



REPRISE DE L'ENTRAINEMENT DES JEUNES



ENFIN ! Vous allez retrouver le chemin des terrains.
Au seuil de cette nouvelle saison nous vous donnons quelques conseils.

N'oubliez pas que vous êtes en PREFORMATION et FORMATION

Vous devez **PROGRAMMER** vos entraînements **PREPARER** vos séances.
C'est le contenu, la variété de vos **EXERCICES, SITUATIONS, JEUX** qui à travers votre **PEDAGOGIE** vous permettrons de faire progresser vos joueurs.

Appuyez-vous sur les diverses compétences du football

TECHNIQUE

- Plus l'enfant touchera le ballon plus il améliorera sa motricité. Faire des gammes, soyez exigeants dans l'exécution technique.
- Passes : claquer les passes, passes dans l'espace, passes dans l'intervalle
- Contrôles : Réduire le nombre de touches, contrôle orienté
 - Les passes et les prises de balle se font en mouvement
- Conduite dribble
- Tir : Ne pas précipiter la frappe ; si ballon aérien le laisser redescendre et traverser le ballon le plus proche de l'horizontale

TACTIQUE

- Travaillez sur des cycles en tenant compte des différentes phases de jeu :
 - Nous avons le ballon
 - CONSERVER / PROGRESSER
 - DESEQUILIBRER / FINIR
 - Nous n'avons pas le ballon
 - S'OPPOSER A LA PROGRESSION
 - S'ORGANISER POUR PROTEGER SON BUT

*Penser à FREINER L'ADVERSAIRE ET SE REPLACER EN FERMANT L'AXE BALLON-BUT
Respecter les espaces entre les lignes et les intervalles dans chaque ligne*

PSYCHOLOGIQUE

- Instaurer un esprit de travail à l'entraînement. Soigner la relation entre les joueurs et la relation éducateur groupe.
- Incitez les joueurs à utiliser leurs yeux pour analyser le jeu.

ATHLETIQUE

- Coordination ++
- Proprioception
- Vitesse-vivacité

Soyez curieux, recherchez des informations

*Inscrivez-vous dans les formations d'**EDUCATEURS** qui vous amèneront à réfléchir sur le contenu de vos séances et sur votre démarche pédagogique.*

BONNE SAISON !!