

**Zeitschrift:** Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Herausgeber:** École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Band:** 24 (1967)  
**Heft:** 8

**Artikel:** L'amélioration du sport d'élite : en football : la synthèse espace-temps  
**Autor:** Monnier, Ernest  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-997722>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 03.05.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# L'amélioration du sport d'élite

## En football: la synthèse espace-temps

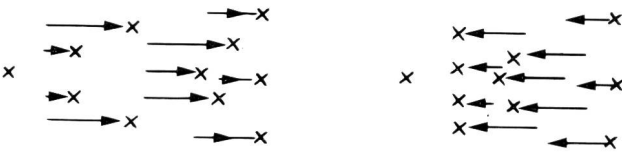
Ernest Monnier

### Introduction

Le football, à l'instar de tous les jeux d'équipe, est en constante évolution.

Cependant, empressons-nous de remarquer que cette dernière ne se manifeste pas avec la même intensité dans tous les domaines. Si, d'une part, la technique et la condition physique, — chez certains joueurs, respectivement certaines équipes, — semblent toucher à la perfection, d'autre part, en tactique, l'évolution est sans limites.

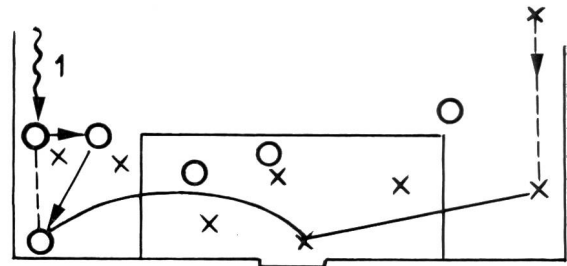
Nous irons même plus loin en disant que les perfectionnements susceptibles d'être apportés dans les disciplines autres que la tactique le sont par cette dernière. Citons un exemple: la déviation de la balle, cette arme moderne si redoutable, postule de la tactique. Mais elle est exécutée par un geste technique s'effectuant presque exclusivement avec l'extérieur du pied, contact de frappe qui fut longtemps prescrit parce qu'insuffisamment précis! Or, actuellement, ce mouvement est enseigné systématiquement. Autre exemple: du système de jeu 4—2—4 généralement pratiqué après les championnats du monde du Chili, on s'achemine gentiment vers un 4—3—3 qui fit florès aux récentes joutes internationales de Londres. Formule alléchante si l'on possède une ligne intermédiaire formée de techniciens marathoniens.



Quel avantage, en effet, que de pouvoir attaquer à 5 ou 6 hommes, pour se défendre, l'instant d'après, à 5, 6 ou 7 également. Mais ils sont rares ces joueurs polyvalents. Qu'à cela ne tienne, on s'efforcera d'en former. Et voilà comment les nécessités tactiques forcent l'évolution de la préparation physique.

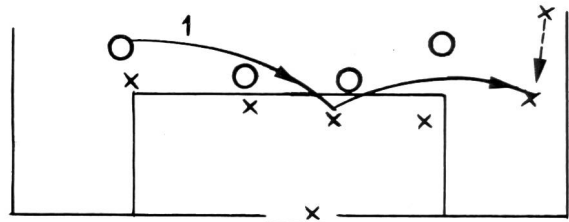
### Le facteur espace

A ce stade de notre exposé, une question se pose: quels sont les facteurs déterminant la tactique? Ils sont si nombreux que nous ne saurions les analyser tous. Bornons-nous à dire que la bonne marche du jeu est avant tout affaire de clairvoyance (intelligence ou instinct) de la part du joueur qui, cependant, avant de donner à sa matière grise l'ordre de dicter le geste technique qui déclenchera la phase tactique, aura d'abord dû voir. Cette action préalable, résultant d'une faculté innée chez certains, susceptible d'être développée chez d'autres, constitue, de plus en plus, un des principaux critères déterminant la valeur d'un joueur. Grâce à elle, le trinôme: contrôler, regarder, passer, tend à se fondre en un binôme: voir, passer. La vision initiale permet donc un jeu plus rapide, parce que plus direct, et plus efficace, parce que dirigé sur le partenaire le mieux placé. Pour mieux illustrer les avantages qu'offre le facteur: vue périphérique, citons quelques exemples:



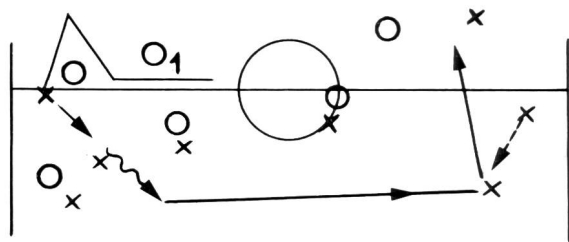
1. Un gardien de but suit le développement d'une attaque adverse sur le côté gauche de sa propre défense. A ce stade déjà, il peut, par un rapide coup d'oeil semi-circulaire, juger de la position de ses coéquipiers. Entre-t-il en possession de la balle, celle-ci sera transmise au joueur le mieux placé pour lancer une contre-attaque dangereuse.

2. Une balle est envoyée de loin en hauteur en direction d'une défense (dégagement adverse, centre, corner, etc.).



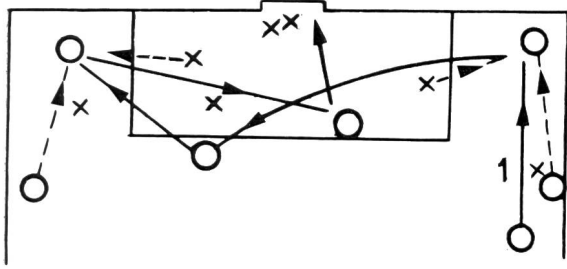
Un arrière juge instantanément qu'il parviendra à renvoyer le ballon de la tête. D'un mouvement éclair du chef, il décèle l'homme libre auquel il destine directement et avec précision le ballon.

3. Le jeu s'enlise sur un côté du terrain où sont bientôt massés un grand nombre de joueurs.



Par bonheur, un attaquant se souvient qu'en football le chemin le plus rapide et le plus facile d'un point à un autre n'est pas nécessairement le plus court. Vient-il à recevoir la balle en retrait, plutôt que de la remettre dans le « paquet », il se retourne, la suit en levant la tête et ouvre latéralement d'une très longue passe sur un coéquipier qui se sera démarqué. Dès lors, possibilité de percer dans une zone de moindre densité et partant de se créer plus aisément une occasion de but.

4. Un ailier est lancé en profondeur. Au lieu de foncer, le regard figé sur la balle, il court en lançant par intermittence un coup d'oeil à l'intérieur du terrain.



Cette précaution lui permettra de placer la balle sur un joueur libre, et non pas, comme c'est si souvent le cas, entre les mains tendues du gardien qui, sous les acclamations du public, en oubliée, dans son euphorie, de dire merci!

### Le facteur temps

Un match disputé dans des conditions normales dure 90 minutes. Mais en pratique, un nombre considérable d'entre elles sont mal ou pas du tout utilisées. Nous ne faisons pas allusion au temps perdu par temporisation pour des raisons tactiques ou stratégiques (recherche d'un appui, couverture en défense, etc.). Notre remarque s'applique aux cas suivants:

- lenteur de course du joueur
- lenteur d'exécution du geste technique
- dribbling inutile, jeu trop étriqué
- temps perdu lors d'arrêts du jeu (mise en place, palabres)

Utiliser au maximum le temps disponible, telle doit être une des préoccupations constantes du footballeur bien avisé. Cette manière d'agir postule la mise en œuvre des moyens suivants:

#### a) Vitesse de course du joueur

Point n'est besoin d'insister longuement pour démontrer la valeur du footballeur-sprinter. Fini le règne des grands techniciens trop lents.

#### b) Vitesse de course du ballon

Mais il ne suffit pas de battre un adversaire dans l'espace et dans le temps pour temporiser ensuite ou transmettre une balle trop mollement. Dans la quasi-totalité des cas elle doit être jouée sèchement pour aller vite et, partant, diminuer les chances d'interception de l'adversaire. Quant au dribbling, il ne sera utilisé qu'en cas de nécessité. Enfin, pas de passes courtes quand une longue met moins de temps pour atteindre un meilleur résultat.

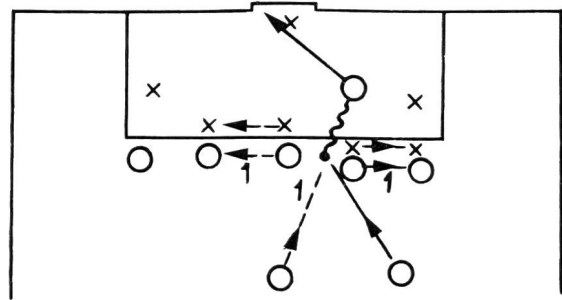
#### c) Rapidité du geste

Exemple: Un joueur attaquant se trouve à proximité des buts en position de tir. S'il va chercher son mouvement de shoot loin derrière lui, et, par surcroît très lentement, il y a gros à parier qu'un défenseur trouvera le temps d'intervenir. Mais si, au contraire, le geste part spontanément, explosivement, et depuis le genou seulement, la chance est grande de marquer le point. Affaire de quelques dixièmes de seconde seulement.

#### d) Rapidité de la reprise du jeu après son interruption

Le cas le plus fréquent, sinon le plus effectif, est la remise en jeu sur touche. En pratiquant rapidement, c'est-à-dire avant le regroupement des adversaires, il est souvent possible de créer une chance

de but très sérieuse. Mais le cas le plus classique est celui du coup franc indirect, surtout lorsqu'il s'exécute assez près des buts adverses.



La rapidité d'action peut être doublée d'une phase de déroute sur déplacement latéral très brusque de certains coéquipiers du tireur (intelligence de jeu). Ce stratagème, en raison du marquage des joueurs, permet généralement l'ouverture d'une brèche dans le système défensif adverse, espace dans lequel peut se lancer un attaquant.

### Le facteur spatio-temporel

Nous venons de faire valoir, d'une part, l'importance de l'élément spatial et, d'autre part, celle de l'élément temporel (vitesse de course et d'exécution).

Entrons encore plus profondément dans le problème pour montrer que le summum de l'efficacité consistera à rapprocher jusqu'à leur quasi-simultanéité les actions voir et jouer.

Reprenons l'exemple du gardien de but. Considéré à juste titre comme le dernier défenseur, il n'en demeure pas moins le premier attaquant. Lorsqu'il est entré en possession de la balle, qu'il la serre sur son cœur, elle est bien en possession de son équipe. A ce stade du jeu, il est capital que le gardien s'applique au maximum à transmettre le ballon à un coéquipier, celui-là même qui aura le plus de chance de le transmettre à un autre, ainsi de suite. Il va sans dire que l'adversaire pourra s'en emparer. Mais cette passe initiale du gardien constitue l'embryon d'un but. Dès lors, pourquoi consacrer le 95 pour cent du temps d'entraînement d'un gardien à la manière de se défendre et seulement le 5 pour cent à celle de construire?

Revenons à notre exemple: le gardien à bonne « vista » peut très bien avoir découvert à temps son camarade le mieux placé pour recevoir la balle, mais s'il se met à la frapper au sol, à tergiverser, à la lancer à trajectoire parabolique au lieu de le transmettre à ras du sol, il aura très certainement permis à un adversaire d'intervenir. Il n'est qu'une manière efficace de procéder: exécuter les deux actions voir et passer dans un laps de temps aussi court que possible.

Cet exemple vaut pour chaque joueur et dans toutes les circonstances. Nous pensons, en particulier, à l'homme en position de marquer. Il devra, pour mettre de son côté le plus de chance possible, voir d'abord l'encadrement des buts, puis porter instantanément son regard sur le ballon afin de situer au mieux le point d'impact pied-balle et frapper enfin dans le temps le plus bref avec discernement. Donc, dans ce cas également le facteur spatio-temporel est déterminant.

En conclusion on peut affirmer qu'il n'est pas d'évolution positive possible en matière de football sans l'étude et la mise en pratique du très efficace élément que constitue la synthèse: espace-temps.