

# Compte-rendu de la soirée « Coupe du Monde 2018 »

du lundi 1<sup>er</sup> octobre 2018 au siège du District Marne à EPERNAY

En introduction, le C.T.R. Bernard CUREL salue les responsables d'équipes de jeunes ou seniors et les adhérents de l'Amicale des Educateurs de la Marne qui ont répondu présent à l'invitation qui leurs a été transmis. Il se réjouit de la présence de Christophe GEOFFROY, Champion du Monde et Kiné de l'Equipe de France, qui vient présenter et développer plusieurs thèmes liés au séjour des Bleus lors de cette Coupe du Monde.

Il rappelle à l'assistance le dispositif adopté par la Fédération autour des formations d'éducateurs cette saison, à savoir la gratuité des coûts pédagogiques sur toutes les formations concernant les catégories U7 à U15, à savoir les Modules U7, U9, U11, CFF1 et CFF2 (remboursements des clubs en bons de formation, sur la base de 1 module de 16h = 2 bons de 25 Eur.), donc 1 CFF = 4 bons). De plus, toutes les formations concernant le football féminin sont aussi prises en charge durant 2 saisons (que ce soit une femme ou un homme encadrant l'équipe féminine). Les clubs doivent saisir cette opportunité, dans un contexte où les budgets sont difficiles à maîtriser.

Le président du District, Gérard CASSEGRAIN, remercie Christophe GEOFFROY pour sa présence et rappelle son parcours au service de l'Equipe de France. Il salue les invités institutionnels et les partenaires présents et se félicite du très grand nombre d'éducateurs et d'éducatrices présents/es : l'Espace BATTEUX affiche complet et c'est une très grande satisfaction. Il rappelle que si cette saison commence par cette belle soirée technique, elle se terminera en apothéose avec la Coupe du Monde féminine qui verra 6 matchs se dérouler au stade Auguste Delaune à REIMS. Ce sera, pour plusieurs générations, une occasion unique de voir de si près un événement mondial de Football.

Christophe GEOFFROY présente ensuite les grandes lignes de son intervention, en indiquant qu'elles seront illustrées par des diapos et des vidéos.

## **Sujet 1 : la présentation générale**

Les joueurs et le staff ont passé 56 jours ensemble, ce qui est 5 fois plus que la durée moyenne d'un rassemblement en sélection. Une vie à l'image d'une famille, avec beaucoup de choses à gérer, que ce soit au niveau du TRAVAIL, des EXIGENCES, de la PRECISION, de la COMMUNICATION (les réseaux sociaux, ça va très vite, ...), de la GESTION de la PRESSE, de la GESTIONS des ACTEURS (les joueurs) et de leurs demandes.

### Organisation humaine :

Un petit staff (21) pour la France, comparé à certaines sélections (plus de 30 pour l'Allemagne, l'Angleterre, l'Espagne). Le sélectionneur a choisi chacun des professionnels de son staff, dans lequel tous se connaissent et travaillent en équipe. A noter que depuis l'Euro 2016, le nombre de Kinés est passé de 3 à 4.

Les joueurs : 23, qui sont tous là pour GAGNER, pas de problèmes d'égos mais des talents complémentaires. Lorsque le joueur est choisi, il a une obligation d'exemplarité, de fierté. Les choix ont aussi été faits sur des critères humains autour des valeurs de RESPECT, HUMILITE, EDUCATION, POSITIF et JOIE de VIVRE. L'amalgame entre plusieurs tempéraments (excessif, ambianceur, modérateur) à dû être établi pour former le groupe.

### Organisation logistique :

Un an avant le début de l'épreuve, le choix du camp de base (hôtel/terrain) a été fait (à 60 kms de Moscou), avec un 1/2 terrain construit dans ce camp de base, permettant une séance individuelle mais également une certaine discrétion.

Lors de la préparation en France, de la mi-mai au départ en Russie, le travail à Clairefontaine avec tout le matériel à disposition a pu être poursuivi lors des quelques déplacements pour les matchs de préparation, où les joueurs retrouvaient le même type de matériel de préparation/récupération : il est important, pour les joueurs, de retrouver, comme en club, un matériel de qualité, complet, qui rassure.

En Russie, du 10 juin au 15 juillet, les passages au camp de base ont été assez courts (2 à 3 jours), mis à part avant Uruguay - France (5 jours).

## **Sujet 2 : préparation du joueur et récupération**

### **2a – LA PREPARATION**

Le corps humain est un très bel outil dont il faut prendre soin et faire travailler. Les joueurs pros français jouant à l'étranger l'ont bien compris (40 min. d'échauffement en salle avant le terrain, pour certains), pas les autres (pas dans notre culture !)

Les jeunes joueurs PROS n'ont pas tous compris l'importance de leur corps, exceptés certains, sensibilisés par leurs collègues étrangers.

Les exigences du Haut-Niveau : l'hygiène et le travail de tous les jours.

Ce qui fait la différence : le Niveau du joueur, les blessures, la longévité

#### Etude et constats :

- La probabilité de blessure en FOOT PRO est 1000 fois plus élevée qu'en emploi industriel risqué,
- 47% des PROS obligés à retraite anticipée,
- Sur 25 joueurs PROS, 50 blessures/saison dont 50% arrêt < 1 semaine, 8 à 9 blessés absence > 4 semaines

Il est indispensable, à tout niveau, de mettre en place un programme de prévention des blessures sans contact, afin d'en réduire le nombre

Question aux éducateurs : consacrez vous du temps à la prévention ?

R. : quelques exos préventifs ...

#### *Préparations réalisées pour les joueurs*

Proprioception, gainage, illustrés par diapos, vidéos, dans un but de prévention collective ou individuelle

**La prévention primaire** : elle dépend ;

Des zones à risque, (ischio = 13%, adducteur = 9%, cheville = 7%, quadri = 5%, mollet = 4.5%, genou = 4.3%),

Des besoins du poste

**La prévention secondaire** : elle concerne ceux qui déjà eu une ou des blessures

le temps de récupération entre une séance de prévention et le match = 48 h

Faire de la prévention sur les lésions ischio, entorse genou, adducteur, à un rythme de 4 fois /semaine en pré-saison, 2 fois/semaine si un match/WE, 1 fois/semaine si 2 matchs /WE

En équipe de France, il y a eu 600 actes « Kiné » à l'Euro 2016, 700 à la Coupe du Monde 2018

Question : prévention primaire et confidentialité club du joueur ?

R. : l'info ne circule pas toujours bien

Question : la pathologie d'Osgood-Schlatter ?

R. : c'est une inflammation locale de croissance du cartilage du genou, qui peut provoquer une inflammation locale voire une ossification. Le médecin propose un arrêt temporaire du sport et des autres activités sportives.

## **2b – LA RECUPERATION**

Les règles immédiates ;

**Passives** : réhydratation, bain froid, massage - mobilisation, bas de contention.

Une à 2 h après l'effort, recharge en glycogène par alimentation spécifique.

La cryothérapie gazeuse : elle permet de baisser rapidement la température d'une région musculaire pour permettre la récupération des fonctions de ces zones (effet anti-douleur, anti-inflammatoire, vasomoteur, ...)

**Actives** : elles sont « à la carte » : vélo, footing de récup., soins, footings + allongés, ateliers de mobilité, drainage musculaire du haut du corps, ..... Et tout ce qui est pratiqué habituellement par les joueurs dans leurs clubs respectifs.

## **Sujet 3 : le jour du match**

La salle de soins est située au même niveau que les chambres des joueurs, pour faciliter les soins

Les horaires de la journée de match : il y a un compte à rebours en fonction de l'heure du match ce qui permet de déterminer les horaires des repas et si collation il y a en fonction de l'heure du coup d'envoi. La vidéo est toujours programmée avant le déjeuner.

Les joueurs ont leur « confort » en club pour la restauration et le service : les mêmes prestations sont offertes en équipe de France

Les membres du staff médical n'assistent pas à la causerie d'avant match.

Question : y a-t-il des infos qui remontent via le médical ?

R. : Oui, une feuille de soins est établie quotidiennement et transmise au sélectionneur, qui voit plus ou moins longtemps certains joueurs

## **Sujet 4 : la gestion humaine**

Elle signifie s'intéresser aux hommes. Le groupe joueurs était composé de 3 générations ;

- Les 18-23 ans,
- Les 24-28 ans,
- Les + de 29 ans,

*Le rôle des remplaçants ?* Ils ont été concernés comme les titulaires, heureux d'être ensemble.

*La recette pour la performance ?* des ingrédients identifiés, à savoir ;

- Des moyens,
- Une phase d'apprentissage,
- des acquis expérimentaux (l'Euro 2016),
- de la volonté.

Chacun dans son domaine est là pour bonifier les hommes

La confiance installée permet ;

- L'évolution positive avec le temps,
- D'obtenir des « preuves » (Pérou, Argentine, expérience passée)

La conférence s'est achevée par 2 vidéos ;

- Celle dans le bus où tous chantent sans retenue la « chanson à N'GOLO »,
- Le passage du bus sur les Champs Elysées

## **Les Questions-Réponses**

Q : le sélectionneur a-t-il pris du temps avec certains joueurs ?

R : oui, avec certains

Q : la rivalité entre joueurs selon les clubs ?

R : non, ça ne s'est pas vu

Q : Rabiot ?

R : les joueurs n'ont ni approuvé ni condamné (plutôt mal conseillé)

Q : comment impliquer les remplaçants ?

R : lors des matchs d'entraînement avec score d'égalité, célébration !

Q : le futur groupe ?

R : il n'y a pas eu de changement pour les 2 matchs suivant la Coupe du Monde (trop dur affectivement). Les plus anciens savent qu'ils ne pourront pas suivre les préparations physiques qui vont avec les matchs en club et en sélections. Ça va tourner un peu.

Q : et la communication ?

R : pour l'équipe de France, les médias ont changé à partir de côté des ¼

Q : Quels sont les bénéfices de l'altitude ?

R : l'idéal, c'est de vivre en haut et de s'entraîner en bas

En clôture, Bernard CUREL a présenté les panneaux d'encouragements aux BLEUS réalisés par les clubs lors de la journée féminine du 2 juin à Dizy et lors de la finale du challenge U11 D. MONCLIN à Ste Ménéhould le 24 juin.

La soirée s'est terminée dans une ambiance très conviviale par un apéritif dînatoire offert par le District Marne.