

Football – Entraînement du gardien: Leçon «Battle»

La victoire et la défaite font partie intégrante du jeu. Et lorsque les joueurs appliquent la bonne technique dans le jeu tout en éprouvant du plaisir, on se rapproche alors de l'entraînement parfait!

Conditions cadres

- Durée de l'entraînement: variable selon la taille du groupe et l'organisation
- Catégories: juniors E-D et plus âgés
- Nombre de gardiens: 2-6 (exemple de leçon avec quatre gardiens)



Objectifs d'apprentissage

- Expérimenter, apprendre, appliquer et varier les plongeons, les duels 1:1, les ballons hauts et la construction du jeu dans une situation de compétition (battle)
- Entraîner la technique en mode concours
- Éprouver du plaisir et développer le «winning spirit»

[Leçon: Battle](#) (pdf)

Source: Patrick Foletti, chef des gardiens à l'Association suisse de football et enseignant d'éducation physique



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO