



COOPERATION / OPPOSITION

La coopération et l'opposition comme formes d'entraînement...

De quoi s'agit-il ?

- La coopération :
 - Forme d'entraînement cadrée sur un thème technique ou tactique choisi dont la mise en situation est purement artificielle : Les deux participants **collaborent** et veillent, à tour de rôle (répétiteur >< apprenant), au bon déroulement de l'exécution du thème.
- L'opposition :
 - Forme d'entraînement se rapprochant plus des conditions réelles d'une situation d'assaut. Sur base d'un thème technique ou tactique choisi, les deux participants tentent d'atteindre leur objectif en **s'opposant** l'un à l'autre, il n'y a pas de collaboration.

Quels sont les objectifs ? :

- La coopération :
 - Perfectionner l'usage d'un thème technique ou tactique prédéfini, après y avoir été initié, en faisant un grand nombre de répétitions de ce thème dans des conditions aménagées et avec un partenaire dont l'attitude et les gestes favorisent le bon déroulement de l'action.
- L'opposition :
 - Se confronter à des adversaires n'ayant pas l'intention de se laisser toucher afin d'évaluer son degré de maîtrise, ses progrès, ses points à améliorer dans des situations d'assauts aménagées (en fonction du thème) ou libres (mise en situation de matchs).

L'enseignant :

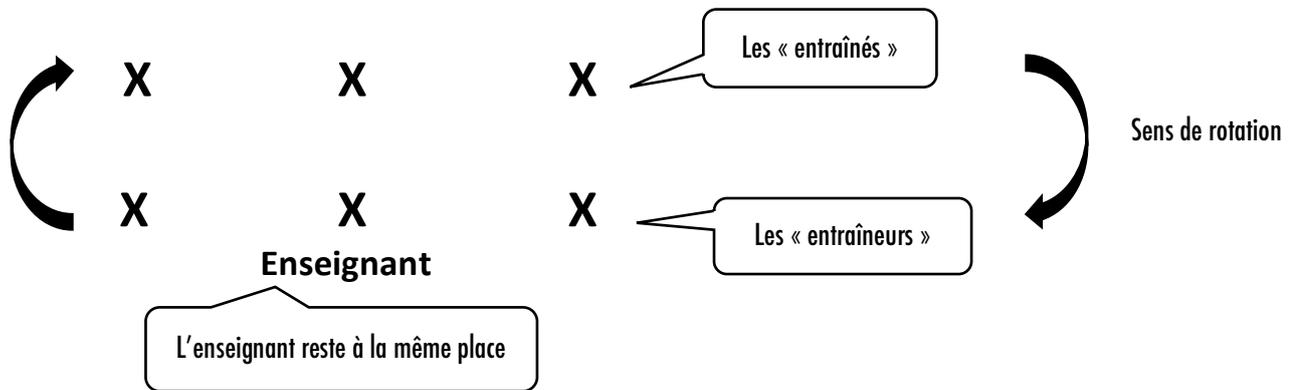
- La coopération :
 - Eviter d'introduire de l'incertitude dans les situations de collaboration.
 - Limiter la durée des séquences de répétitions afin de ne pas lasser les enfants ou de risquer de voir apparaître des signes de distraction.
 - Inverser les rôles, changer de partenaire (sens de rotation).
- L'opposition :
 - Ne pas abuser des matchs (assauts libres), favoriser des assauts avec consignes (aménagement en fonction du thème).
 - Inverser les rôles, changer d'adversaire (sens de rotation).
 - Ne pas abuser des feedbacks « en direct », laisser se développer le jeu avant d'avoir recours au débriefing collectif.

- L'enseignant peut prendre une place active dans le dispositif pour compléter un binôme ou pour transmettre le thème et les consignes... Cependant, la difficulté pourrait être de combiner l'attention portée à son partenaire et la vue d'ensemble qu'il doit avoir sur le déroulement de l'activité afin d'apporter son point de vue et ses conseils durant le débriefing collectif.



COOPERATION / OPPOSITION

Mise en place :



- La coopération :
 - Les tireurs se groupent par deux ou trois (+ observateur) afin de s'exercer ensemble.
 - L'un des partenaires endosse le rôle de l'enseignant (attitude et gestes favorisant le déroulement de l'action), l'autre, celui de l'élève travaillant le thème.
 - Inversion des rôles ou roulement (groupes de trois).
 - Encourager les observateurs à commenter ce qu'ils ont vu.
 - Après une durée déterminée, les participants changent de place (et de partenaires) en suivant un sens de rotation.
- L'opposition :
 - Aménagement des séquences d'apprentissage en donnant des consignes. Exemples :
 - Définir des rôles : Attaquant et défenseur.
 - Limiter la surface de jeu.
 - Limiter ou imposer les actions offensives et défensives à utiliser.
 - Envisager de garder les consignes « secrètes » pour son adversaire...
 - Les jeux d'opposition sont généralement très favorables au développement des habiletés d'arbitrage (observateur) de par le nombre limité d'actions possibles rendant la lecture du jeu plus facile.

Il arrive souvent que les consignes données déséquilibrent les chances de chacun de remporter la touche mais ce n'est pas une aberration. Cela peut aussi être le cas dans un match si on a fait un mauvais choix tactique. L'opposition à l'entraînement permet d'expérimenter les risques des différentes options.

Points clés :

- La coopération :
 - Correction de la posture, tenue de l'arme, position de garde, des déplacements.
 - Respecter la distance qui convient à l'exercice, se fendre trop près de son partenaire peut faire mal.
- L'opposition :
 - Respect du partenaire / de l'adversaire.
 - Respect des consignes.
 - Respect des règles et de l'arbitre.