

# Recommandation Commission Gardien D56



# 4 recommandations sur le Foot à 8

- ▶ **Laisser le gardien tirer le coup de pied de but** : mettre ainsi en place la relance protégée pour relancer = le gardien pose le ballon sur le point de penalty et peut toucher un joueur dans sa surface de réparation, l'adversaire ne pouvant rentrer dans celle-ci uniquement lorsque le gardien met le ballon en jeu. Cette règle n'est pas applicable lorsque le gardien récupère le ballon avec les mains.
- ▶ **Favoriser les gardiens tournant jusqu'en U11/U12** : pour optimiser et favoriser la progression de celui-ci, un gardien peut et doit aussi évoluer au moins un quart-temps sur le terrain. Il faut que le gardien connaisse le terrain pour augmenter sa culture du jeu et ainsi gagner du temps sur le jeu au pied.
- ▶ **Travailler les relances de volées et ½ volée en spécifique** : Les gardiens contournent la règle sur l'interdiction de la volée et de la ½ volée en effectuant un rebond et donnant un coup de pied à la suite de celui-ci. Cela n'a pas d'intérêt dans la formation du gardien, il n'utilisera pas ce geste en foot à 11. Favoriser le travail de la relance à la main ou alors la pose du ballon au sol et l'enchaînement avec les pieds.
- ▶ **Utiliser le Futsal pour mettre en place le PowerPlay** : L'opportunité de jouer avec le gardien librement dans la partie haute du terrain permet au gardien de travailler sous pression = analyse des situations, prises de décisions, réalisation technique, jouer à l'inverse de la pression, et tout ça plus rapidement.

# Le schéma de développement du gardien



U10 -  
U13

- Découverte.
- Apprentissage des gestes spécifiques.

U14 -  
U18

- Perfectionnement des gestes techniques spécifiques.
- Apprentissage des situations complexes.

Séniors

- Perfectionnement des gestes techniques.
- Perfectionnement des situations complexes.

- ▶ Objectif en fin d'année U15 : Avoir un gardien très à l'aise techniquement.
- ▶ Objectifs en fin d'année U17 : Avoir un gardien proche d'une technique parfaite.
- ▶ Travailler la technique n'empêche pas de mettre du sens à notre travail spécifique.

# L'intégration au projet de jeu quand mon équipe a le ballon



Connaître et maîtriser le projet de jeu de l'équipe

**Exo Technique**  
**Exo Adaptatif**  
**Situation**  
**Toro**

Vivre des situations de jeu en spécifique mais surtout en séance

**Cycle Futsal**  
**Situation de compét**

**Les moments**  
**Les espaces**  
**La dynamique du match**  
**Les intentions**

2/3 des ballons touchés par le GB sont des ballons des relances

**Situation**  
**Jeu de position**  
**Jeu réduit**

Opportunité du PowerPlay en futsal

# L'intégration au projet de jeu quand mon équipe n'a pas le ballon



Connaître et maîtriser le projet de jeu de l'équipe

**Exo Technique**  
**Exo Adaptatif**  
**Situation**

Vivre des situations de jeu en spécifique mais surtout en séance

**Les moments**  
**Les espaces**  
**La dynamique du match**  
**Les intentions**

1/3 des ballons touchés par le GB sont des ballons de défense

**Situation**  
**Jeu réduit**  
**Grand jeu**