

COACH

101



numéro
32

JUILLET 2013

EXTRAIT DE VESTIAIRES

1er MAGAZINE
CONSCRÉ AUX
ÉDUCATEURS

POUR S'ABONNER :
WWW.VESTIAIRES-
MAGAZINE.COM

Ecole de foot



Par **Corine RIVIERE**
CDFA au District du Morbihan.

Travail de la feinte et des dribbles

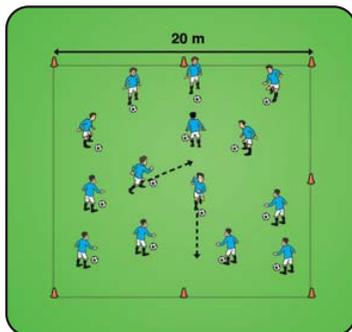
III. Voici une séance III destinée à 14 joueurs maximum, basée sur le thème de la feinte et des dribbles.

SITUATION 1 : Mise en train et jeu réduit



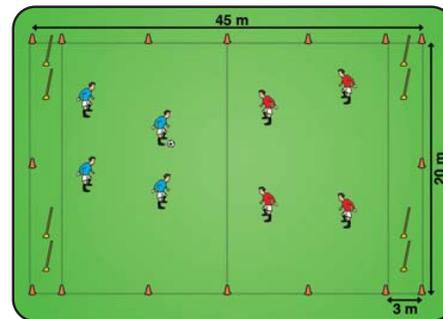
MISE EN TRAIN

Organisation. Sur un terrain de 20x20 mètres, 1 ballon par joueur.
Règles. Conduire le ballon en évitant ses partenaires.
Objectif. Maîtriser son ballon dans un espace réduit en variant les contacts pieds-ballon et les rythmes de conduite de balle.
Variante. Augmenter la surface de jeu pour accentuer le rythme de façon à enchaîner sur le jeu réduit.



JEU REDUIT

Organisation. Sur un terrain de 25x45 mètres, dont 2 zones "buts" de 3 mètres de profondeur, former 2 équipes de 4 joueurs, et 2 de 3 joueurs qui évolueront sur un atelier plus petit.
Objectifs. Maîtriser son ballon dans 1 espace réduit, trouver 1 solution individuelle et collective.
Règles. Marquer dans l'un des deux mini buts adverses (1 but = 1 point). Jeu libre en zone défensive. Les passes vers l'avant sont interdites en zone offensive.



SITUATION 2 : Développement moteur

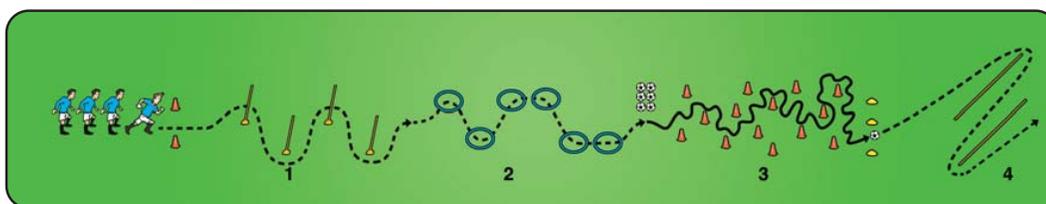


Organisation. Former 2 ateliers parallèles sur 25 mètres de longueur maximum.

Règles. Circuit de psychomotricité :

- 1/ Appuis feinte : au 1er constri, faire appuis feinte sur la gauche pour aller vite sur la droite, puis inverser au 2ème constri, etc...
- 2/ Pied/cerceau. 1er temps : travail en cloche-pied (cerceau à gauche pied gauche, cerceau à droite pied droit), 2ème temps : travail en cloche-pied en appuis contrariés (cerceau à gauche./loche pied droit, cerceau à droite /cloche pied gauche).
- 3/ Conduire son ballon rapidement sans renverser les cônes et stopper celui-ci entre les coupelles.
- 4/ Travail des appuis sur course avant puis course arrière.

Variantes. Insérer une partie "défis" soit sous forme de 1 contre 1, soit sous forme de relai.



SITUATION 3 : Séquence technique



PARTIE ANALYTIQUE (15 à 20 minutes) :

Organisation. 3 couloirs de 15 x 3 mètres + 1 "adversaire" matérialisé par 1 constri foot.

Objectif. Intégrer la feinte sur un enchaînement dribble puis sur 1 conduite, puis sur 1 passe.

Règles.

1/ Les joueurs opposés partent en même temps. 1 ballon par joueur.

-Feinte – dribble crochet extérieur. Feinte de départ à gauche et enchaînement extérieur du pied droit. Maitriser son ballon en conduite de balle. Puis feinte de départ à droite et enchaînement extérieur pied gauche. Maitriser son ballon en conduite de balle.

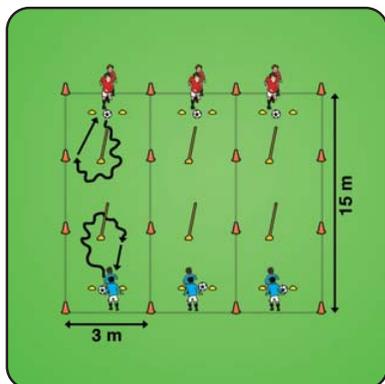
-Feinte – dribble crochet intérieur. Feinte de départ à gauche avec l'extérieur du pied gauche pour emmener son ballon sur l'intérieur pied gauche vers la droite. Maitriser son ballon en conduite de balle. Puis feinte de partir à droite avec l'extérieur du pied droit pour emmener son ballon sur l'intérieur du pied droit vers la gauche. Maitriser son ballon en conduite de balle.

2/ Idem 1, avant d'enchaîner sur une passe au partenaire suivant.

Consignes. Conduite de balle assez rapide, expliquer l'intérêt de faire une feinte.

PARTIE EVOLUTIVE (15 minutes) :

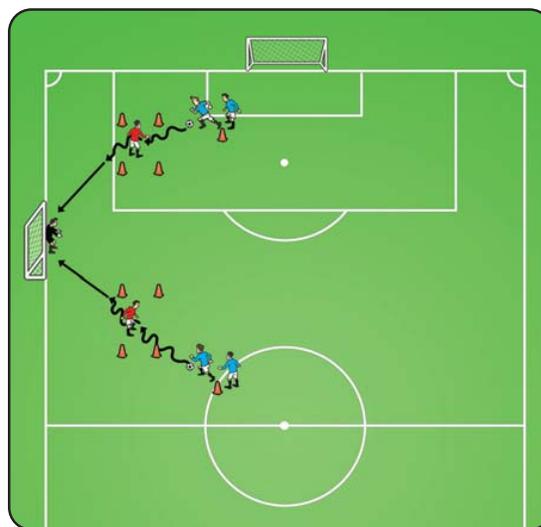
Organisation. 2 ateliers : 1 but à 7 avec gardien, départ du



ballon à 20 mètres, zone de dribble à 15 mètres. Faire tourner les joueurs offensifs et défensifs sur les 2 ateliers pour que chacun intègre l'exercice.

Objectif. Savoir éliminer 1 adversaire grâce à la technique employée lors de la partie analytique.

Règles. Le joueur part en conduite de balle, tente d'éliminer son adversaire par la feinte et le dribble et doit aller marquer 1 but (via 1 tir ou 1 duel face au gardien). Le défenseur est restreint sur 1 ligne défensive de 10 mètres de largeur, puis sa zone d'intervention augmente en profondeur au fur et à mesure de la réussite des joueurs. Le défenseur occupera différentes positions de départ (de face, de côté, en retard) afin que son adversaire s'adapte à toutes les situations.



SITUATION 4 : Jeu dirigé

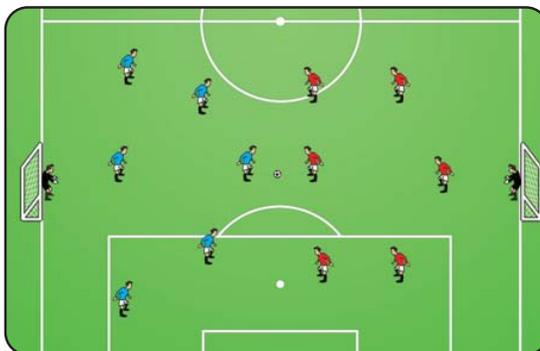


Organisation. Opposition à 7 contre 7 sur un terrain à 7.

Consignes.

-Faire jouer les enfants à différents postes pour les habituer à observer les différents espaces proposés par le jeu.

-Mettre un système de jeu basique et compréhensible par tous.



-Intégrer 1 à 2 consignes de jeu, à la fois sur le plan offensif et défensif, et tenter de l'appliquer au maximum.

A l'issue de la séance, faire un bilan très simple et ranger le matériel.

MIRA

514-325-6472

AMUSEMENT



Réservez dès maintenant!



PROMO 2013!

WOW!
appeler pour prix

Promotion* 2013 FORFAITS FORMIDABLE!
Forfait inclus : (3) jeux gonflables!
Votre choix de: (1) Zone tout-petits, (1) Glissade,
(1) Multi-activités OU (1) Course d'obstacle

6 heures remplit de sourires ET plaisirs incroyable!
sur notre VASTE gamme de jeux gonflables!
Mira vous conseillera une location appropriée à votre budget.

Contactez John Mirijello: John@MiraAmusement.com
Contactez Tony Certosini: Tony@MiraAmusement.com

Opérateurs sur place pour installation, démontage et explications générale.
Réservez tôt et profiter de notre grande sélection de nouveautés 2013 pour vos événements!



Partout au Québec!



www.MiraAmusement.com

6120 boul. Métropolitain Est, Montréal
Tél: 514-325-6472 Fax: 514-325-9342
Courriel : John@MiraAmusement.com
Courriel : Tony@MiraAmusement.com

* Durée de promotion: 31 déc., 2013; Valide 7 jours par semaine; Durée maximum de 4h ;
Taxes en sus; Transport dans un rayon de 100 Km (Extra\$ pour 100km+)
La surveillance des jeux et enfants sont sous la responsabilité du client.

**EXTRAIT DE
VESTIAIRES**

1^{er} MAGAZINE
CONSCRÉ AUX
ÉDUCATEURS

POUR S'ABONNER :
WWW.VESTIAIRES-
MAGAZINE.COM



Par **Vincent HAMONIC**,
CTD du district du Morbihan.

Ecole de foot : "Jamais 2 fois d'affilée sur le banc"

Temps de jeu. Un enfant qui pleure sur le bord du terrain parce qu'il n'a pas joué ou qui arrête à mi-saison ? Inadmissible ! Pourtant, certains pseudo-éducateurs s'obstinent à laisser de jeunes joueurs sur le banc bien plus que de raison. Vincent Hamonic s'élève contre la méthode et dresse l'inventaire de ce qu'il convient de faire pour assurer le plaisir de tous.

Évoquer la simple notion de remplaçants à l'école de foot est une aberration. La seule question à se poser est de savoir comment on va assurer le même temps de jeu pour tout le monde. Pour le reste, il suffit de rappeler que chaque enfant a signé une licence, et qu'il s'agit de la même pour tous ! Par ailleurs, le premier objectif des dirigeants et éducateurs doit être de fidéliser les jeunes licenciés. Or, on fidélise par le plaisir et l'estime de soi. Lorsqu'un petit garçon ou une petite fille joue 5 minutes sur un plateau, on va à l'encontre de ces deux principes. Le deuxième objectif consiste à donner les moyens aux jeunes de progresser dans leur pratique. On sait très bien que les niveaux des uns et des autres fluctuent énormément d'une saison à l'autre. D'un mois à l'autre parfois. Les meilleurs éléments qui arrivent dans le football à 11 n'étaient pas toujours les plus doués au départ ! Pour beaucoup, il s'agissait juste de leur donner l'opportunité de jouer... D'une manière générale, on doit lutter contre cette idée que le meilleur éducateur est celui qui obtient les meilleurs résultats. L'essentiel est ailleurs. Et notamment dans la réalisation des objectifs ayant trait au développement individuel des enfants. Pour ce faire, je conseille d'appliquer les principes suivants par catégorie :

- U6 à U9 : Même temps de jeu pour tous bien évidemment. La refonte des catégories entreprise par la DTN envisage la mise en place de formules à 3 contre 3 et 4 contre 4 avec des plateaux parallèles pour les U6. Ceci pour multiplier les possibilités pour l'enfant de toucher le ballon et ainsi réduire le nombre de joueurs inactifs sur la touche.

- U10-U11 : Pour ces catégories, on passe au 7 contre 7 sur des demi-terrains, mais la même logique doit être de mise. De plus, l'espace de jeu ayant

augmenté de façon significative, l'éducateur a tout intérêt à assurer des rotations rapides.

- U13 : Gare à la championniste. Sur certaines compétitions, la Coupe Nationale Benjamins notamment, les éducateurs se croient soudain en Champion's League ! On peut les comprendre... mais certainement pas les excuser lorsqu'ils utilisent les mêmes 9 joueurs à chaque match. Il est inconcevable qu'un garçon ou une fille s'assoit deux fois d'affilée sur le banc.

- U15 : On passe au football à 11. Malheureusement, les notions de compétition parasitent parfois les objectifs de pré-formation. On peut le regretter. D'autant plus que nous avons affaire à des adolescents en construction. On sait combien l'aspect psychologique est important et combien ces jeunes ont besoin de se sentir valorisés. Alors même si un joueur est moins sollicité

sur des matchs en particulier, il ne doit y avoir que peu d'écart entre celui qui fait "exister" l'équipe techniquement et celui qui est moins doué sur l'ensemble de la saison.

- U17 : Les mêmes principes prévalent. Si ce n'est que les jeunes de cet âge là se révèlent encore plus sensibles aux notions de justice et d'injustice. L'éducateur U17 doit être à même d'expliquer ses choix. D'ailleurs, quand il doit formuler les causes véritables du peu de temps de jeu accordé à un élément, il se rend souvent compte que ses raisons sont objectivement indéfendables !

En conclusion, il est bien évident qu'il va dans l'intérêt du football en général de considérer tous les éléments signant une licence à leur juste valeur. Par conséquent, et pour assurer le développement de notre sport, il est urgent de ménager une place pour tous. ■





home made style menu



DEJEUNER - DÎNER - TRAITEUR



www.kitchen73.com

☎ 450.667.3373

1661 De L'avenir, Laval, QC H7S 2N5

COPYRIGHT 2012 © KITCHEN 73 ALL RIGHTS RESERVED.

home made style menus perfect for any occasion.

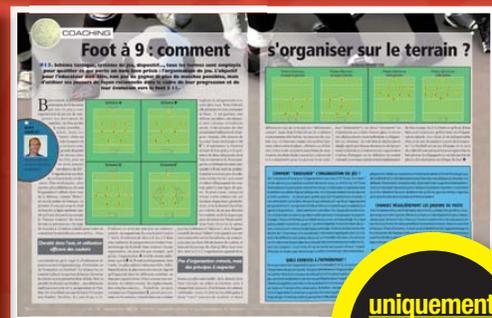
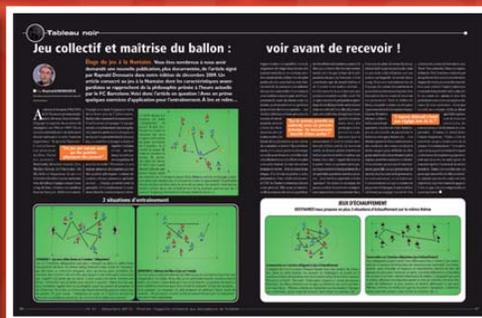
LA REVUE DES TECHNICIENS

WWW.VESTIAIRES-MAGAZINE.COM



Tous les mois, VESTIAIRES c'est :

- Des conseils d'experts de l'entraînement, du management, de la préparation physique, des métiers de santé...
- Des exercices pratiques, une séance à archiver...
- Des intervenants prestigieux (Christian Gourcuff, Jacques Crevoisier, Jean Fernandez, Raynald Denoueix, etc...)
- Des témoignages d'acteurs du foot amateur



uniquement sur abonnement



Gérard Houllier
"Enfin un mensuel pour tous les entraîneurs"



Jacques Crevoisier
"Un magazine en tout point remarquable"



Jean-Marc Furlan
"Agréable à lire et très riche dans son contenu"



Jean Fernandez
"Ma lecture préférée sur le football"



Elie Baup
"Un véritable outil pour les éducateurs"



Raynald Denoueix
"Je me régale tous les mois en le lisant !"



Christian Gourcuff
"Je me félicite qu'une telle revue ait vu le jour"