

Real Madrid en vrac

Valdano et l'homme

Jorge Valdano balaie les problèmes dès qu'ils apparaissent (que ce soit avec un joueur ou avec la presse).

Rien ne doit influencer la qualité du travail. En cas de problème interne, Jorge Valdano n'accepte pas le boycott de l'entraînement, ni de déclaration à la presse. Tout se règle à l'intérieur de l'équipe, le vestiaire est blindé. L'appui du capitaine est recherché pour conserver l'unité du groupe dans les moments difficiles.

Il faut renforcer l'autorité chaque jour. Quand un problème de comportement ou de discipline survient, les principes à suivre sont immédiatement réexpliqués une nouvelle fois, recalés. L'exemple est traité devant le groupe. Jorge Valdano arrête le processus pernicieux, parle clair. Dans ces cas-là, sa main est dure.

A. Giraldez parlant des entraîneurs argentins : « Ils sont très sincères et directs. La communication est ouverte, amicale. »

Jorge Valdano : « Dans notre culture, trahir un ordre donne du prestige. Mais trahir une confiance est le fait d'un traître. »

« Il faut louer le joueur avant d'entamer une correction de son comportement ou de son jeu ».

« Nous basons notre direction de groupe sur la confiance. »

« Le respect se gagne. »

La ponctualité est un élément important de la discipline de groupe.

Le noyau d'anciens fait passer les principes aux nouveaux joueurs.

Jorge Valdano, à l'hôtel Beurivage de Nyon (Suisse) : « Le propriétaire, mon ami, Nicola Tracchia va vous dire comment vous devez vous comporter à l'intérieur de l'hôtel. Vous l'écoutez et lui obéissez comme si c'était moi qui vous le disais. »

Quand une personne du groupe technique n'est pas d'accord avec les autres, elle doit argumenter pour créer un consensus d'idée.

Le jeu

Angel Cappa : « Il y a de multiples façon de jouer au football, mais toutes ces façons n'ont qu'une manière d'être bien jouées ».

Chaque jour, une feuille de presse circule pour fixer les rendez-vous avec les journalistes. Elle comprend quatre rubriques : le nom du joueur, le média concerné, l'horaire, les observations.

L'entraînement

Avant l'entraînement, le travail de chacun des techniciens est réparti dans le vestiaire.

Consigne donnée à Alberto Giraldez (le préparateur physique) : « Pendant le championnat ne dépasse jamais la demi-heure de mise en forme sans ballon lors d'une semaine d'entraînement. »

En travail spécifique, les gardiens travaillent beaucoup au pied.

L'entraînement de la semaine ne doit comporter que des éléments de football inspirés du jeu. Pas de circuit dans le gymnase, pas de jeu à la main, pas de pliométrie et de musculation (seulement du haut pour les jeunes).

Jorge Valdano évite les onze contre onze qui épuisent les organismes. Il préfère les efforts brefs et intenses

Même sans contrôle objectif (enregistreur cardiaque), le travail de condition physique au seuil aérobie (ou en travail anaérobie) est expliqué et des groupes de travail sont formés par des joueurs de mêmes caractéristiques physiologique.

Jorge Valdano : A l'avenir, l'entraînement se fera de plus en plus par petits groupes.

La semaine de travail est utilisée pour résoudre les problèmes du dernier match. « Nous travaillons à partir du dernier match. »

Le plan d'entraînement peut être modifié selon l'état de fatigue du joueur. Les entraîneurs changent d'idée et d'exercice.

Le programme d'entraînement de la semaine est variable.

La semaine d'entraînement

Samedi : Jour du match. Lever individuel. Entraînement facultatif à 10h30 (relaxation). Repas à horaire variable : entre 12h30 et 14 h.

Dimanche : Entraînement dur pour les remplaçants. Décrassage, étirements.

Lundi : Repos. Entraînement dur pour les remplaçants.

Mardi matin : Reprise en douceur. Taureau. Mobilité. Étirements

Mardi après-midi : Exercices techniques. Condition physique. Très grande intensité

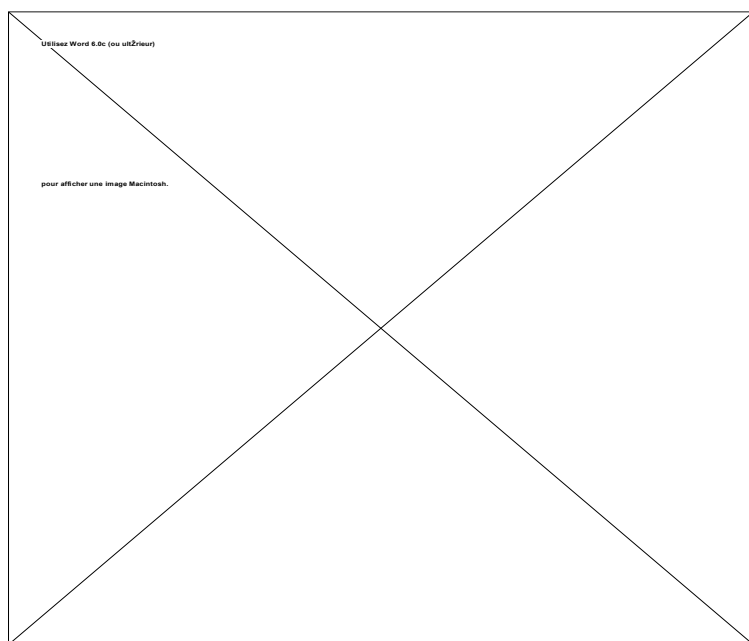
Mercredi matin : Travail avec ballon. Résistance avec ballon

Mercredi après-midi : (pas toujours) Tactique. Ballon

Jeudi : Jeux réduits. Peu ou presque jamais de 11 contre 11

Vendredi : A la carte. Doux et court pour les titulaires, qui viennent quand ils veulent. Dur pour les autres

L'organisation de jeu



Pour des raisons d'équilibre, Valdano positionne un latéral défensif derrière un milieu offensif et un latéral offensif derrière un milieu tous terrain.

Valdano parlant de Menotti : « C'est un homme qui croit en des valeurs, qui définit des situation et les conceptualise. C'est un visionnaire qui puise dans la mémoire collective un concept argentin et en fait une école. »

Valdano parlant de Billardo : « C'est un pragmatique qui change l'organisation de son équipe en fonction de l'adversaire. C'est un obsessionnel qui fonctionne comme un militaire. L'adversaire devient un ennemi. »