

THE TECHNICIAN

WOMEN'S

**Editorial:
Une croissance
explosive**

**Interview:
Jarmo
Matikainen**

**Feu vert
pour l'Irlande
du Nord**

**La condition
physique
qui convient**

**Les Etats-Unis
et le football
féminin**



**JOURNAL D'INFORMATION
DES ENTRAÎNEURS
SUPPLÉMENT No3
JANVIER 2007**



L'Allemande Daniela Loewenberg (14) devance l'Autrichienne Elisabeth Tieber dans un match de qualification du Championnat d'Europe féminin des moins de 19 ans 2006-07.

IMPRESSUM

RÉDACTION

Andy Roxburgh
Graham Turner
Frits Ahlstrøm

REMERCIEMENTS

Anne Vonnez-King
Services linguistiques de l'UEFA

PRODUCTION

André Vieli
Dominique Maurer
Atema Communication SA
Imprimé par Cavin SA

COUVERTURE

Le FC Arsenal Ladies et son attaquante Julie Stewart Fleeting disputeront pour la première fois la finale de la Coupe féminine de l'UEFA, en avril prochain.

(PHOTO: GETTY IMAGES)

UNE CROISSANCE EXPLOSIVE

EDITORIAL

PAR LARS-CHRISTER OLSSON
DIRECTEUR GÉNÉRAL DE L'UEFA

Le fait que quarante de nos associations membres aient accepté notre invitation à prendre part au premier Championnat d'Europe féminin des moins de 17 ans est, en lui-même, une réussite. Mais je considère que cela va au-delà de la statistique.

Ces chiffres sont précisément le reflet de la croissance explosive du football féminin. C'est aussi un signe clair de l'engagement de l'UEFA et de la réponse enthousiaste de nos associations membres. C'est une cause que Lennart Johansson a toujours soutenue et l'on doit dire que, durant sa présidence, le football féminin a pris une telle vitesse qu'il devient difficile de se souvenir que, il y a à peine une dizaine d'années, nous étions vraiment encore au point de départ. Nous avons un Championnat d'Europe féminin – et rien d'autre. Quand nous avons introduit une compétition des moins de 18 ans en 1997, la moitié de nos associations membres a inscrit une équipe; la saison dernière, 85% de nos membres se trouvaient sur la ligne de départ pour la compétition qui s'adresse dorénavant aux moins de 19 ans. L'attrait immédiat de notre compétition des moins de 17 ans souligne non seulement la croissance soutenue du football féminin mais il est aussi un indicateur clair et sain des efforts, de l'engagement et des ressources actuellement investis dans le football junior féminin – lequel est le thème principal des pages qui suivent.

Pour une fois, on peut prétendre que «commencer par le toit» peut être un programme de construction valable. Les progrès effectués au niveau des équipes nationales A dans différents pays ont été le catalyseur qui a déclenché de rapides changements et a incité de plus en plus de jeunes filles à prendre du plaisir à la pratique du football. L'introduction de nos compétitions juniors a satisfait cette demande croissante et a rapidement élargi la base de la pyramide du football féminin. On peut aussi prétendre que la marée montante dans le football au niveau des équipes nationales a aussi généré une amélioration des standards du football interclubs parce que c'est un symptôme clair que le football interclubs européen est devenu de plus en plus compétitif, avec de plus en plus de jeunes talents en évidence.

En même temps, des pas de géant ont été effectués dans la commercialisation des compétitions féminines

et nous devons exprimer notre satisfaction face à l'intégration réussie du tour final du Championnat d'Europe féminin dans notre programme de marketing EUROTOP. Mais il y a encore une énorme somme de travail à effectuer dans ce domaine avant que nous puissions affirmer que le football féminin exploite la plénitude de son potentiel. Il y a des progrès similaires qui doivent être faits dans d'autres domaines, notamment répondre à la demande croissante d'entraîneurs qualifiés, capables de préparer et de développer les jeunes talents qui ont émergé si rapidement.

Au moment où nous accueillons les moins de 17 ans au sein de notre famille du football, nous sommes en droit d'avoir l'impression que de solides structures internationales sont en place. Nous devons maintenant être certains de bâtir judicieusement sur ces structures, d'une manière qui permettra aux standards du football féminin de rester sur la courbe ascendante.



Les joueuses ont aussi leur compétition interclubs européenne. La finale de 2006 a opposé deux clubs allemands, FFC Francfort et FFC Turbine Potsdam.

INTERVIEW

PAR GRAHAM TURNER



JARMO MATIKAINEN

L'ANNÉE 2006 A SOULEVÉ QUELQUES QUESTIONS INTÉRESSANTES. ÉTAIT-CE UN FAIT ANECDOTIQUE, PAR EXEMPLE, QUE LE NOMBRE DE BUTS MARQUÉS LORS DU CHAMPIONNAT D'EUROPE DES MOINS DE 19 ANS AIT DIMINUÉ D'UN PEU PLUS DE 30%? ÉTAIT-CE UN FAIT ANECDOTIQUE QU'AUCUNE ÉQUIPE EUROPÉENNE NE SE TROUVAIT PARMIS LES QUATRE PREMIERS DU TOUR FINAL DU CHAMPIONNAT DU MONDE DES MOINS DE 20 ANS? DANS NOTRE QUÊTE DE RÉPONSES, NOUS AVONS FRAPPÉ À LA PORTE D'UN BUREAU EN FINLANDE ET POSÉ LES QUESTIONS À UN HOMME QUI FIT SES DÉBUTS À LA FÉDÉRATION FINLANDAISE DE FOOTBALL EN 1999 COMME ENTRAÎNEUR ASSISTANT DE L'ÉQUIPE FÉMININE DES MOINS DE 19 ANS ET QUI, DEPUIS LORS, A JOUÉ DIFFÉRENTS RÔLES AU SEIN DE L'ÉQUIPE DES ENTRAÎNEURS DE SA FÉDÉRATION: ENTRAÎNEUR ASSISTANT DE L'ÉQUIPE FÉMININE DES MOINS DE 21 ANS ET DES ÉQUIPES A DE 1999 À 2000 ET UNE FOIS ENCORE, À PARTIR DE 2005, ENTRAÎNEUR EN CHEF DE L'ÉQUIPE DES MOINS DE 17 ANS DE 1999 À 2005 ET ENTRAÎNEUR EN CHEF DES MOINS DE 19 ANS DEPUIS 2000. IL A MENÉ LA FINLANDE EN DEMI-FINALES DU CHAMPIONNAT D'EUROPE DES MOINS DE 19 ANS EN 2005 ET, PEU AVANT DE CONDUIRE SON ÉQUIPE AU TOUR FINAL DES MOINS DE 20 ANS EN RUSSIE, IL S'EST DÉPLACÉ EN SUISSE EN TANT QUE MEMBRE DU GROUPE D'ÉTUDE TECHNIQUE DE L'UEFA POUR LE CHAMPIONNAT D'EUROPE DES MOINS DE 19 ANS EN 2006. SI NOUS VOULONS PASSER EN REVUE LE FOOTBALL JUNIOR FÉMININ EN EUROPE, IL N'Y A SANS DOUTE PAS DE PERSONNE PLUS QUALIFIÉE QUE JARMO MATIKAINEN POUR FOURNIR UN...

RAPPORT SUR L'ÉVOLUTION

1 • Commençons par une question qui s'impose: comme vous avez assisté au tour final du Championnat d'Europe des moins de 19 ans et pris part au Championnat du monde des moins de 20 ans, quelle est votre impression générale de l'état du jeu dans le football junior féminin?

«Je dirais que les tendances du football d'élite international sont en général nettement perceptibles dans le football junior féminin. Les compétitions ont démontré que les meilleures joueuses ont maintenant des qualités individuelles du plus haut niveau en termes de virtuosité technique, de vitesse, de rapidité d'exécution, de créativité et de préparation physique. En même temps, nous avons pu voir que l'organisation collective dans les tours finaux est vraiment très professionnelle et que l'approche dans le football féminin ne diffère pas, à maints égards, de celle du football masculin. La rapidité de l'évolution est impressionnante, c'est le moins que l'on puisse dire. Je dois ajouter que du point de vue de la Finlande, c'est un miracle quand les petits pays peuvent rivaliser avec les grands.»

2 • Quelles sont à votre avis les raisons possibles de «l'échec» des équipes européennes en Russie?

«Personnellement, je ne pense pas que les Européennes ont «échoué». Cette fois, les autres confédérations étaient mieux préparées et bien plus régulières sur la durée d'un long

tournoi. Peut-être que le système de qualification et le calendrier ont mieux convenu aux autres confédérations. Les entraîneurs européens ont dû affronter un dilemme important, certains d'entre eux ayant dû compter sur des joueuses qui, peu avant, avaient participé au tour final des moins de 19 ans en Suisse tandis que d'autres, comme nous-mêmes, ont dû digérer un long intervalle sans compétition, la qualification pour la Russie remontant à juillet 2005. Je pense que l'on a tendance à oublier quelles sont les exigences particulières des longs tournois si on n'en dispute pas régulièrement.»

3 • Comment avez-vous réagi? Dites-nous quelle a été votre expérience personnelle avec l'équipe finlandaise dans la préparation du tour final et dans le tour final lui-même.

«Pour nous, cela a été une formidable expérience d'apprentissage – bien que pénible à certains moments. Voir, d'ailleurs, les meilleures joueuses et les meilleures équipes du monde est quelque chose d'irremplaçable. D'un autre côté, nous avons une image relativement claire du défi que nous devions relever. Du point de vue de la préparation, nous n'avons pas eu assez de ressources pour offrir aux joueuses des camps d'entraînement internationaux à intervalles réguliers entre juillet

2005 et le Championnat du monde. J'avais espéré disputer deux ou trois matches contre des adversaires de l'élite tous les trois mois. Mais nous avons dû concentrer nos activités sur la fin du printemps et l'été 2006. Le fait d'avoir disputé nos derniers matches de préparation contre le Canada et les États-Unis nous a permis de garder assez bien les pieds sur terre!

Aussi avons-nous mis l'accent sur les qualités individuelles et avons-nous essayé d'obtenir le maximum de chaque joueuse. Entre autres, nous avons cherché à savoir comment développer ce que nous appelons la «joueuse de 24 heures». Nous avons contrôlé le rythme cardiaque lors des camps d'entraînement et dans les matches du tournoi afin de récolter des informations sur la récupération des joueuses et les différences d'un individu à un autre. Nous avons également fait appel à des jeunes joueuses très talentueuses afin de leur donner une meilleure image du football au plus haut niveau mondial. Je crois qu'il faut avoir un regard sur l'avenir – tout particulièrement dans les tournois juniors.»

4 • Tina Theune-Meyer – qui était en Russie en qualité de membre du groupe d'étude technique de la FIFA – a déclaré que «disputer le tour final du Championnat d'Europe des moins de 19 ans n'était pas la manière idéale de se préparer». Êtes-vous d'accord?

**SUISSE – PAYS-BAS
DANS LE TOUR FINAL 2006
DU CHAMPIONNAT
D'EUROPE FÉMININ DES
MOINS DE 19 ANS.**



La Coréenne Kim Kyong Hwa devance l'Allemande Nadine Kessler lors du Championnat du monde féminin des moins de 20 ans.

«Si vous faites référence au niveau de condition physique, je dirais que le problème est plus compliqué que ça. Comme je l'ai dit, de nombreuses Européennes sont allées en Russie sans avoir disputé un tournoi important depuis juillet 2005. Les autres confédérations ont disputé leurs matches de qualification en 2006 – les nations africaines durant l'été. Aussi mon expérience personnelle avec l'équipe finlandaise a-t-elle provoqué les réflexions suivantes: Premièrement, un développement personnalisé de la joueuse à ce niveau nécessite des contacts internationaux constants avec des adversaires de l'élite. Ces «contrôles» sont nécessaires pour donner aux joueuses un aperçu des exigences du football d'élite. Cela s'applique tout particulièrement aux pays qui ont peu de ressources en termes de joueuses et de moyens matériels. Deuxièmement, préparer des joueuses à répondre aux exigences physiques et mentales d'un Championnat du monde nécessite des entraînements ou des matches du niveau des tournois de l'élite. Les tournois de qualification des autres confédérations en 2006 ont automatiquement servi cet objectif puisqu'ils ont duré 10-20 jours. En Europe, nous n'avons pas eu cette possibilité. Troisièmement, si nous désirons obtenir des résultats dans un tournoi junior tel que le Championnat du monde des moins de 20 ans, il faut avoir à disposition toutes les joueuses pour des camps d'entraînement de plus longue durée.»

5 • Cela signifie-t-il que les joueuses européennes ne sont physiquement pas armées pour disputer plusieurs matches de haut niveau en un laps de temps très court?

«Non. Je devrais mieux clarifier ce que j'ai dit plus tôt. Je pourrais estimer qu'au sein de l'équipe finlandaise il y avait des joueuses qui n'étaient pas en assez bonne forme mais je ne considère pas que ce soit le problème principal pour, disons, l'Allemagne ou la France.»

6 • Que pouvons-nous faire pour améliorer la situation?

«Nous pourrions revoir notre système de compétition des moins de 19 ans; nous pourrions organiser des tournois amicaux afin de nous préparer pour le Championnat du monde et nous pourrions continuer à peaufiner le calendrier international.»

7 • Vous avez mentionné les exigences sur certaines joueuses au niveau des clubs. Pensez-vous que le football interclubs dans la plupart des pays européens prépare les jeunes joueuses pour le stade international?

«Dans les meilleurs pays européens tels que l'Allemagne, la Suède, la Norvège, le football interclubs est d'un niveau très élevé. Les différences sont toutefois extrêmement grandes. Dans la plupart des pays, le saut du jeu national de tous les jours au football international est énorme. A cet égard, l'introduction d'une compétition des moins de 17 ans sera très positive. Même ainsi, des pays qui ne participent pas au deuxième tour qualificatif auront besoin de davantage d'activité – peut-être au niveau régional (pays baltes, Scandinavie, îles Britanniques...). C'est le même défi que dans le football masculin. Les «contrôles» pour les entraîneurs et les joueuses sont essentiels. Cela aide beaucoup au développement à long terme de la joueuse. Nous avons déjà commencé, à la fin de 2005, à mettre au point notre formation en football pour les joueuses au niveau des régions et avons établi un calendrier de tournois de recrutement. Nous avons également émis la proposition de modifier la classe d'âge de la Coupe nordique féminine des moins de 17 ans. En 2007, cette compétition se disputera avec des filles nées en 1990 afin de leur permettre d'avoir une activité sur le plan international, la compétition de l'UEFA des moins de 17 ans étant axée sur des filles nées en 1991. En 2008, pour le tournoi nordique, nous passerons aux filles nées en 1992.»

8 • Pensez-vous qu'il y ait beaucoup de travail à effectuer sur les qualités techniques individuelles?

«Nous avons vu une importante amélioration dans ce domaine. On le décèle lors de chaque tournoi international. Dans les pays qui ont une forte culture du football, le progrès est très rapide et soutenu.»

9 • Le tour final en Russie a produit 106 buts en 32 matches. Tina Theune-Meyer a commenté: «Si je ne joue que pour défendre le résultat, je n'aide pas mes joueuses à progresser.» Êtes-vous d'accord avec

cela? Est-ce que cela a toujours été la philosophie au cours du tournoi des moins de 19 ans en Suisse?

«Dans l'ensemble, je pense que l'approche a été très positive en Suisse. Il y a toujours un lien entre la formation choisie et le style de jeu. Cela ne signifie pas, par exemple, que les équipes qui avaient choisi de jouer avec une seule attaquante aient nécessairement axé leur jeu sur la défense. Je pense qu'il n'est pas utile d'avoir trois joueuses en pointe si les sept autres ne sont pas à même de leur passer le ballon. Chaque entraîneur désire que ses joueuses progressent et choisit le style de jeu qui sert cet objectif.

Personnellement, je pense que chaque fois que la Finlande dispute un match de compétition de l'UEFA, cela offre des défis individuels et des chances de s'améliorer. La plupart du temps, c'est une question de préparation des joueuses en ce sens qu'elles sont assez courageuses pour se concentrer sur la performance et non pas sur le résultat – et elles n'oublient pas de profiter de cette occasion spéciale.»

10 • L'un des éléments de discussion en Russie a été qu'il n'y avait qu'un seul entraîneur de sexe féminin. Quel est votre point de vue sur cette situation?

«Nous avons besoin d'avoir davantage de femmes engagées. En pratique, cela signifie que les fédérations de football doivent rechercher activement les moyens de recruter d'anciennes joueuses et des femmes qui participent au football au niveau des clubs. Je pense que le facteur le plus important, ce sont les connaissances en football et la formation dans ce domaine. Pour entraîner une équipe, il faut des deux. Nous essayons d'inciter des joueuses d'élite durant leur carrière active. Il y a trois ans, nous avons mis sur pied un cours pour l'obtention de la licence B qui était destiné exclusivement aux entraîneurs de sexe féminin. Avec du sponsoring pour les frais du cours et un marketing ciblé, nous avons formé onze joueuses d'élite. Toutes sont actives et certaines d'entre elles sont engagées dans les activités de notre équipe nationale.»



Jarmo Matikainen et les jeunes Finlandaises ont beaucoup appris lors du tour final des moins de 19 ans de 2005 en Hongrie.



**CAPITAINE DE L'ÉQUIPE,
AINE MCGOVERN SYMBOLISE L'ESPRIT
COMBATIF DE L'IRLANDE DU NORD.**

FEU VERT POUR L'IRLANDE DU NORD

**SI ON DEMANDAIT DE CHOISIR LES RÉSULTATS LES PLUS IMPORTANTS DU TOUR
QUALIFICATIF DE LA COUPE DU MONDE, BIEN PEU DE MONDE METTRAIT EN EXERGUE LE MATCH
ENTRE L'IRLANDE DU NORD ET LA SLOVAQUIE. MAIS LA VICTOIRE 2-1 DE L'ÉQUIPE
D'ALFIE WYLIE À BALLYMENA SHOWGROUNDS A FAIT DU 10 NOVEMBRE 2005 UNE JOURNÉE À MARQUER
D'UNE PIERRE BLANCHE POUR LES NORD-IRLANDAISES AU MAILLOT VERT.**

La victoire et les trois points en ont fait une journée mémorable. Mais le fait le plus important a été que c'était le premier match à domicile de l'Irlande du Nord dans une compétition internationale depuis près de deux décennies et les débuts de l'équipe en Coupe du monde. Bien que le football féminin se pratique depuis 1977, le contact le plus sérieux de l'Irlande du Nord avec le football de compétition international, avant le premier match de qualification de l'équipe A,

disputé en Roumanie quelques semaines avant le match à domicile contre la Slovaquie, avait été un voyage au Portugal pour participer à la Coupe de l'Algarve.

Pensant que d'autres associations nationales pourraient être intéressées de savoir comment les Nord-Irlandaises ont réussi à se replacer sur la carte, nous avons demandé à Alfie Wylie d'expliquer ce qui les avait aidées à obtenir le feu vert.

«Tout d'abord, a-t-il répondu, un soutien total du président de notre fédération, Jim Boyce, et de notre directeur des entraîneurs, Roy Millar. Je pense que la combinaison d'un appui total et d'une certaine liberté pour avancer dans ce travail est la formule parfaite. Nous avons élaboré un programme sur quatre ans pour le développement du football féminin et, il y a une année et demie, la Fédération de football d'Irlande du Nord (IFA) a nommé, pour la première fois, des entraîneurs à plein temps comme responsables du football féminin.»

Alfie était l'un d'eux. «Il nous a rejoint quand nos équipes des moins de 21 ans et des moins de 19 ans ont disputé des matches amicaux contre la Finlande en 2003, précise Sara Booth, la responsable du développement du football féminin de l'IFA, et nous avons eu de la chance qu'il soit resté avec nous.» A ses côtés, il y a six entraîneurs régionaux plus un coordinateur du football de base. Des cours spécifiques de formation pour les techniciens de sexe féminin ont été prévus dans le processus, en plus de plans de conseil et d'enseignement pour les entraîneurs de clubs. Actuellement, l'IFA compte une femme au bénéfice de la licence A de l'UEFA, dix-huit avec le diplôme B et quelque 150 qui travaillent du niveau 1 vers le haut. C'est ce qui pousse Alfie Wylie à dire «nous comblons un vide – et nous le faisons très rapidement».



Rachel Furness a marqué le but de la victoire contre la Slovaquie.

L'IRLANDE DU NORD CÉLÈBRE SA VICTOIRE SUR LA SLOVAQUIE DANS LES ÉLIMINATOIRES DE LA COUPE DU MONDE.



PHOTOS: STEPHEN HAMILTON

Glentoran et Newtownabbey Strikers sont les deux équipes en vue en Irlande du Nord.

En même temps, de solides fondations ont été jetées. Les structures au niveau du comté et de l'école ont été élaborées durant les années 1990 et les équipes nationales ont été créées dans les différentes classes d'âge. A l'extrémité la plus jeune de l'échelle, les équipes de moins de 13 ans jouent des matches de football à sept, les moins de 14 ans passant à 11 joueuses mais disputant des matches en trois périodes de 25 minutes.

Mais un pas en avant important a été fait au début de l'année 2006. «Une ligue bien structurée est une base indispensable, explique Alfie Wylie. Nous avons maintenant environ 1000 filles qui pratiquent le football dans plus de 40 clubs et nous sommes très heureux de la qualité qui commence à se manifester. Les entraîneurs au niveau des comtés aident à développer des standards plus élevés et à détecter les joueuses qu'ils considèrent comme assez bonnes pour être sélectionnées dans les équipes nationales.»

Les structures dont parle Alfie correspondent à la ligue féminine sponsorisée par Carnegie, dont le coup d'envoi a été donné en avril dernier. La formule est articulée autour d'une «Premier League»,

d'une ligue nationale et de quatre groupes régionaux formant une ligue intermédiaire. Chacune des ligues comprend huit équipes et la compétition se déroule d'avril à septembre, en plus de la Coupe et de la Coupe de la Ligue. Mais l'engagement du collège Carnegie d'éducation physique dépasse les paramètres d'un sponsoring commercial. «En fait, en termes de financement pur, explique Alfie, l'IFA a mis à disposition une somme de 8 millions de livres sterling pour le football féminin et le football handisport avec l'aide d'autres organisations telles que l'UEFA et le Conseil des sports.»

Pour apprécier pleinement la valeur potentielle de la contribution de Carnegie, on doit jeter un regard sur l'équipe A d'Alfie Wylie. Bien que l'équipe nationale ne soit sortie que récemment de la pénombre, les joueuses talentueuses n'ont pas manqué. Quelque 25% des joueuses actuelles ont eu assez de qualités pour recevoir des offres de bourses d'études d'universités des Etats-Unis. En termes de développement des joueuses, ce type d'émigration présente des avantages évidents mais, sur le plan du jeu, il peut être un obstacle logistique.

Demandez à Alfie Wylie de citer la performance la plus décevante de son équipe durant la phase qualificative de la Coupe du monde et il citera la défaite 0-2 en Slovaquie en mars dernier – c'est le seul match où les Nord-Irlandaises n'ont pas marqué de but. Durant les quatre mois de la pause hivernale, il a fait en sorte que les joueuses habitant le pays puissent continuer à tourner au ralenti grâce à un camp d'entraînement de deux jours durant la période de Noël et des matches contre des équipes de garçons. Pour s'accommoder de leurs obligations quotidiennes, certaines des filles suivent à sept heures du matin des séances d'entraînement deux jours par semaine. Mais les «Américaines» d'Alfie se sont déplacées en Slovaquie durant la pause de leur saison.

D'où l'importance du lien avec Carnegie qui offre des possibilités de bourse d'études juste de l'autre côté de la mer à la Faculté de sport et d'éducation Carnegie de la Metropolitan University de Leeds, l'une des plus grandes universités du Royaume-Uni avec 41 000 étudiants. «Cela signifie que nos joueuses d'élite auront des possibilités de tout premier plan pour compléter leur formation et leur développement en tant que joueuses», affirme Alfie Wylie.

Comme dans de nombreuses «nations émergentes» du football féminin, le rapide développement de l'Irlande du Nord se traduit par des possibilités pour les jeunes joueuses qui, avec si peu de monde devant elles pour leur barrer la route, peuvent passer plus rapidement des équipes juniors en équipe A. La phase qualificative de la Coupe du monde est disputée par une équipe dont la moyenne d'âge est légèrement supérieure à 21 ans et qui comprend dix membres de l'ancienne équipe des moins de 19 ans. «Cela signifie que les moins de 19 ans sont aussi une très jeune équipe, observe Alfie Wylie, et certaines d'entre elles sont même disponibles pour l'équipe des moins de 17 ans. Il y a un sentiment magnifique de dynamisme en ce moment. Nous sentons que nous franchissons un palier – et cela signifie que chacun est concentré sur ses tâches avec un formidable enthousiasme et la foi en l'avenir.»



UEFA-BOZZANI

**PAUL BALSOM,
PHYSIOLOGISTE DE LA
FÉDÉRATION
SUÉDOISE DE FOOTBALL.**

SUJET DE DISCUSSION LA CONDITION PHYSIQUE QUI CONVIENT

DANS QUELLE MESURE INTERPRÉTEZ-VOUS LES RÉSULTATS? LE FAIT QU'AUCUNE ÉQUIPE EUROPÉENNE NE SOIT PARVENUE À ALLER AU DELÀ DES QUARTS DE FINALE DU CHAMPIONNAT DU MONDE DES MOINS DE 20 ANS A INÉVITABLEMENT PROVOQUÉ DES QUESTIONS SUR LA PRÉPARATION PHYSIQUE – ET, DANS LES PAGES PRÉCÉDENTES DE CE NUMÉRO, JARMO MATIKAINEN LIVRE QUELQUES COMMENTAIRES QUI INCITENT À LA RÉFLEXION.

Alors que quatre équipes européennes – la France, l'Allemagne, la Russie et la Suisse – ont joué en Russie quelques semaines après le tour final du Championnat d'Europe des moins de 19 ans, ce qui a alimenté la spéculation sur la fatigue et les surcharges, Jarmo a eu l'impression que son équipe – la Finlande – a payé le prix de n'avoir pas disputé de tournoi de compétition pendant plus d'une année. Comment trouver l'équilibre entre de tels points de vue apparemment contradictoires?

Tout d'abord, les faits. En Russie, l'Allemagne dirigée par Maren Meinert a été la seule équipe européenne à remporter le dernier de ses trois matches de groupe – et cela aux dépens de la Suisse, sa «compagne d'écurie». Les Allemandes se sont imposées 6-0. Après deux magnifiques performances contre de forts adversaires, la Finlande a tiré sa révérence avec une défaite 8-0 face au Nigeria. En quarts de finale, l'Allemagne et la Russie ont été battues par trois et quatre buts d'écart tandis que seule la France a perdu (contre le futur champion) sur une marge d'un but. Pour clarifier encore plus cette image, l'équipe française comprenait dix joueuses du tour final des moins de 19 ans, l'équipe allemande 12, l'équipe suisse 13 et l'équipe russe 14. L'Allemagne et la France ont disputé la finale des moins de 19 ans, la Russie est allée jusqu'en demi-finales et seule la Suisse a été éliminée après les trois matches de groupe.

D'autres données peuvent être glanées dans l'étude de l'UEFA sur les blessures lors

du tour final des moins de 19 ans, où 28% des blessures ont été dues à une surcharge, ce chiffre ayant été comparativement de 6% et de 17% lors des précédents tournois de l'UEFA. Il y a eu également un chiffre considérablement plus élevé que d'ordinaire en ce sens que 40% des blessures sont survenues à l'entraînement. Il faut aussi noter que 40% des blessures ont été des blessures sans contact et que, dans les matches, la majorité des blessures ont été contractées en deuxième mi-temps, une pointe étant atteinte dans les 15 dernières minutes. La fatigue pourrait avoir été accentuée par les températures élevées

en Suisse – ce qui souligne la nécessité de garantir des remplacements adéquats en cours de jeu.

D'un autre côté, le tour final de 2006 a été similaire aux tournois précédents en ce sens que la plupart des blessures (88%) sont survenues durant la phase de groupes, trois matches ayant été disputés en six jours. Lors du tournoi des moins de 20 ans en Russie, la phase de groupes a duré sept jours.

L'étude relative aux blessures conclut que «le modèle des blessures durant le Cham-



KEYSTONE/SCHNEIDER

L'Allemande Monique Kerschowski reçoit des soins au cours de la finale 2006 du Championnat d'Europe des moins de 19 ans.



**DES SOINS POUR
LA RUSSE ELENA TEREKHOVA
DANS LA FINALE DES
MOINS DE 19 ANS DE 2005.**

Cela a été l'un des principes de base pour les joueuses appelées au sein des équipes nationales des Etats-Unis. La première étape a été une évaluation stricte du niveau de condition physique via deux jours de tests. Certains de ceux-ci n'étaient pas liés spécifiquement au football, tels que des abdominaux, des tractions et du saut en longueur. Rapidité, coordination, puissance et mobilité ont ensuite été évaluées par le saut vertical et une série de tests englobant l'accélération, la décélération et les changements de direction – parmi eux des tests de récupération intermittents sous forme de yoyo qui ont été maintenant adoptés pour tester la condition physique des arbitres.

Après avoir évalué la condition athlétique et le potentiel du joueur, des programmes d'entraînement individuel ont pu être conçus. «C'est d'une importance capitale», affirme Paul Balsom, un physiologiste qui a travaillé avec Lars Lagerbäck au sein de l'équipe nationale masculine suédoise ces huit dernières années. «Il est nécessaire de travailler sur ce que j'appelle la «maîtrise du mouvement» et d'établir le bon type de préparation physique de manière que les joueurs acquièrent la confiance qui, à son tour, se traduira par une aptitude à acquérir de nouvelles qualités.»

«Les entraîneurs juniors ne sont d'ordinaire pas des entraîneurs de condition physique, ajoute-t-il, de sorte qu'il est important de travailler à l'unisson. Dans les équipes juniors – peut-être plus encore chez les garçons que les filles – il y a une tendance dangereuse à sélectionner des joueurs nés durant les trois premiers mois de l'année. Ce que nous devrions faire, c'est veiller à l'âge du squelette et concevoir des programmes d'entraînement en fonction de cela. Trop souvent, des programmes d'entraînement réservés aux adultes sont imposés à de jeunes joueurs et ce n'est pas la meilleure façon de procéder. Nous devons également tenir compte que les capacités motrices s'apprennent avant l'âge de 11 ou 12 ans et que les dégâts causés à des individus dans la classe d'âge de 6 à 16 ans – si le type d'entraînement est erroné – peuvent être irréparables. Il y a un manque de recherche scientifique sur les jeunes joueurs en général et sur les jeunes footballeuses en particulier et je suis certain que beaucoup d'entraîneurs accueilleraient volontiers des informations supplémentaires en ce qui concerne le calcul des charges et de l'intensité des entraînements.»

pionnat féminin des moins de 19 ans en Suisse a été différent comparativement aux tournois précédents» et poursuit en mentionnant «la somme plus élevée d'entraînements spécifiquement liés au football (50%) et moins d'entraînements de récupération (22%) par rapport aux tournois précédents.» Cette proportion était, par exemple, de 42% pour chacune des deux catégories lors du tour final des moins de 19 ans de 2005. «L'entraînement spécifiquement lié au football entre les matches, avec des situations où il y a des contacts, soumet les aptitudes physiques et psychologiques des joueurs à des exigences plus élevées qui, avec la fatigue, ont pu augmenter le risque de blessure», ajoute l'étude. La force (6%) et l'entraînement d'endurance (2%) n'ont fait que de brèves apparitions en Suisse.

Une explication légitime du fait que le tournoi disputé en Suisse a été différent des tournois précédents est que les techniciens se sont sentis obligés d'augmenter l'accent mis sur les séances d'entraînement spécifiquement liées au football afin de préparer leurs équipes pour le tour final des moins de 20 ans qui était proche. Il serait intéressant de les réunir pour une table ronde et de leur demander, avec l'avantage du recul, si cette approche très logique était, en réalité, correcte ou pas.

Sur une plus large échelle, cela soulève des questions sur tout le sujet de l'entraînement physique dans le football féminin. Gero Bisanz, quand il jetait les fondements

du succès allemand il y a deux décennies, insistait sur le fait que «j'ai toujours eu les mêmes exigences et fixé les mêmes standards que j'avais durant les dix ans où j'ai entraîné des équipes masculines.»

Toutefois, les deux compétitions en Suisse et en Russie ont représenté une charge rencontrée dans le football masculin que dans quelques cas isolés, comme cette année où des joueurs ont pu combiner la Coupe du monde 2006 avec le Championnat d'Europe des moins de 21 ans au début de l'été – une combinaison rendue désormais obsolète par le déplacement du tour final des moins de 21 ans dans les années impaires.

Est-ce ainsi un cas pour voir les programmes de condition physique des femmes sous une lumière différente? Gero Bisanz rappelle que l'une de ses premières mesures fut de parler avec les entraîneurs dans les clubs où évoluaient ses joueuses. «Je les ai réunis, leur ai parlé des problèmes que nous avions en termes de condition physique et leur ai demandé de prêter attention à des détails spécifiques à l'entraînement, de faire des tests de condition physique, des tests de vitesse et d'endurance. Je pouvais voir ce que les filles étaient capables de faire techniquement et tactiquement mais j'avais réellement besoin de savoir quelles étaient leurs limites en matière de condition physique.» Comme Jarmo Matikainen le dit dans ce numéro, cela peut être particulièrement important dans des pays où il y a «un grand écart» entre le football interclubs et le football international.



EMPICS

**FINALE DE LA COUPE
DU MONDE FÉMININE DE 1999
AUX ETATS-UNIS:
UNE FOULE RECORD DE PLUS
DE 90 000 SPECTATEURS.**

LES ETATS-UNIS ET LE FOOTBALL FÉMININ

L'Américain Jeff Tipping fournit quelques conseils utiles

APRÈS DEUX PARUTIONS SEULEMENT, IL POURRAIT PARAÎTRE PRÉMATURÉ DE PARLER DE «LECTEURS RÉGULIERS» DU *WOMEN'S TECHNICIAN*. MAIS LES LECTEURS RÉGULIERS AURONT CERTAINEMENT NOTÉ QUE LA VOLONTÉ D'ATTIRER D'AVANTAGE D'ENTRAÎNEURS DE SEXE FÉMININ DANS LE FOOTBALL A ÉTÉ L'UN DES DÉNOMINATEURS COMMUNS LES PLUS MARQUANTS DANS LES INTERVIEWS ET LES ARTICLES.

Ce n'est bien évidemment pas un projet à court terme – et la question est de savoir quelle est la meilleure manière de s'y prendre. L'Allemagne, l'un des principaux pionniers en Europe, a lancé des campagnes de recrutement visant les joueuses internationales actuelles et l'une d'entre elles, Maren Meinert, était la seule femme entraîneur sur les seize équipes qui se sont rencontrées en Russie pour le Championnat du monde des moins de 20 ans l'été dernier.

Mais qu'en est-il du reste du monde? Dans ce domaine, les Etats-Unis sont certainement allés plus loin que n'importe qui d'autre, de sorte que, à la recherche de quelques tuyaux, nous nous sommes

tournés vers Jeff Tipping qui effectua en 1983 ses débuts à l'Association nationale des entraîneurs de football d'Amérique (NSCAA) en tant que directeur adjoint des entraîneurs, devint directeur des entraîneurs en 1996 et est, depuis 2002, directeur du développement de la NSCAA.

Jeff attire immédiatement l'attention sur le fait que les paramètres sont extrêmement différents. Un chiffre de huit millions de joueuse licenciées défierait l'imagination au sein de la plupart de associations en Europe tout comme le fait qu'une équipe de collège aux Etats-Unis possède même son propre avion privé.

«Le profil du football féminin aux Etats-Unis peut être mesuré par la réponse apportée aux Coupes du monde de 1999 et de 2003, commente Jeff. Avoir 90 000 spectateurs pour une finale et 80 000 pour les demi-finales est quelque chose que le football masculin ne pourrait que difficilement surpasser. Un autre phénomène aux Etats-Unis – qui n'est pas encore vraiment apparu en Europe – est le fait que le football féminin a produit cinq ou six authentiques grandes vedettes. Cela est arrivé en Europe dans d'autres sports mais pas encore en football. Mia Hamm est notre principal exemple. Le monde commercial a vite compris son potentiel en termes de marketing et elle est devenue une personnalité de la TV. Elle est indiscutablement la plus célèbre joueuse de football du pays – hommes et femmes confondus. Et, bien sûr, cela a eu des répercussions positives pour le football féminin dans son ensemble.»

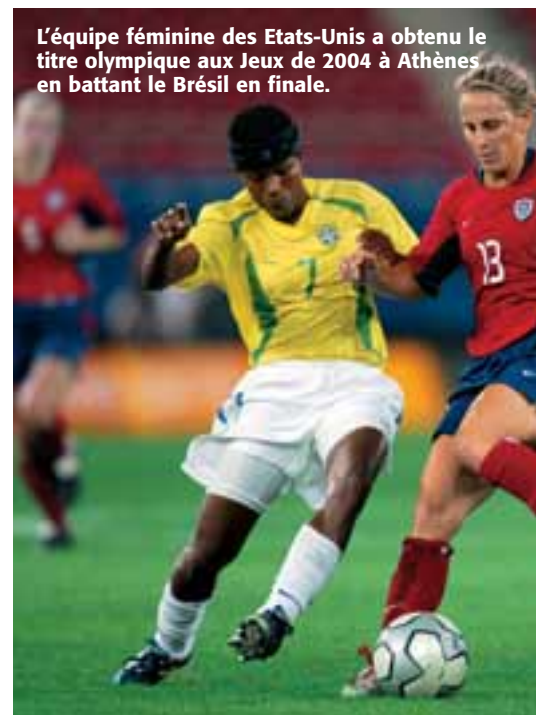
Jeff souligne que la législation sur l'égalité peut être utilisée à bon escient par le football féminin. «Aux Etats-Unis, explique-t-il,

les possibilités de jouer au football ont été stimulées pour les femmes par le titre 9 du Civil Right Act de 1972. Ce dernier concerne le système de formation en cela que dans tout campus universitaire, les bourses d'étude en sport doivent être attribuées de manière équitable en fonction des pourcentages respectifs d'hommes et de femmes. Etant donné que le football américain n'était pas à l'ordre du jour pour les femmes, le football était une option importante et très valable. En très peu de temps, les bourses d'études sont passées de zéro à environ 140 et le football féminin a pris racine dans un nombre de plus en plus élevé de programmes des écoles et des universités. Il y a eu davantage d'équipes de juniors, davantage d'équipes universitaires et, tout particulièrement, le football féminin universitaire est devenu un sport très sérieux au bénéfice d'un statut élevé. Des sommes d'argent substantielles ont été investies –



EMPICS

Mia Hamm: la plus célèbre joueuse de football des Etats-Unis.



L'équipe féminine des Etats-Unis a obtenu le titre olympique aux Jeux de 2004 à Athènes en battant le Brésil en finale.

**L'ALLEMANDE MAREN MEINERT
ÉTAIT LA SEULE FEMME À ENTRAÎNER L'UNE
DES SEIZE ÉQUIPES DU TOUR FINAL
DU CHAMPIONNAT DU MONDE FÉMININ
DES MOINS DE 20 ANS EN RUSSIE.**



RY/S/BONGARTS/GETTY IMAGES

et pas seulement dans les structures du football. Il y a également eu un important soutien des institutions féminines et d'autres instances gouvernementales. La conséquence de tout cela a été qu'un besoin toujours plus important d'entraîneurs s'est fait sentir.

«Notre premier instructeur de sexe féminin, ajoute-t-il, a effectué ses débuts en 1992 et, actuellement, 12 de nos 45 entraîneurs nationaux sont des femmes. Dans nos cours de formation des entraîneurs, nous avons d'ordinaire une présence féminine qui oscille entre 25 et 33%. Il n'existe pas de profil stéréotypé mais nombre de ces femmes estiment que, quand elles quittent l'université, il n'y a pas de ligue professionnelle où elles puissent faire carrière et, de ce fait, elles sont incitées à suivre des cours d'entraîneur afin d'accroître leur engagement dans le football. Nous élaborons des programmes pour former des conseillers et, dans nos cours menant à l'obtention de diplômes, nous encourageons les étudiantes à se réunir afin de discuter de sujets spécifiques. Les philosophies de formation sont essentiellement les mêmes mais certains sujets relatifs au management peuvent être différents.

Mais si les associations européennes réussissent à attirer davantage de femmes dans des carrières d'entraîneur, je soupçonne qu'elles devront affronter le

même problème que celui auquel nous faisons face actuellement aux Etats-Unis. Nous avons constaté un grand nombre de «départs» dans la classe d'âge des 25-45 ans et nous avons mené une étude afin de savoir pourquoi autant de femmes abandonnaient et ce que nous pouvions faire pour enrayer ce phénomène. Il était relativement facile de répondre à la première question, la classe d'âge concernée correspondant au moment où de nombreuses femmes décidaient

de fonder et d'agrandir une famille. Aussi travaillons-nous sur les moyens de les convaincre que l'activité d'entraîneur et la famille sont compatibles et, par exemple, nous offrons désormais un supplément financier de 100 dollars par jour pour la garde des enfants. Je ne peux affirmer que c'est une solution universelle mais je recommanderais aux associations européennes de se préparer à aborder ce problème lorsque le nombre d'entraîneurs de sexe féminin augmentera.»

LE DERNIER MOT

L'EURO FÉMININ 2009

Lors de sa séance du 11 juillet à Berlin, le Comité exécutif a désigné la Finlande pour accueillir l'EURO féminin 2009 qui se déroulera selon la nouvelle formule réunissant un plus grand nombre d'équipes. Et, pour la première fois, toutes les associations nationales participant au Championnat d'Europe féminin 2007-09 ont reçu un manuel de compétition.

Etabli sur les mêmes bases que le manuel de la Coupe féminine de l'UEFA, il doit servir d'outil pour aider les associations qui accueillent des mini-tournois ou des matches de la compétition et il devrait aider à garantir que le même niveau organisationnel se retrouve dans toute l'Europe.

Outre des directives en matière d'organisation, le manuel comprend des suggestions pour la promotion et le marketing et offre aux organisations participantes l'usage de l'«identité de marque» de la compétition.

Un nombre record de 46 associations membres s'est inscrit à la compétition 2007-09 – soit une augmentation de 12 unités par rapport à l'édition 2003-05. Israël, l'Irlande du Nord, la Roumanie, la Slovaquie et le Pays de Galles se sont qualifiés, lors du tour préliminaire, pour la phase de groupes. L'UEFA élabore maintenant un programme de soutien pour les quinze associations dont la participation s'est achevée au tour préliminaire.



UEFA-pjwoods.ch

FINALE DE LA COUPE FÉMININE DE L'UEFA 2007

Umeå IK, club suédois, s'est qualifié pour la quatrième fois pour la finale de la Coupe féminine de l'UEFA et tentera de devenir la première équipe à remporter trois fois le titre. Les Suédoises affronteront Arsenal LFC, la première équipe anglaise à atteindre la finale de la compétition. Le match aller de la finale se disputera le samedi 21 avril à Umeå et le match retour est prévu provisoirement le dimanche 29 avril à Londres.

CHAMPIONNAT D'EUROPE FÉMININ DES MOINS DE 17 ANS

Un nombre impressionnant de 40 associations nationales s'est inscrit au premier Championnat d'Europe féminin des moins de 17 ans 2007-08 qui servira également de compétition qualificative pour la première Coupe du monde féminine des moins de 17 ans; elle se jouera en Nouvelle-Zélande en 2008, l'UEFA fournissant trois des 16 finalistes.

La compétition se déroulera avec deux tours qualificatifs et un tour final. Les 40 équipes inscrites s'affronteront au premier tour en étant réparties en dix groupes de quatre équipes. Les dix vainqueurs de groupe et les six meilleurs deuxièmes disputeront le deuxième tour qualificatif et le tirage au sort les répartira dans quatre groupes de quatre équipes. Les quatre vainqueurs de groupe se qualifieront pour le tour final qui aura lieu en mai 2008.



EMPICS

UEFA

Route de Genève 46

CH-1260 Nyon

Suisse

Téléphone +41 848 00 27 27

Téléfax +41 22 707 27 34

uefa.com

Union des associations
européennes de football

