

CLÉS DU **SPORT**

Le football



EDITIONS
LUC PIRE

Avec le soutien du Ministère de la Communauté française.

Le football

par Gilles Goetghebuer, Olivier Beaufays et Anna Muratore / Agence Dumas

Nous tenons à remercier Guido de Windt, chef du département communication de l'Union royale belge des sociétés de football-amateur (URBSFA), pour sa relecture attentive.

© Copyright 2005

Texto ASBL – Rue Chauve-Souris 106 – 4000 Liège

MISE EN PAGES ET COUVERTURE Aplanos

ILLUSTRATIONS Peter Elliott

IMPRIMERIE Chauveheid – Stavelot

ISBN 2-87415-564-0

DÉPÔT LÉGAL D/2005/6840/82

P R É F A C E

Mon premier souhait, par la publication de ces livrets, est de contribuer à la relance d'une nouvelle dynamique sportive en Communauté française.

Le sport, dans toutes ses composantes, doit aujourd'hui se situer au cœur de la vie sociale.

Parce que ses bienfaits sont nombreux et ses vertus enrichissantes, la pratique quotidienne du sport doit être encouragée.

C'est précisément l'objet de ces ouvrages : mieux faire connaître pour mieux faire pratiquer.

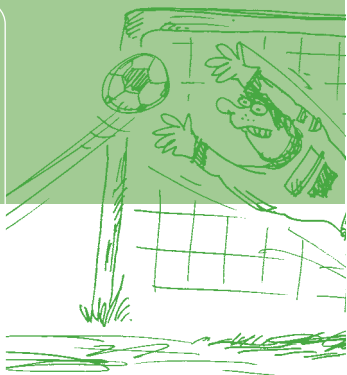
Puissent leur diffusion et leur lecture permettre au plus grand nombre de franchir le premier pas et d'apprécier le plaisir d'une pratique sportive.

Bon sport à tous !

CLAUDE EERDEKENS

*Ministre de la Fonction publique et des Sports
de la Communauté française*


football



**Mon bon
plaisir**

gator

INTRODUCTION





« Un seul sport n'a connu ni arrêts ni reculs : le football. À quoi cela peut-il tenir sinon à la valeur intrinsèque du jeu lui-même, aux **émotions** qu'il procure, à l'intérêt qu'il présente ? »

Pierre de Coubertin,
fondateur des Jeux olympiques
de l'ère moderne

LE FOOT... LE FOOT...
C'EST... COMMENT
DIRE... RHAAAAA!



Le football est considéré comme le « sport roi » presque partout dans le monde et il peut de ce fait exiger pratiquement tout de ses fidèles, à la manière des monarques de jadis à qui il suffisait de dire : « Tel est mon bon plaisir. » Comment expliquer cette dévotion ? Le football possède plusieurs caractéristiques qui le rendent exceptionnel dans la palette des activités sportives. D'abord, c'est un des seuls sports où la meilleure équipe sur le terrain n'est pas forcément récompensée par la victoire finale. Il règne toujours une part d'imprévisible qui nourrit la fascination. Le foot est aussi un sport de stratégie. Et ce mélange de rigueur quasiment militaire et d'aléatoire forme la trame d'un récit toujours étonnant. Le football permet aussi l'expression des plus extraordinaires talents : Pelé,



Maradona, Zidane, etc. Chaque époque possède ses génies dont les créations sont ensuite copiées à l'instar des grands artistes. Enfin, il faut admettre une dernière explication à cette hégémonie footballistique : le foot rend bavard. On parle plus volontiers d'un match de Coupe d'Europe que d'une finale olympique du 100 m ou d'une rencontre de tennis. Il y a tant de choses à dire !



football

chapitre



*Les grandes batailles
de l'histoire*

historique

HISTORIQUE

L'histoire du foot se construit au fil des stratégies imaginées par les grandes équipes : le **kick and rush** écossais, le **WM** anglais, le « tourbillon » autrichien, le « verrou » suisse, le **catenaccio** italien, le **futebol alegria** brésilien, le **totaal voetbal** hollandais, etc.

Petit survol historique.



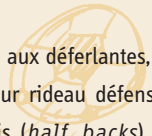
Les livres sur l'histoire du foot font souvent naître le sport dans la Chine impériale, il y a 3 500 ans. Le football se serait alors propagé en Asie et, par l'actuelle Corée du Nord, aurait atteint le Japon où l'on a d'ailleurs conservé la tradition du jeu de *kémari*, une sorte de football en habits de soie que l'on pratique à la cour depuis 1 400 ans. D'autres historiens trouvent des points de repère géographiquement plus proches de nous, que ce soit dans la Grèce antique (football = *épiskiros*), dans la Gaule romaine (*harpastum*) ou dans toutes les versions médiévales d'affrontements souvent violents où il s'agissait de ramener la *belen*, une vessie de bœuf remplie de foin sur le parvis du village : la *soule* en Bretagne, la *choule* en Normandie, la *souille* en Belgique.

En Italie, une version plus élaborée du sport a vu le jour à Florence. Le *gioco del calcio* (jeu du coup de pied) n'avait pas la réputation sulfureuse de la soule qui lui avait d'ailleurs valu d'être interdite un peu partout au début du XIV^e siècle. Au contraire, il était pratiqué par la haute société et l'on sait que les futurs papes Clément VIII, Léon XI et Urbain VIII ne dédaignaient pas se coltiner avec leurs frères de robe. Le jeu était déjà relativement complexe avec un terrain bien délimité (50 m x 100 m) et

des rôles bien définis pour chacun des 27 joueurs de l'équipe. Certains auteurs (surtout parmi les Italiens) affirment que le *gioco del calcio* est à l'origine de notre football. D'autres (surtout parmi les Anglais) soutiennent que sa véritable naissance remonte aux années 1820 dans les collèges anglais. Ainsi, tout le monde a entendu parler du fameux William Webb Ellis qui, lors d'un match en 1823, prit la balle à la main et courut vers le but adverse. Classiquement, on décrit son déboulé comme le geste fondateur du rugby. Mais on pourrait en dire tout autant pour le football puisqu'en définitive, il a aidé à la scission des jeux de mains et de pieds. Il faudra néanmoins attendre 1848 pour qu'une distinction précise entre foot et rugby voie enfin le jour avec l'édition des « 14 règles de Cambridge ». À l'époque, il y avait déjà onze joueurs par équipe et le jeu consistait à taper une balle en caoutchouc entre deux perches verticales distantes de 4,57 m. Une tactique assez rudimentaire consistait à lancer tous les joueurs à l'attaque, sauf un que l'on jugeait opportun de garder entre les perches, mais qui ne pouvait pas utiliser ses mains ni sortir de sa zone. Les matchs se résumaient à une série de sprints par allers et venues entrecoupés de charges viriles, à l'origine du célèbre *kick and rush* qui a longtemps inspiré le football anglais. Certes, le jeu manquait un peu de subtilité. Mais n'ou-

blions pas qu'à l'époque, le règlement interdisait la passe en avant comme dans le rugby actuel. La transformation de cette règle en 1866 permit progressivement l'élaboration de tactiques plus subtiles. Pour faire face aux incursions de plus en plus rapides des attaquants, les équipes se virent contraintes de renforcer leur défense. En 1871, toujours dans l'optique d'équilibrer les forces, on autorise le gardien à utiliser ses mains. Cette décision prête à des actions déjà spectaculaires qui permirent au football d'essaimer plus facilement sur le continent. Des matchs internationaux furent même organisés qui assirent pendant longtemps la suprématie des équipes britanniques. Ces affrontements favorisèrent l'expression de nouvelles stratégies ainsi qu'on le découvre dans ce court survol d'un siècle de grandes batailles.





Pour faire face aux déferlantes, les Écossais prirent l'initiative de doubler leur rideau défensif avec deux arrières (*full backs*), trois demis (*half backs*) et toujours cinq avants. Ce système « pyramidal » servit longtemps de référence, notamment pour l'attribution des numéros sur le terrain. À l'époque, l'équipe de Nottingham Forest s'imposait comme la référence dans le petit monde des théoriciens du ballon rond.

Le système pyramidal recèle néanmoins une faille importante : l'attaque par le centre. L'Écossais Johnny Hunter de Motherwell eut alors l'idée lumineuse d'une défense en miroir avec trois hommes devant le gardien et deux dans le milieu du jeu. Bien sûr, cette disposition délestait un peu l'entrejeu, mais il résolut le problème en demandant à deux des cinq avants de reculer un peu pour servir de relais.

Herbert Chapman, le manager d'Arsenal, adopta l'idée, ce qui permit à son club d'enlever trois fois le titre de champion d'Angleterre (1935, 1936, 1937). Le dispositif prit alors le nom *WM*, ces lettres marquant la place des joueurs sur le terrain.

Évidemment, lorsque deux équipes pratiquant le *WM* s'affrontaient, l'emboîtement était si parfait que chaque joueur se

trouvait flanqué du même adversaire pendant toute la durée de la partie. C'est ainsi que la notion de WM devint rapidement inséparable de celle de marquage individuel et les matchs se transformèrent bientôt en une série de onze combats individuels. À moins de posséder des dribbleurs géniaux, on pouvait difficilement se sortir d'un tel pétrin.

Les Autrichiens découvrirent une autre solution grâce à des joueurs athlétiques qui profitaient de l'attachement aveugle des défenseurs pour les emmener très loin de leurs bases et les semer ensuite par des appels en profondeur. Cette tactique fut baptisée le « tourbillon autrichien ».


Les défenseurs choisirent alors de ne plus se dégarnir sottement et optèrent progressivement pour une défense de zone en lieu et place de l'ancien marquage individuel.

Certaines équipes prirent des options plus radicales encore, comme rappeler certains avants vers la ligne défensive. C'est ainsi que naquit la stratégie du « verrou suisse » (en allemand : *Riegel*) imaginée par Karl Rappan alors qu'il était joueur-entraîneur au Servette de Genève en 1932. Grâce à elle, le club

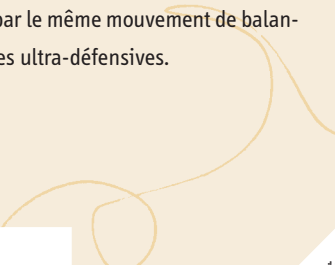
remporta trois titres d'affilée. Elle fut ensuite adoptée aux Grasshoppers de Zurich puis un peu partout en Suisse. A défaut d'être spectaculaire, ce dispositif permettait de bien tenir le coup, même contre des équipes techniquement plus fortes.

Nous en étions là des schémas tactiques lorsque le 25 novembre 1953 se produisit un événement qui bouleversa l'histoire du football. Ce jour-là, la vénérable équipe d'Angleterre se fit exécuter par la Hongrie sur le score de 3-6 devant son public de Wembley. Cette première défaite chez eux face à une équipe continentale eut pour les Britanniques l'effet d'un électrochoc. En réalité, les Anglais avaient été victimes d'un nouveau dispositif que l'on désigne par la formule 4-2-4. Ils demandèrent évidemment une revanche. Mais, lors du match retour au Népstadion de Budapest, ils prirent une volée encore plus retentissante (7-1) qui mit pratiquement fin aux vingt ans de règne du WM en Europe. L'histoire n'a pas retenu les noms de Marton Bukovi et Gustav Szebes, managers de l'équipe hongroise, et pourtant leur influence sur l'évolution du football des années soixante allait être décisive. Par ce coup de génie, ils avaient redonné la prédominance à l'attaque. Le football est passé alors par une époque bénie qui fit beaucoup pour sa popu-

larité. Grâce au 4-2-4, on marquait des goals à la pelle et l'on inventait des combinaisons incroyables pour déjouer les défenses. En ce temps-là, il n'était pas rare que les matchs se terminent sur des scores fleuve. On se souvient de quelques résultats célèbres en finale de la Coupe des clubs champions : Real de Madrid-Reims (4-3 en 1956) ; Real De Madrid-Francfort (7-3 en 1960) ; Benfica-Real de Madrid (5-3 en 1961), etc.



Sur le plan international, qui ne se souvient pas du génie des joueurs brésiliens : Pelé, Vava, Jairzinho, Garrincha, etc. ? Ce *foot samba* reposait sur les principes du jeu en un temps, ultra-rapide, avec un travail constant de démarquage, de repli et des appuis fréquents entre partenaires. À chaque fois qu'un joueur donnait une passe, il lui fallait se placer pour recevoir une passe en retour. Les Brésiliens parvenaient ainsi à confisquer le ballon pendant toute la durée du match. Mais bientôt les équipes du vieux continent en eurent assez de se faire humilier et, comme l'histoire est toujours animée par le même mouvement de balancier, on opta pour des initiatives ultra-défensives.



En 1960, l'entraîneur de l'Inter de Milan, Helenio Herrera inventa le (tristement) célèbre *catenaccio* en rappelant un joueur devant son gardien. Ce faisant, il abandonnait effectivement l'initiative du jeu à l'adversaire mais lui coupait radicalement l'accès à ses buts. L'homme rappelé en soutien fut rapidement surnommé *libero* car, contrairement aux autres arrières tenus à la garde d'un adversaire ou d'une zone, il était libre d'aller et venir avec pour seule mission de colmater les brèches. La création de ce poste déforçait évidemment l'entrejeu et, pour marquer tout de même, l'équipe comptait sur les raids d'avants ultrarapides comme le célèbre Mazzola. Le *catenaccio* permit d'ailleurs à l'Inter de se bâtir un solide palmarès, à défaut de prestigieux résultats car les victoires étriquées donnaient toujours l'impression d'avoir été volées. Ce succès n'en inspira pas moins l'équipe d'Italie qui se mit au diapason pour remporter le Championnat d'Europe des nations en 1968. Deux ans plus tard, lors de la finale de la Coupe du monde à Mexico en 1970, le *catenaccio* italien fut toutefois balayé par le *futebol alegria* brésilien (4-1).

Le rôle de *libero* avait été imaginé dans un but uniquement destructeur. Il allait pourtant évoluer grâce à un joueur alle-

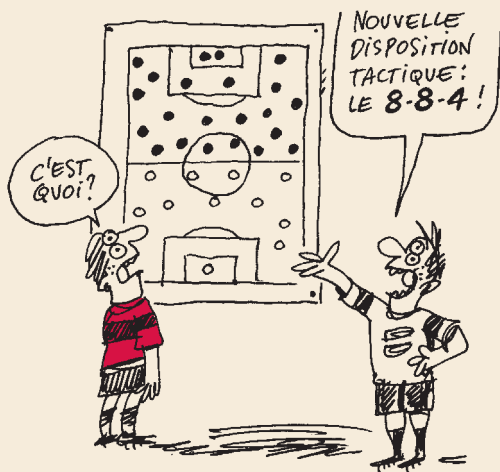
mand, Franz Beckenbauer, dont le principal mérite fut d'en faire un artisan majeur non seulement de la récupération, mais également de la relance et même de la finition. Une technique hors du commun lui permettait d'effacer rapidement un adversaire et d'aviser prudemment de l'usage qu'il ferait du ballon. On disait de lui qu'il jouait en marchant !

D'autres joueurs-clés marquèrent cette époque comme Stile Nobby en équipe d'Angleterre victorieuse de la Coupe du monde 1966. Son coach, Ramsey, lui avait confié une mission comparable à celle du *libero* mais devant sa défense pour ne pas déforcer l'entrejeu. Il inventait ainsi le poste de *sweeper* (balayeur). En français, on utilise plutôt des expressions comme « râtisseur », « pare-chocs » ou « essuie-glace ».

Un autre joueur-clé a marqué les années septante de son empreinte : Johan Cruijff. Initialement au poste d'avant-centre, on le retrouvait en fait partout sur le terrain, parfois même au poste de gardien de but. Dans son club de l'Ajax Amsterdam ou en équipe nationale, son nom reste associé au *totaal voetbal* (littéralement : football total) qui brouillait complètement les schémas tactiques trop rigides. Sur le papier, les équipes se

présentaient en une disposition 4-3-3 qui prenait toutes les formes en cours de partie. Le *pressing* impliquait de harceler constamment l'adversaire.

La Belgique participa aussi à la construction du football moderne en cultivant notamment la tactique du hors-jeu qui lui permit par exemple d'arriver en finale de la Coupe d'Europe en 1980 et de disputer toutes les Coupes du monde depuis 1982.



Aujourd'hui, les dispositions tactiques vraiment innovantes sont plus rares. La prudence a repris ses droits et la plupart des équipes optent pour une disposition pleine de sagesse, avec seulement deux attaquants. Peut-on s'attendre prochainement à l'émergence d'une nouvelle école ? Oui, si l'on s'en tient à la périodicité des changements. En moyenne, les systèmes durent



▶

Jeu sans frontières

Le football franchit les frontières à la fin du XIX^e siècle sous l'influence britannique. La première fédération hors empire est celle du Danemark, créée en 1889. La fédération italienne naît la même année, celle d'Allemagne en 1900. En Amérique du Sud, la première fédération est celle d'Argentine en 1893. Ce sera le tour du Brésil en 1914. Les autres continents suivent le mouvement généralement dans la première moitié du XX^e siècle, le Japon en 1921 et la Corée en 1928, le Nigeria en 1945, l'Australie en 1961, etc. Très tôt, la multiplication des rencontres internationales donna l'idée à quelques dirigeants audacieux de créer une fédération mondiale. Deux hommes en particulier, le Français Robert Guérin et le Hollandais C.A.W. Hirschmann entrèrent en contact avec les organismes qui

entre vingt et trente ans, que ce soit le *kick and rush* (1890-1910), la « pyramide » (1910-1930), le *WM* (1930-1950), le 4-2-4 (1950-1970) ou le 4-3-3 ou le 4-4-2 (de 1970 à aujourd'hui). La seconde partie des années 2000 pourrait donc bien coïncider avec de nouvelles dispositions tactiques. À suivre.

géraient le sport du ballon rond dans les pays voisins et prirent l'initiative de les réunir à Paris. C'est ainsi que naquit le 21 mai 1904, la Fédération internationale de Football Association (Fifa) dont les sept premiers membres étaient la France, les Pays-Bas, la Belgique, la Suisse, le Danemark, la Suède et l'Espagne. Dès le lendemain, l'Allemagne allait s'associer par télégramme aux fédérations fondatrices. L'Angleterre ne s'y rallia qu'en 1905, puis se retira une première fois en 1920, et de 1928 à 1945, car elle voyait d'un mauvais œil lui échapper sa mainmise exclusive sur le football mondial. Mais l'universalisation était inéluctable. Aujourd'hui la Fifa compte 204 membres, ce qui en fait l'une des associations les plus représentatives sur le plan international. C'est dire combien le football s'est affirmé comme le véritable espéranto des temps modernes.

football

chapitre



*À vous de jouer,
Mesdames !*

diagramme

D I S C I P L I N E S

Chez nous, le football est souvent considéré comme un sport essentiellement masculin.

Ailleurs dans le monde, la **situation** est toute différente.



Le succès du football féminin viendra peut-être des États-Unis. Là-bas, ce sport connaît un engouement formidable grâce notamment à l'adoption d'une loi, le Title IX, qui, en 1972, instaurait le principe d'égalité dans l'attribution des bourses universitaires sportives entre les deux sexes. Les filles se sont approprié le *soccer* jugé trop peu viril par les garçons en comparaison de leur football américain. Dans la foulée, elles sont parvenues à obtenir des résultats internationaux là où les garçons avaient toujours échoué. Elles remportèrent notamment la Coupe du monde 1999 aux États-Unis, à l'issue d'une finale jouée à guichets fermés devant 85 000 spectateurs. En Europe, le football féminin a plus de mal à percer. Populaire en Scandinavie, il trouve plus difficilement sa place dans des pays comme la Belgique et la France. Cette discipline a pourtant connu ses heures de gloire au début du XX^e siècle. Les femmes jouaient au foot à l'issue d'une Première Guerre mondiale durant laquelle elles n'avaient pas seulement remplacé les hommes dans les usines mais aussi sur les terrains de sport. Ce succès n'a malheureusement pas duré. Beaucoup de médecins, de journalistes, d'éducateurs, parfois même des sportifs, se sont déchaînés contre la pratique d'une discipline jugée trop violente. On usa d'arguments esthétiques (le foot enlaidit), d'arguments médi-

caux (le foot virilise) et enfin moraux (le foot éloigne la femme de ses tâches ménagères). Certains sont allés jusqu'à prétendre que la pratique du football condamnait les femmes à la stérilité. En réalité, la question était avant tout de nature économique, et le chômage massif lors de la grande crise des années vingt servit d'argument de poids pour prôner un retour des femmes au foyer. Ainsi, le football féminin disparut complètement à la fin des années trente pour réapparaître trente ans plus tard avec le retour en force du mouvement féministe et la généralisation de la mixité à l'école (qui permettait un meilleur partage des jeux entre filles et garçons). Aujourd'hui, les fédérations ont intégré le football féminin en leur sein. Il ne manque plus que le public, les médias et les sponsors.





football

chapitre



Les accidents de travail

carte



SANTÉ

Dans le football moderne, on doit absolument tenir compte de la **spécificité** de chaque poste pour ajuster la préparation physique et prévenir les éventuelles blessures.



Un match de football dure 90 minutes. Mais si l'on tient compte du temps de jeu effectif, la partie se trouve réduite à 60 minutes, au cours desquelles le joueur ne court que 20 à 40 % du temps, soit 12 à 24 minutes pour un déplacement de 10 km environ dont 1 000 m parcourus en sprintant. Tout cela varie aussi selon les postes. Dans le football moderne, il semble que les défenseurs latéraux soient ceux qui font le plus de kilomètres et que les attaquants sont ceux qui sprintent le plus. Il faut tenir compte de tous ces facteurs au moment de discuter de la traumatologie du sport car évidemment les blessures dépendent beaucoup de l'état de fatigue générale. On remarque ainsi que le nombre de sprints courts (10-15 m en 2-3 secondes) est passé de 70 en 1947 à 145 en 1970 et à plus de 200 de nos jours. Voilà qui explique en partie la fréquence des blessures. Ainsi, on recense en moyenne 7,9 blessures pour mille heures d'entraînement. Pour mille heures de match, ce chiffre grimpe à 29 blessures avec des fortes variations d'un pays à l'autre. Les championnats hollandais (39/1000) et anglais (44/1000) tirent les chiffres à la hausse alors que les joueurs français (16/1000) sont nettement moins concernés. Comment expliquer cette disparité ? L'arbitrage jouerait un grand rôle. Le foot fait plus de victimes dans les pays du nord de

l'Europe où l'on privilégie l'engagement physique que dans les pays du sud qui, traditionnellement, valorisent la technique. Enfin, apprenez qu'en moyenne, les joueurs subissent deux blessures mineures en cours de saison pour une blessure grave tous les trois ans. Un peu plus de deux tiers de ces blessures surviennent dans les chocs pour un tiers environ en dehors de tout contact. Dans la majorité des cas, c'est, bien sûr, le membre inférieur qui trinque. Entorses, claquages, déchirures : on retrouve toute la traumatologie classique des sports de course et de contact. Mais certaines affections sont spécifiques au foot. La cheville, par exemple, subit des contraintes importantes surtout au niveau de l'os (appelé astragale) qui coulisse dans la pince réalisée par le tibia et le péroné et qui subit de véritables coups de marteau lors du shoot pied tendu. Le cartilage s'abîme et, plus ou moins rapidement, on assiste à une réaction d'arthrose avec constitution de véritables ponts qui vont limiter l'amplitude articulaire. La « cheville du footballeur » constitue une entité clinique et radiologique bien connue des médecins du sport. Le genou se trouve encore en première ligne. Une étude suisse réalisée sur 98 anciens joueurs de haut niveau âgés de 40 à 74 ans a montré que 40 % d'entre eux présentaient des signes d'arthrose.



Poursuivons ce tour d'horizon des pathologies par un petit mot à propos d'une affection qui plane comme un spectre au-dessus de la tête de chaque pratiquant : la pubalgie. On désigne par ce terme un phénomène d'inflammation des tendons des muscles adducteurs de la cuisse au niveau de leurs insertions sur le bassin. Il faut dire que ces structures sont sollicitées violemment à chaque fois que l'on tire brusquement une jambe vers l'avant. Pour éviter les lésions, il convient alors de renforcer les muscles abdominaux et dorsaux, corriger des éventuelles inégalités de longueur des membres inférieurs et pratiquer des étirements à l'issue de chaque match ou séance d'entraînement. Malgré cela, il arrive trop souvent que la pubalgie frappe le joueur, le condamnant à une longue indisponibilité.

Le saviez-vous ?

Contrairement à l'idée reçue, ce ne sont pas les derniers matchs du championnat qui occasionnent le plus de blessures, mais les premiers. Méfiance donc au moment de la reprise !

Un asile de foot

Le phénomène est relativement peu connu mais la répétition des chocs sur la tête peut avoir des conséquences neurologiques chez les joueurs de foot. Même au niveau amateur, on constate que la moitié d'entre eux en a subi au moins un, parfois plusieurs, en cours de carrière : collisions avec d'autres joueurs, chocs sur les poteaux du but ou simplement répétitions des têtes. À long terme, ces commotions ne sont pas anodines. Ainsi, une étude hollandaise a révélé que 39 % de ces footballeurs éprouvaient des difficultés de planification des tâches et 27 % d'entre eux de sérieux troubles de la mémoire. Bien sûr, ces chiffres ne doivent pas nous pousser à désaffecter les pelouses. Seulement à considérer avec beaucoup de sérieux les éventuels signes de commotions : regard perdu, gestes désordonnés, déplacements bizarres. À chaque traumatisme cérébral, il faut observer également une période incompressible d'au moins une semaine de repos, de façon à ce que les symptômes s'estompent et disparaissent sans laisser d'effets secondaires. On évitera ainsi cette spirale de mini-traumatismes répétés, sans rémission entre chacun d'entre eux, à l'origine de troubles neuropsychologiques.

football

chapitre



***Le ballon nouveau
est arrivé***

matériel

M A T É R I E L

« Je continue de jouer au football, mais le terrain me paraît de plus en plus grand et le ballon de plus en plus lourd », reconnaissait Michel Platini à la fin de sa carrière. Pourtant, les nouveaux **ballons** n'ont jamais été aussi légers.



Le ballon

La loi II du jeu de football précise les critères auxquels doit répondre un bon ballon de football. Il doit être sphérique, d'un poids de 396 à 453 g et d'une circonférence de 68 à 71 cm lorsqu'il est gonflé à 0,6-0,7 atmosphères. Jusqu'en 1974, le ballon était en cuir, puis la peau a été abandonnée au profit de matières plastiques plus résistantes à l'abrasion qui permettent d'obtenir toujours le même poids. Les ballons bas de gamme sont réalisés en PVC. Pour les produits intermédiaires, on utilise un mélange



de PU-PVC. Pour le haut de gamme, on trouve du polyuréthane. Différentes couches de mousse permettent alors de mieux répartir les chocs, recouvertes par une couche de tissu permettant d'en préserver la forme. L'ensemble est finalement collé avec du latex naturel qui préserve pression et légèreté.

Les chaussures

En toile de fond de la prestation des équipes se trament évidemment d'énormes enjeux commerciaux qui opposent les gros industriels du secteur à la conquête d'un marché de 200 millions de consommateurs. Un chiffre à multiplier par deux puisque la plupart des joueurs doivent posséder deux paires de chaussures : l'une avec des crampons vissés (inventés par Adidas en 1954) pour les terrains gras, l'autre avec des crampons moulés pour les terrains durs. Notez qu'on trouve actuellement des modèles intermédiaires dont la semelle pourvue d'encoches permet d'évoluer sur presque tous les types de terrain.

Les maillots

Comparativement aux chaussures et au ballon, les vareuses sont plus ou moins identiques à ce qu'elles étaient au début du XX^e siècle. Certes, les matériaux ont changé. La laine épaisse a

laissé la place au coton vers 1910, puis aux fibres synthétiques à partir de 1960. On remarque aussi des différences mineures dans la coupe, avec la disparition des boutons ou des lacets à l'encolure. Depuis peu, la marque Kappa commercialise aussi des maillots moulants qui rendent plus difficile la faute classique d'antijeu qui consiste à agripper l'adversaire.

Mais tout cela reste très sobre et les stars doivent déployer des trésors d'ingéniosité pour se distinguer de la masse, à l'instar de Crujff qui laissait pendre sa chemise hors du short (ce qui est désormais interdit), Cantona relevant son col ou Tony Cascarino qui joue toujours les bras nus. Les gardiens, eux, jouissent d'une plus grande liberté vestimentaire. Mais là encore, l'excentricité est le fruit d'une adaptation récente des règlements. Jusqu'au début des années quatre-vingt, seule une couleur unie pouvait distinguer leur tunique et encore il fallait impérativement que ce soit le vert, le jaune ou le blanc. Avant 1913, la situation était encore plus cocasse puisqu'ils portaient la même tenue que les joueurs de champs et on les reconnaissait uniquement à leur casquette.

Le terrain

Le terrain est un rectangle d'une longueur de 90 m minimum et de 120 m maximum, d'une largeur de 45 m minimum et 90 m maximum. Pour les rencontres internationales, les restrictions sont plus sévères. La longueur doit être comprise entre 100 et 110 m, la largeur entre 64 et 75 m. En moyenne, les matchs internationaux sont organisés sur des surfaces de 105 m sur 68.

Les buts

Les buts sont situés au centre de chaque ligne de but. Deux montants verticaux de 2,44 m de haut sont reliés par une barre transversale d'une longueur de 7,32 m. Les montants et la barre doivent mesurer la même largeur et la même épaisseur et ne jamais être supérieurs à 12 cm. Peut importe la matière ou la forme. Ils peuvent être en bois ou en métal, de forme carrée, rectangulaire, ronde ou semi-ronde. Mais ils doivent toujours être peints en blanc. Des filets sont fixés aux montants et à la barre transversale ainsi qu'au sol derrière les buts et sur les côtés de telle façon que le ballon ne puisse jamais ressortir.

football

chapitre



Les dix-sept commandements

regles

R È G L E S

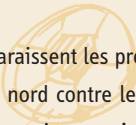
Le football repose sur dix-sept lois écrites et beaucoup d'autres règles tacites, ce qui fait que ce sport conçu comme the **simplest game** par les éducateurs anglais du XIX^e siècle n'est en vérité pas si simple que cela.



En octobre 1848, au Trinity College de Cambridge, une conférence réunissant les représentants de différentes écoles va aboutir au bout de 7 heures et 55 minutes à la publication historique des *Cambridge Rules*. Au nombre de dix, ces premières règles déterminent des éléments-clés du sport comme la dimension du terrain, la largeur des buts, les fautes et le coup franc, et sont à la base du football tel qu'on le pratique aujourd'hui. Elles seront complétées en 1862 pour donner naissance à un *Code des 17 Lois du Jeu* dont l'élaboration repose sur deux principes fondamentaux. Primo : est-ce une règle raisonnable ? Secundo : est-ce une règle juste ? Un siècle plus tard, ces deux questions continuent toujours de nous hanter.

Loi 1 – Le terrain de jeu

Avant 1863, le but est constitué de deux perches verticales distantes de 4,47 m. Mais, lors de la réunion à la Freemasons' Tavern, on fixe une distance de 7,32 m. En 1866, la hauteur des buts est limitée à 5,50 m du sol par une cordelette, puis en 1875, cette hauteur est ramenée à 2,44 m et la cordelette est remplacée par une barre transversale en bois semblable aux piquets, d'abord carrés puis progressivement ronds pour éviter les bles-

sures. En 1891, apparaissent les premiers filets de buts à l'occasion d'un match du nord contre le sud de l'Angleterre. Mais le texte officiel ne les mentionne qu'en 1938. C'est en 1899 que les dimensions du terrain sont fixées à la configuration actuelle : 90 à 120 m pour la longueur, 45 à 90 m pour la largeur.


Loi 2 – Le ballon

Le poids, la pression et la taille du ballon furent définis avant la fin du XIX^e siècle. Mais en vertu du règlement qui stipule que l'objet ne doit pas être dangereux, on a retiré le lacet après la Seconde Guerre mondiale et décidé d'utiliser des matériaux hydrophobes pour éviter que les joueurs se blessent ou s'assomment avec des ballons gorgés d'eau.

Loi 3 – Nombre de joueurs

C'est en 1899 que le nombre maximum de joueurs est fixé définitivement à onze par équipe, dont un keeper (gardien de but). Quant à la possibilité d'effectuer des remplacements, elle est en vigueur depuis 1958 dans les championnats nationaux et 1970 en Coupe du monde. Les membres britanniques de l'International Board furent les plus réticents à cette réforme tardive, estimant que la blessure d'un joueur faisait partie du jeu.

Loi 4 – Équipement des joueurs



Depuis 1871, le gardien doit porter un équipement le différenciant des autres joueurs.

Loi 5 – Arbitre

En 1871, la Football Association officialise la règle du *referee* (arbitre) et des deux *umpires* (juges). En 1878, le sifflet est utilisé par les arbitres, bien qu'il n'en soit pas fait mention dans la Loi. En 1896, l'arbitre a le droit de pénaliser les joueurs de sa propre initiative. Auparavant, il ne pouvait le faire que si le capitaine de l'autre équipe faisait appel à lui. En 1903 apparaît la règle de l'avantage.

Loi 6 – Juges de touche

Rôle des deux juges de touche précisé en 1891. De *umpires*, ils deviennent *linesmen* (juges de touche) et se cantonnent dans un rôle annexe sur le bord du terrain. Avant cela, ils évoluaient eux aussi sur la pelouse avec l'arbitre et les joueurs.

Loi 7 – Durée de la partie

C'est en 1896 que la durée de la partie est fixée à 90' (deux périodes égales de 45') plus les arrêts de jeu. La Loi n'a jamais rien mentionné pour ce qui concerne toute forme de prolongation éventuelle visant à désigner le vainqueur lorsque le score est nul. Ces décisions sont à charge de celui qui organise la compétition. Même chose pour les tirs au but. D'ailleurs, une élimination à l'épreuve des penalties n'est pas considérée comme une défaite dans les palmarès. Un tir réussi ne doit pas non plus être comptabilisé dans le classement des buteurs.

Loi 8 – Coup d'envoi

Depuis 1875, on change de camp à la mi-temps. Une précision toutefois : depuis 1886, le coup d'envoi doit obligatoirement être donné vers l'avant. Beaucoup de joueurs ignorent cette loi.

Loi 9 – Ballon en jeu ou hors du jeu

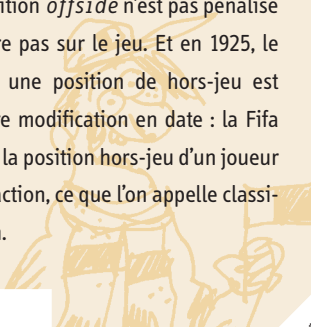
En 1895, il est précisé que le ballon tout entier doit avoir traversé la ligne de touche ou de but pour être hors du jeu. Un ballon reste donc jouable même si la surface de contact avec le sol se trouve légèrement hors de la ligne de jeu. Là encore, cette règle est mal connue du grand public et des pratiquants.

Loi 10 – But marqué

Pour qu'il y ait but, le ballon doit passer entièrement la ligne de but. Au cours de l'histoire, aucune modification n'a été apportée à cette loi, très simple il est vrai.

Loi 11 – Hors-jeu

La loi a été intronisée en 1863 afin de rendre plus difficile l'accès au but. Un joueur est hors-jeu s'il est plus près de la ligne de but adverse que le ballon au moment précis de la passe en avant. Mais cela ne compte pas sur coup de pied de but, rentrée en touche, balle à terre et, depuis 1873, sur corner. En 1866, les choses se compliquent un peu. Une exception à la règle stipule que le joueur n'est pas hors-jeu s'il y a au moins trois adversaires plus rapprochés que lui de leur propre ligne de but. En 1907, le joueur n'est plus hors-jeu s'il se trouve dans sa propre moitié de terrain. En 1924, le joueur en position *offside* n'est pas pénalisé si l'arbitre estime qu'il n'interfère pas sur le jeu. Et en 1925, le nombre d'adversaires annulant une position de hors-jeu est ramené de trois à deux. Dernière modification en date : la Fifa recommande de ne plus signaler la position hors-jeu d'un joueur qui n'influence pas le cours de l'action, ce que l'on appelle classiquement un hors-jeu de position.



Loi 12 – Fautes et incorrections

La faute de main volontaire est mentionnée dès 1866. Le gardien déroge à cette loi en 1871. Puis il perd ce droit en dehors de la surface de réparation en 1913. En 1895, les crocs-en-jambe sont sanctionnés. Les charges sont toujours permises à condition qu'elles ne soient ni violentes ni dangereuses. En 1914, le fait de frapper intentionnellement un adversaire est mentionné comme infraction au fair-play. En 1951, l'obstruction devient une faute passible d'un coup franc indirect.

Loi 13 – Coups francs

Cette loi détermine deux grandes catégories : le coup franc direct (déjà mentionné dans les Règles de Cambridge en 1848) et le coup franc indirect (depuis 1886).

Loi 14 – Coup de pied de réparation

Le penalty est instauré en 1891 pour les fautes intentionnelles commises à moins de seize mètres de la ligne de but. Sanction étendue pour les fautes de main volontaires en 1899. Au début, le gardien ne doit pas se tenir sur sa ligne de but et peut s'approcher jusqu'à six mètres du ballon, comme au handball. En 1905, on l'oblige à rester sur sa ligne. À partir de 1929, il

doit même être immobile jusqu'au moment où le penalty est tiré. Cette dernière disposition – impossible à faire respecter – a été annulée depuis lors.

Loi 15 – Rentrée en touche

Depuis 1882, on lance la balle à deux mains sur rentrée en touche. Auparavant, celle-ci se faisait à une main et dans une direction forcément perpendiculaire à la ligne de touche, comme au rugby.

Loi 16 – Coup de pied de but

Jusqu'à tout récemment, un but ne pouvait être marqué sur coup de pied de but. Cette action de jeu, très rare il est vrai, sera néanmoins validée en 1997.

Loi 17 – Coup de pied de coin

Apparition du corner en 1873. On peut marquer directement sur corner depuis 1927.



Idées noires

Devant le pauvre spectacle de la Coupe du monde disputée en 1990, la Fifa décida de mener certaines réformes. Elle créa notamment en 1992 la *Task Force 2000*, une cellule de réflexion chargée d'étudier les différentes orientations susceptibles de donner un nouveau souffle au football offensif et d'endiguer l'anti-jeu et les fautes violentes. Plusieurs innovations ont été apportées au cours des quinze à vingt dernières années. Citons en vrac le port obligatoire des protège-tibias (1990) ; l'exclusion systématique en cas de faute volontaire sur un action décisive de but (1991) ; l'interdiction pour le gardien de prendre en main une passe volontaire du pied de l'un de ses joueurs (1992) ; la liberté donnée au gardien de remettre en jeu le ballon sorti derrière la ligne de but de n'importe quel côté du petit rectangle (1992) ; la suspension automatique du joueur pour le match suivant après deux cartes jaunes ou une rouge (1994) ; l'autorisation d'un troisième remplacement (1995) ; le golden goal (1996) ; la limitation à cinq ou six secondes de la durée maximale autorisée pour le dégagement du ballon par le gardien (1997), l'interdiction pour lui de prendre en main une rentrée de touche (1997), etc.

football

chapitre



*Le juste
geste*

techniques

T E C H N I Q U E S

Les meilleures stratégies ne seraient rien sans le talent de ceux qui sont capables de puiser dans une **panoplie** de gestes techniques dont voici les quelques rudiments essentiels.



Intérieur du pied

On utilise la grande surface de l'intérieur du pied pour adresser des passes précises. On peut également l'utiliser face au but en cherchant alors à compenser le manque de puissance par la précision et l'effet d'une trajectoire « rentrante ». Le ballon part à gauche pour un droitier, et inversement.

Extérieur du pied

L'extérieur du pied est surtout utilisé pour donner un effet « sortant » au ballon. Certains joueurs plus limités l'utilisent également pour ne pas avoir à utiliser leur mauvais pied. Pour s'offrir plus de possibilités quand un adversaire ferme les angles, il est de toute façon préférable de travailler des deux côtés du pied, même si les résultats initiaux sont assez décevants.

Cou-de-pied

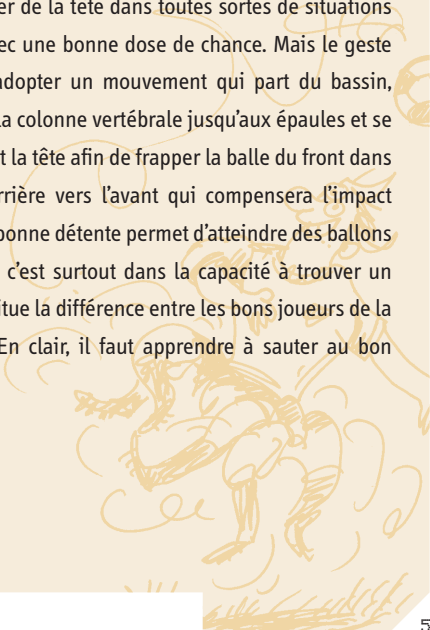
Il ne faut pas confondre le cou-de-pied qui, sur la face antérieure du pied, désigne la partie médiane entre la cheville et les orteils, et le coup de pied qui se rapporte plutôt au shoot que l'on exécute en frappant la balle avec le pied tendu. Ce geste convient généralement pour des passes longues et des frappes puissantes. Le corps est penché vers l'avant. La pointe du pied orientée vers le bas.

Amorti de la poitrine

L'amorti de la poitrine implique un mouvement du corps tout entier pour accompagner le mouvement du ballon et faire en sorte qu'il retombe dans les pieds plutôt que de rebondir n'importe où.

Coup de tête

On peut marquer de la tête dans toutes sortes de situations et parfois même avec une bonne dose de chance. Mais le geste parfait consiste à adopter un mouvement qui part du bassin, remonte le long de la colonne vertébrale jusqu'aux épaules et se termine par le cou et la tête afin de frapper la balle du front dans un mouvement d'arrière vers l'avant qui compensera l'impact avec le ballon. Une bonne détente permet d'atteindre des ballons plus difficiles, mais c'est surtout dans la capacité à trouver un bon timing que se situe la différence entre les bons joueurs de la tête et les autres. En clair, il faut apprendre à sauter au bon moment.



football

chapitre



***Tout à fait,
Thierry !***

le chapitre

LEXIQUE

Le football regorge de petites expressions plus ou moins empruntées au langage courant qui rendent les retransmissions télévisées si **chantantes**. En voici quelques-unes.



ABANDONNER LE BALLON... AILE
DE PIGEON... AMORTIR...
ASCENSEUR... AUTO-GOAL...
BILLARD... BOULET... CAVIAR...
CHANDELLE... CONTRE-ATTAQUER...
CUIR... DÉVISSER... FLÈCHE...
HAT TRICK... LANTERNE ROUGE...
LUCARNE...

GOAAAAL!



Abandonner (le ballon) : Soit par contrainte, soit par choix, on laisse s'exprimer la supériorité de son adversaire en espérant tirer profit d'une action de contre.

Accrocher : Faire jeu égal avec son adversaire malgré une différence de niveau.

L'addition (alourdir) : Marquer un but supplémentaire.

L'addition (payer) : Être sanctionné d'un but sur une erreur.

Aile : Partie du terrain située près de la ligne de touche. On parle également de couloir ou de flanc.

Aile de pigeon : Geste technique qui consiste à plier rapidement la jambe pour accompagner du pied un ballon qui vient latéralement.

Air (se donner de l') : Sous la pression de l'adversaire, souffler un peu en dégagant le ballon le plus loin possible ou même en dehors des limites du jeu.

Alimenter (ses partenaires) : Leur donner un maximum de ballons.

Alimenter (le marquoir) : Marquer des buts.

Ange (gardien) : Nom donné à un défenseur qui ne quitte jamais son adversaire. On dit aussi qu'il exerce un marquage « à la culotte ».

Amortir : Effectuer un geste avec une partie du corps pour annuler la puissance ou l'effet de la balle et éviter ainsi d'en perdre le contrôle.

Anticiper : Deviner les décisions de l'adversaire.

Ascenseur : Se servir d'un adversaire comme appui pour s'élever plus haut que lui sur un centre ou sur un corner.

Attentat (commettre ou subir) : Charger ou être attaqué de manière volontaire et violente. On parle aussi d'une volonté de « casser » un joueur.

Auto-goal (marquer un) : Marquer un but à sa propre équipe.

Avaler (le sifflet) : Se dit d'un arbitre qui semble ne pas vouloir pénaliser par un coup de sifflet des fautes qui paraissent pourtant évidentes.

Banquette (faire). Être remplaçant. Certains d'entre eux « cirent le blanc », c'est-à-dire qu'ils prennent rarement part au jeu.

Bicyclette (faire une). Réaliser une reprise aérienne en ciseau, dos au but.

Billard : Terrain dont la qualité fait penser au feutre d'un billard.

Boulevard : Disposer d'un espace libre important pour porter le ballon sur une longue distance.

Boulet : Frappe puissante dont l'impact fait penser à celui d'un boulet de canon. On parle aussi de pain, d'obus, etc.

Boxer : Par sécurité, le gardien préfère dégager le ballon des poings plutôt que de tenter de le saisir à deux mains.

Brosser : Frapper le ballon de l'intérieur ou de l'extérieur du pied de façon à lui donner une trajectoire courbe.

Cadre : Limites du but. On parle aussi de cage.

Calmer (le jeu) : Conserver volontairement le ballon pour temporiser la partie ou permettre à ses coéquipiers de se reposer.

Cape : Nombre de sélections en équipe nationale. Le joueur le plus capé est celui qui a défendu un plus grand nombre de fois les couleurs de son équipe.

Camper : Prendre position dans une portion du terrain et n'en sortir que très rarement.

Casquette (prendre une) : Perdre sur un score important.

Caviar : Donner ou recevoir un ballon dans des conditions excellentes.

Chandelle : Tir manqué. Le ballon monte haut à la verticale pour retomber quasiment au même endroit.

Charnière (centrale) : Désigne le duo de défenseurs au milieu de la défense.

Chaudron : Stade où l'ambiance est vive. On parle également de cuvette, d'enfer, etc.

Claquette (faire une) : Geste du gardien qui repousse le ballon généralement au-dessus de son but avec le plat de la main ou parfois le bout des doigts.

Combinaison (effectuer) : Construire une phase de jeu impliquant plusieurs joueurs.

Contre-attaquer : Remonter le ballon le plus vite possible pour empêcher l'adversaire de se replacer défensivement après une attaque.

Crochet (effectuer un) : Changer brusquement de direction avec la balle au pied. On parle de crochet extérieur quand il est effectué avec l'extérieur du pied ou intérieur quand il est effectué avec l'intérieur du pied.

Cuir : Le ballon.

Démarquage : Se libérer de la surveillance de l'adversaire.

Dentelle (faire de la) : Joueur qui dribble trop et finit par « tricoter ».

Derby : Rencontre entre deux équipes proches géographiquement.

Dévisser : Louper, rater une frappe ou tir.

Distiller : Donner un ballon dans d'excellentes conditions.

Écran (faire) : Se placer devant l'adversaire pour le priver de sa vision du jeu.

Enrhumé (se faire) : Par extension à l'expression « être mis dans le vent », se faire déborder, leurrer par l'adversaire.

Essuyer (ses crampons) : Marcher volontairement ou involontairement sur l'adversaire.

Flèche : Joueur possédant une très bonne pointe de vitesse.

Flipper (coup du) : Ballon touchant les deux poteaux avant de pénétrer dans le but.

Foulard (coup du) : Geste technique qui consiste à frapper le ballon derrière le pied d'appui.

Fusiller : Effectuer un tir puissant de près qui ne laisse aucune chance au gardien.

Golden Goal (ou mort subite) : Désigne une règle adoptée en 1996. En cas de match nul, la première équipe qui marque lors des prolongations remporte le match. La règle du golden goal était censée éviter de recourir trop souvent aux tirs aux buts pour départager les équipes. En réalité, elle aurait plutôt tendance à condamner les velléités offensives et donc à conserver la nullité du score.

Hat trick : Inscription de trois buts consécutifs par un joueur au cours d'une même mi-temps.

Jardin (jouer dans) : Jouer à domicile.

Kop : Association des supporters les plus féroces.

Lanterne rouge : Occuper la dernière place de sa division.

Louche (faire) : Faire passer le ballon au-dessus de l'adversaire.

Lucarne : Angle supérieur formé par le montant droit ou gauche et la barre transversale.

Mercato : Littéralement : « marché ». Période durant laquelle la vente ou l'achat de joueurs est autorisée.

Montre (jouer la montre) : Gagner un maximum de temps pour conserver un résultat favorable.

Mouiller (le maillot) : Donner le maximum.

Mur : Défense impénétrable, ou disposition des joueurs à 9,15 m devant la balle au moment du coup franc.

Panenka : Sur penalty, on simule une frappe en force dans le coin du but pour obliger le gardien à se détendre et finalement lui adresser une pichenette à mi-hauteur en plein centre. Ce geste technique tire son nom du joueur tchèque Panenka qui l'a tenté le premier.

Passoire : Se dit d'un gardien qui laisse passer quasiment tous les tirs.

Pleureuse : Joueur qui a une fâcheuse tendance à tomber ou se laisser tomber.

Pont (petit) : Faire passer le ballon entre les jambes de l'adversaire pour le récupérer derrière lui.

Pont (grand) : Passer la balle sur le côté du joueur et passer par l'autre côté pour la récupérer derrière lui.

Promener (se) : Jouer sans rencontrer grande difficulté.

Rempart (dernier) : Gardien de but.

Sombbrero (coup du) : Passer le ballon au-dessus de l'adversaire et le récupérer juste derrière lui.

Tapis (se prendre les pieds dans le) : S'emmêler les jambes et rater son action.

Vendanger : Rater une occasion de but « immanquable ».



URBSFA

(Union Royale Belge des Sociétés de Football-Association)

Avenue Houba de Strooper 145 / 1020 Bruxelles

☎ 02 477 12 11

✉ urbsfa.kbvb@footbel.com

🌐 www.footbel.com

ADEPS

L'administration de l'éducation physique et des sports est compétente pour tout ce qui touche au sport en Communauté française : formation d'entraîneurs, centres sportifs, stages, etc.

ADEPS

Bd Léopold II 44 / 1080 Bruxelles

☎ 02 413 25 00

🌐 www.adeps.be



BLOSO

Zandstraat 3 / 1000 Brussel

 02 209 45 11

 www.bloso.be

(Le BLOSO est l'homologue néerlandophone de l'ADEPS.)

AISF (Association interfédérale du sport francophone)

Cette association de coordination des fédérations sportives francophones, reconnue par la Communauté française, s'est donné en partie comme mission d'offrir des réponses concrètes et adaptés aux multiples questions des sportifs et de leurs parents et de tous les acteurs du monde sportif.

AISF

Quai de Rome 53/ 4000 Liège

 04 344 46 06

 gus@aisf.be

 www.infosport.be

football





CLÉS DU **SPORT**

La collection **Les Clés du Sport** souligne la richesse et la diversité de l'offre sportive en Belgique. Il existe en effet des dizaines de fédérations et des centaines de disciplines pour permettre à chacun de trouver son épanouissement par le sport. Proposés en collaboration avec le Ministère de la Culture, de la Jeunesse et des Sports, ces ouvrages constituent un premier pas sur le chemin de leur découverte et proposent, pour chaque discipline, les informations de base sur l'histoire, le matériel, les règlements, etc.

Une démarche résolument pratique et divertissante qui donne une envie irrésistible de chausser ses baskets !

