



Dépassement
Respect
Excellence
Réussite

DÉVELOPPEMENT DU JOUEUR

TRAVAIL ET DÉVELOPPEMENT PAR
GROUPE D'ÂGE (5-6E ANNÉE)



TRAVAIL ET DÉVELOPPEMENT PAR GROUPE D'ÂGE

5 et 6e année

ACTIVITÉS

- Camp de préparation (S-E)
- Visite dans les écoles (RDL, Dégelis, Trois-Pistoles, Cacouna, etc)
- Invitation au Sport-Études (Voie Sportive, etc)
- Recommandations des programmes dans les écoles primaires
- Camp de sélections

TYPE DE TRAVAIL POUR CE GROUPE:

Technique :

- Conduite
- Drible et feintes
- Contrôle (sol et aérien)
- Passe
- Tir
- Technique défensive en 1vs1
- Protection du ballon

Tactique :

- Largeur / profondeur
- Conservation en surnombre
- Défensive (comprendre quand / comment défendre individuellement)
- Sortir le ballon de la pression (à la récupération)
- Reconnaître l'utilisation des espaces libres

Autres connaissances :

- Les différents règlements
- Les positions et leurs rôles
- Éthique de travail à l'entraînement et en match

Points importants à intégrer aux entraînements :

- Il doit y avoir un travail technique précis à chaque entraînement (répétitions)
 - L'entraîneur doit amener le joueur à réfléchir à chaque intervention (questions)
 - Beaucoup de situations de jeu avec des objectifs précis
 - Les jeunes doivent toucher à tous les postes
-