

POINTS D'OBSEVATIONS & DE COACHING



1) INTRODUCTION :

- Le coaching doit se faire en rapport avec ce qui va être travaillé dans la partie principale de l'entraînement (fil rouge)

2) APPRENDRE A JOUER AU FOOTBALL :

Marquer des buts :

- Position du pied d'appui
- Partie du ballon touchée
- Partie du pied utilisée
- Position du corps
- Orientation des épaules,
- Prise d'information sur le but / gardien-ne
- Gainage de la cheville
- ...

Préparer des buts seul :

- Conduite de balle
- Prise de balle
- Position du corps du joueur par rapport au ballon / cône / adversaire
- Partie du pied utilisée
- Distance / Temps avant dribble (cônes, adversaire(s))
- Fréquence de touche de balle
- ...

Préparer des buts ensemble :

- Prise d'informations (coéquipier/ères, adversaires, terrain)
- Occupation du terrain (largeur, profondeur) (fleur ouverte/fermée)
- Possibilité de faire une passe (dans la lumière)
- Orientation (défenseur-e(s))
- Position sur le terrain
- Combinaison entre joueur(s)/euse(s)
- Communication
- ...

3) FAIRE L'EXPERIENCE DE LA DIVERSITE :

- Selon la thématique que vous désirez travailler
- Voir les exemples sur le document ANF – [« Exercices Diversite ANF 2022-2023 »](#)

4) JOUER AU FOOTBALL & MATCH :

- Le coaching doit se faire lorsque c'est approprié (pause, mi-temps, changements)
- Le coaching doit se faire en rapport avec ce qui a déjà été travaillé à l'entraînement et indiqué ci-dessus. Toujours partir de ce que les joueurs/euses connaissent