

Seuil minimal requis lors de la réorientation d'un tir au but chez des footballeurs évoluant en 2^{ème} ligue inter et en 1^{ère} ligue Suisse

Correia Kevin

Master thesis in Sport Science

Introduction.

Le résultat d'une rencontre de football se joue souvent sur des détails et le tir au but en fait partie. Le taux de réussite de cet exercice se situe entre 70 et 80% (Morya et al., 2003 ; Van der Kamp, 2006 ; Bowtell et al., 2009) incitant ainsi les différents acteurs à adopter des stratégies. Ce travail de recherche s'est intéressé aux caractéristiques de l'une d'entre elles, la stratégie « dépendante du gardien » (Kuhn, 1988 ; Van der Kamp, 2006).

Objectif

Ce travail a pour objectif de mesurer le seuil minimal requis lorsque le footballeur doit réajuster son tir après observation du mouvement du gardien.

Méthode

Des footballeurs expérimentés ($n = 9$) et âgés entre 22 et 30 ans ont pris part à cette étude en laboratoire à l'Université de Fribourg. Ils ont été convoqués à trois séances, espacées de 2-3 jours, durant lesquelles ils ont effectué 100 tirs au but. Un Pré-Test a permis de calculer un seuil minimal de réorientation qui a ensuite été utilisé lors de la phase d'entraînement. Lors du Post-Test, les conditions étaient identiques au Pré-Test permettant une comparaison. Durant les expériences, le seuil était défini selon la course d'élan du joueur et le programme ressortait des valeurs pour les conditions LL (tir et plongeon à gauche) et RR (tir et plongeon à droite).

Résultats

Au terme de l'expérience, le seuil minimal requis lors de la redirection se situe à 352.5 ms (381ms lors du Pré-Test). Après entraînement, des améliorations significatives, $p < 0.05$, sont constatées pour les seuils minimaux globaux, LL et RR, et pour les taux de réussite.

Discussion

En se référant aux différentes études réalisées, le seuil minimal trouvé lors de ce travail correspond de façon pertinente. En comparant les résultats avec un travail de recherche similaire et réalisé par Rao (2019), les résultats ont été confirmés, malgré quelques différences. Ces dernières proviennent probablement d'un protocole quelque peu différent, avec la prise en compte de la course d'élan du tireur qui a pu influencer certaines valeurs.

Conclusion

En s'intéressant à la stratégie dépendante utilisée par des footballeurs de 2^{ème} ligue inter et 1^{ère} ligue suisse, ce travail a permis d'établir un seuil limite de redirection à 352.5 ms. Il a aussi prouvé les avantages d'un entraînement sur l'amélioration du seuil et du taux de réussite (+ 18.9%) et a ouvert la porte à de futures études sur les conditions de réorientation LL et RR.

Prof. Bresciani Jean-Pierre