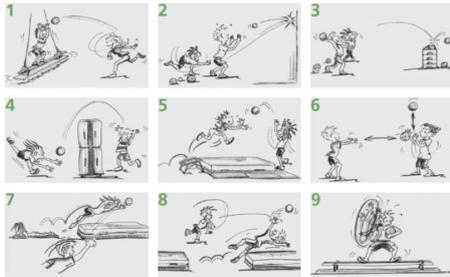


Football – Entraînement du gardien: A l'école – Postes

Tout l'arsenal indispensable au gardien se décline dans les différents postes qui combinent courage, équilibre, réaction, différenciation, rythme, réceptions, déviations, sauts et plus encore. A effectuer sous forme de parcours découverte ou de concours.



Les différents postes sont occupés par deux à trois élèves à la fois. Qui récolte le plus de points?

[Entraînement par postes](#) (pdf)

[Fiches de postes](#) (pdf)

[Fiches individuelles](#) (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