

## FAVORISER LA PRISE D'INITIATIVE

### PRISE D'INITIATIVE :

La prise d'initiative est synonyme de créativité et de recherche de nouvelles solutions. En somme le jeune joueur doit apprendre à saisir ou à créer des opportunités pour lui ou pour ses coéquipiers. Favoriser cette prise d'initiative est donc un axe d'amélioration à rechercher, mais cela ne peut s'opérer que dans un climat de confiance, dans un cadre ouvert et avec des objectifs définis.

#### INSTAURER UN CLIMAT DE CONFIANCE ET DE BIENVEILLANCE

Accueillir avec bienveillance les suggestions faites, qu'elles soient pertinentes ou non.  
Si l'erreur est source de progrès, l'effort fourni pour trouver une solution doit toujours être valorisé.  
Il faut libérer les jeunes de la peur liée au résultat de l'action, et notamment de l'échec. C'est l'intention qui doit être le critère d'évaluation.

#### EVALUER SES JOUEURS

Evaluer les compétences et le niveau d'autonomie.  
Les initiatives attendues doivent être en adéquation avec les moyens des joueurs.  
Ne pas fixer d'objectifs impossibles à atteindre, tenir compte du temps nécessaire pour faire les choses.  
Accompagner la prise d'initiative permet de dépasser les appréhensions et de laisser s'exprimer la créativité.

#### POSER UN CADRE

Poser un cadre est aussi un des éléments nécessaires à une prise d'initiative spontanée.  
Rien n'est plus perturbant que de devoir faire sans avoir compris la nature de ce qu'on attend de vous.  
Fixer les règles, donner un délai, débriefing et évaluer sont indispensables à une bonne stimulation des prises d'initiative.

#### ENTRAINER ET DÉVELOPPER LA PRISE D'INITIATIVE

Mettre en place des situations et les réguler pour favoriser la réussite et ainsi développer de la confiance en soi.  
Concevoir et planifier des situations où les habiletés techniques sont combinées à des possibilités et des prises de décision de plus en plus complexes. Il faut développer leur expérience et leur intelligence de jeu en rapport avec leurs capacités.

#### LA CONFIANCE EN SOI

La prise d'initiatives trouve ses racines dans la confiance en soi.  
De même qu'il n'est pas toujours facile de prendre la parole en public, soumettre une idée ou prendre une initiative dans le jeu peut s'avérer être une épreuve.  
La peur du jugement de l'autre, ou de l'échec est souvent suffisante pour bloquer les plus belles initiatives dans l'œuf.  
C'est en aménageant les conditions favorisant la réussite que l'entraîneur contribuera à développer la confiance en eux de ses joueurs.

#### ANIMER ET RENFORCER LA PRISE D'INITIATIVE

Développer des intensions fortes autour de principes de jeu simples.  
Favoriser l'espacement autour du porteur pour lui permettre de s'exprimer.  
Faire de chaque course, chaque réception une opportunité potentielle pour créer du jeu.  
L'entraîneur doit stimuler, encourager, valoriser les tentatives tout en restant patient et avisé quant aux résultats immédiats.

### S'ASSURER DE...



#### Points de vigilance

#### FAVORISER L'AUTONOMIE :

1. Donner des consignes simples
2. Laisser du temps et être positif pour que les jeunes soient persévérant
3. Permettre l'engagement des joueurs (ne pas faire à leur place)
4. Leur donner des feed-back sur leurs progrès

#### FAVORISER L'INITIATIVE :

- Les aider à s'impliquer dans leur projet individuel ou collectif (les questionner)
- Donner des objectifs
- Identifier les progrès attendus
- Chercher à les rendre acteurs de chaque moment du jeu.

#### MAITRISER SON CORPS :

- Se respecter en respectant les principales règles d'hygiène de vie
- S'hydrater
- S'étirer
- Dormir suffisamment