

# Football – Jeu de tête: Types de coups de tête

Le jeu de tête est pluriel: avec ou sans course d'élan, avec ou sans saut d'appel, sur une ou deux jambes, en reculant, en plongeant, etc.

Présentation des différents types de coups de tête composant le répertoire d'un joueur expérimenté:

Position debout	Course d'élan et saut d'appel sur une jambe avec rotation
Position debout, saut d'appel sur les deux jambes	Coup de tête en reculant
Position debout, saut d'appel sur les deux jambes avec rotation	Prolongation d'un ballon de la tête
Course d'élan et saut d'appel sur les deux jambes (saut de volleyball)	Coup de tête avec plongeon
Course d'élan et saut d'appel sur une jambe	Coup de tête de libération



Source: Bruno Truffer, chef de sport J+S Football



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**