective et émotionnelle extrêmement élevée sur la durée.

B - La culture de l'exigence : personne n'est au-dessus du cadre

L'un des fondements du leadership de Luis Enrique est la clarté du cadre collectif. Au PSG, il a rapidement imposé une idée forte : tout le monde défend, tout le monde court, tout le monde participe au pressing. Même les joueurs offensifs les plus talentueux doivent respecter ces principes. Cette exigence ne dépend pas du statut du joueur mais de son implication dans le projet collectif.



L'exemple le plus révélateur reste probablement sa gestion d'Ousmane Dembélé ou encore ses échanges très directs avec Kylian Mbappé sur les efforts défensifs. Luis Enrique utilise régulièrement la vidéo pour confronter les joueurs à leurs comportements réels. Ce mécanisme est fondamental dans le management moderne : le leader ne protège pas les statuts et il protège les standards. Pour les éducateurs, la leçon est essentielle : un cadre devient crédible uniquement lorsqu'il s'applique à tous.

C - Responsabiliser plutôt que contrôler

Contrairement à certains entraîneurs très directifs, Luis Enrique cherche à responsabiliser ses joueurs à l'intérieur du cadre qu'il impose. Ses équipes disposent d'une structure très claire, mais les joueurs conservent une liberté importante dans l'interprétation des situations : déplacements, prises d'initiative, permutations, pressing adaptatif. Ainsi, les joueurs ne deviennent pas simplement des exécutants. Ils deviennent acteurs du projet collectif.

Plusieurs joueurs du PSG ont d'ailleurs expliqué que chaque match était préparé avec des missions extrêmement précises selon l'adversaire. Cette responsabilisation produit deux effets majeurs : une implication émotionnelle plus forte, une meilleure adaptation sous pression.

D - Transformer des individualités en identité collective

Pendant longtemps, le PSG a incarné une accumulation de talents sans véritable cohérence collective. Luis Enrique a progressivement inversé cette logique. Son management repose sur une idée très forte : les individualités doivent renforcer l'identité de l'équipe, jamais l'inverse. Ce changement culturel se voit particulièrement dans le comportement sans ballon des joueurs offensifs : courses défensives, replis, pressing coordonné, agressivité collective à la perte.

Luis Enrique valorise énormément les comportements invisibles : fermer une ligne de passe, déclencher le pressing, faire un appel sans recevoir le ballon, défendre pour un partenaire. Cette valorisation des tâches invisibles modifie profondément les dynamiques de vestiaire. Elle réduit progressivement les logiques individualistes. Pour un coach, c'est une idée extrêmement puissante : ce que vous valorisez finit toujours par devenir la culture de votre équipe.



E - Discipline et liberté : l'équilibre du football moderne

Le football de Luis Enrique repose sur un paradoxe très moderne : plus le cadre collectif est fort, plus les joueurs peuvent être libres à l'intérieur du système. Cette logique se retrouve dans les attaques placées, les rotations offensives, les sorties de balle, les comportements de pressing. Les principes sont non négociables. Mais l'interprétation appartient aux joueurs. C'est probablement ce qui distingue les grands collectifs modernes : une structure forte, mais une liberté décisionnelle à l'intérieur du cadre. Les éducateurs qui contrôlent excessivement leurs joueurs réduisent souvent leur capacité d'adaptation. À l'inverse, l'absence totale de structure crée du désordre. Luis Enrique cherche constamment cet équilibre.

Le football moderne parle souvent : de pressing, de transitions, de structures offensives, d'intelligence tactique. Mais les grandes équipes se construisent rarement uniquement grâce aux schémas. Elles se construisent surtout grâce à des environnements humains capables de : maintenir l'exigence, stabiliser les émotions, responsabiliser les individus, renforcer le collectif. C'est probablement le plus grand héritage de Luis Enrique. Son leadership rappelle une vérité essentielle du très haut niveau : les systèmes tactiques organisent le jeu, mais les cultures collectives transforment les équipes.



ENTRAINEMENT FOOTBALL PRO



LE JOURNAL NUMÉRIQUE #82

JUIN 2026

**Entraîner la prise d'information
: du principe tactique à la
séance terrain**

**Séance du mois :
Du déséquilibre à la finition :
maîtriser l'attaque placée**

**Les 30 derniers jours : Pourquoi
les entraîneurs gagnent ou
perdent leur vestiaire ?**

**Les secrets du leadership de
Luis Enrique dans le football
moderne**



www.entrainementfootballpro.fr

