

Calcul des seuils de redirection minimaux lors de séances de tirs au but chez des adultes évoluant entre la 2^e et la 1^{ère} ligue Suisse

Riccardo Rao

Master thesis in Sport Science

Introduction

Les pénalties ainsi que les séances de tirs au but sont des séquences de jeu déterminantes. Ils peuvent souvent décider l'issue de la rencontre. Ce présent travail s'est concentré sur les réponses sensorimotrices des joueurs. Il est estimé qu'entre 15 et 35 % des pénalties sont manqués (Franks & Harvey, 1997; Kropp & Trapp, 1999; Kuhn, 1988; Morris & Burwitz, 1989 ; Palacios-Huerta, 2003).

Objectif

L'objectif de ce travail est d'établir un seuil moyen limite lorsqu'un tireur doit rediriger son tir avant le contact pied-ballon. La tâche psycho-motrice demandée aux joueurs s'est faite de manière dépendante du gardien.

Méthode

L'échantillonnage était composé de footballeurs ($n = 10$) de sexe masculin âgés entre 20 à 40 ans ($M = 30.50$; $SD = 7.23$). Les sujets ont été convoqués à trois reprises, pour un « Pre-test » de 100 pénalties, une « Phase d'entraînement » de 120 pénalties (2 x 60) et un « Post-Test » de 100 tirs. La phase d'entraînement a été élaborée de manière à ce que les seuils soient utilisés de manière à entraîner une zone sensible de redirection. Différentes conditions ont été étudiées, comme par exemple lorsque les joueurs devaient ouvrir (GG) ou fermer le pied (DD) lors de redirection de tir.

Résultats

Le seuil de redirection global est de 360.80 ms en « Pre-test » et de 310.75 ms pour le « Post-Test » soit une amélioration de 50.05 ms après la phase d'entraînement et un repos de 24h. Sous les conditions GG, les améliorations se sont révélées significatives, $p < 0.05$.

Discussion

En comparaison avec les seuils trouvés par Grand (2016) sur la même population de footballeurs, les seuils de cette présente étude se sont révélés plus bas. Il se peut que cette différence soit dûe à la réalisation du « Post-Test » à 24h d'intervalle avec l'entraînement, ce qui engendre une meilleure consolidation et rétention de la tâche motrice.

Conclusion

Ces résultats nous ont permis de mettre en lumière les capacités psychomotrices des joueurs de football de la 2^{ème} ligue à la 1^{ère} ligue Suisse.

Grâce à ce travail de recherche, nous avons pu établir le seuil limite de ces joueurs et répondre à notre question de recherche (a) en définissant un seuil limite à 310.75 ± 76.08 ms.

Référent : Jean-Pierre Bresciani