

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 41 (1984)  
**Heft:** 9  
  
**Rubrik:** Jeunesse + Sport

### **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:** 01.05.2026

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



## L'entraîneur au centre du monde

Denis Métrailler, participant au cours de moniteurs 3 «hockey sur glace»

Adaptation: Yves Jeannotat

Les cours de moniteurs J + S sont toujours un événement exceptionnel pour ceux qui y participent. J'ai moi-même pris part, récemment, à celui qui, sous la direction de A. von Mentlen, chef de la formation à la LSHG, avait pour but de conférer la qualification du troisième degré. A cette occasion, un intéressant travail de groupe a été proposé aux candidats, au cours duquel les Romands ont choisi de placer l'entraîneur de hockey sur glace au «centre du monde»! Homme tour à tour adulé et contesté, il est toujours, en effet, au cœur des discussions et des préoccupations: on le sollicite de toutes parts, on le rend responsable, on le félicite, on l'accuse... Une série de points étaient soumis à l'analyse des participants.

### 1. Les expériences

Au cours de sa carrière, l'entraîneur accumule beaucoup plus d'expériences positives que négatives. Il s'enrichit au contact humain, éprouve de grandes satisfactions lorsqu'il voit ses protégés progresser à l'application de ses consignes, élargit lui-même son champ de connaissances. S'il éprouve parfois aussi des déceptions, c'est surtout lorsque d'anciens joueurs, par manque d'enthousiasme et de conviction, perdent leur belle franchise, leur spontanéité, leur «esprit sportif». Il subit aussi, parfois, des revers face au comité, qui peut manquer de réalisme et de compréhension et émettre des exigences qui bouleversent brusquement une planification minutieusement établie.

### 2. Les règles de l'entraînement

Pour être productif, l'entraînement doit respecter certaines règles et chaque séance doit être préparée consciencieusement, en fonction d'impératifs techniques

et physiologiques, mais aussi en fonction des objectifs à atteindre et des vœux des sportifs, pour autant qu'ils aillent dans ce sens.

### 3. L'entraîneur et le manque d'expérience

Même s'il connaît parfaitement bien son équipe dans ses réactions d'ensemble, même s'il a une image précise de la personnalité et du comportement individuel de chaque joueur, l'entraîneur sait que la compétition bouleverse en général ces données. Pour diminuer au maximum les effets de ce phénomène, il va s'appliquer, surtout si ses joueurs manquent d'expérience, à les motiver, à leur donner envie de se «battre», à les encourager et, aussi, à les reconforter. Grâce à un rituel bien établi, il va les sécuriser et leur faire accepter une tactique qu'ils ne comprennent pas toujours d'emblée, mais qu'ils acceptent parce qu'ils savent qu'elle vient d'un homme d'expérience.

Pendant le match, l'entraîneur veillera à chaque instant à ce que ses consignes soient rigoureusement appliquées et à ce que les joueurs ne soient pas victimes de leurs impulsions. Il gardera toujours son calme et fera en sorte de contribuer, par son propre rayonnement, au maintien de l'équilibre psychique de ses joueurs.

### 4. Pendant les pauses, après le match

Les pauses qui séparent les différentes parties d'un match sont réservées en premier lieu à la récupération. L'entraîneur doit le savoir et le prendre en considération. Même s'il tient à apporter certaines modifications à la façon de jouer de son équipe et à adresser des remarques personnelles aux joueurs, il le fera toujours sans agressivité, donc dans le calme et de telle sorte à renforcer la confiance.

A l'issue d'une partie, le bon entraîneur félicite son équipe objectivement si elle a gagné, il lui adresse des paroles d'encouragement si elle a perdu, étant entendu que chaque détail positif et négatif va être analysé plus tard, dans le cadre d'une séance prévue à cet effet et semblable à celle-ci.

### 5. Joies et déceptions!

La plus grande joie que peut ressentir un entraîneur est celle que lui prouve le fait de voir ses joueurs adopter une ligne de conduite dictée par le fair play. En général, et quoi qu'on en dise, la jeunesse qui fréquente activement les terrains de sport est presque toujours bien disposée sur ce point.

Les anciens ont un comportement souvent plus douteux, ce qui est à l'origine de bien des déceptions. Déception aussi, pour un entraîneur, lorsque au terme de sa carrière de compétition, un de ses joueurs coupe tous les liens qui le reliaient au sport!

### 6. Mériter la confiance!

Pour s'imposer et mériter la confiance des autres, un entraîneur doit d'abord être exigeant envers soi-même et mener une vie irréprochable.

### 7. Entraîneur - joueurs - parents

Est-il besoin de préciser qu'une étroite collaboration doit exister entre l'entraîneur et les parents des joueurs. Il comprendra beaucoup mieux ces derniers s'il connaît leur milieu social et s'il connaît l'attitude des parents vis-à-vis du sport. Ceci ne veut pas dire que l'entraîneur doive aliéner en quoi que ce soit son autorité sur l'équipe.

### 8. Face au comité

L'entraîneur ne doit pas avoir les mains liées par le comité dans la conduite de sa formation. Les frictions, sur ce point, peuvent être évitées en grande partie si un cahier des charges est établi en bonne et due forme, par les dirigeants de club, lorsqu'ils engagent l'entraîneur. ■