

Préformation: Orientations et Philosophie



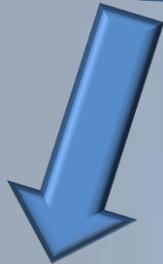
« Vouloir Jouer ensemble »

« Etre capable de jouer avec et pour les autres »

Les 3 Types de Pédagogies utilisées en Préformation

30%

Pédagogie du
Modèle de
Décision
Tactique
(PMDT)



Situations simples et
reproductibles. Utilisation
du questionnement de la
part de l'éducateur.
Pédagogie du Guidage

60%

Pédagogie du
Modèle Auto
Adaptatif
(PMAA)



Jeu ou Jeu à thèmes.
Attitudes peu
interventionnistes de
l'éducateur. Pédagogie de
la découverte

10%

Pédagogie du
Modèle
d'Exécution
(PME)



Exercices Techniques,
Circuits préférentiels.
Attitudes directives et
interventionnistes de
l'éducateur. Pédagogie de
la répétition

Semaine Type Préformation

60% sous forme jouées, 30% sous forme de situations, 10% sous forme de travail technique

DOMINANTES DE TRAVAIL

LUNDI	Maitrise Individuelle. Proprioception. Développement de la coordination.
MARDI	Principes de Jeux Collectifs. Conservation à thèmes
MERCREDI	Séquences jouées (jeu global)
JEUDI	Situations Problèmes (3c2,4c3,....)
VENDREDI	Situation en zone de finition. Jeu réduit

Exemples de Travail effectué en Préformation

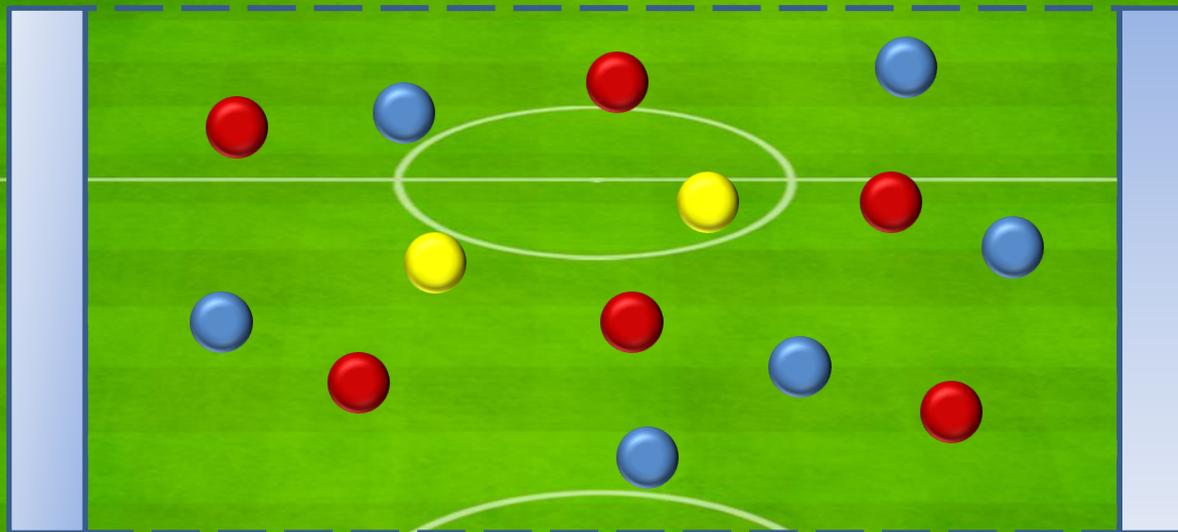


Situation P.M.A.A de Référence

6c6 + 2 Jokers Espaces Réduits

Varier les dimensions de la zone de jeu pour augmenter la difficulté

Utilisations multiples de cette situation: Conservation, jeu orienté avec zones, stop ball, jeu avec gardiens,...



Objectifs de la supériorité numérique:

Favoriser la maîtrise collective.
Donner gout aux jeunes joueurs d'être en possession du ballon « ensemble »

Objectifs de la densité:

Développer la notion d'anticipation. « Voir avant de recevoir ». Favorise le jeu en 1 ou 2 touches. Oblige la communication

JEU 3C3 + 3 JOKERS: MAITRISE DANS UN PETIT ESPACE

Jeu 3c3 + 3 Jokers:
2 touches à l'intérieur
du triangle.
Possibilité d'agrandir le
jeu en sortant du
triangle pour les
joueurs qui conservent
mais 1 touche

OBJECTIFS:
Valider les 3 cotés en
passant obligatoirement
par l'intérieur à chaque
fois.

Variante: Donner la
possibilité de sortir à
l'extérieur pour l'équipe
qui défend

Dimensions
20mx20m

*Possibilité
d'amener la
transition avec
changement de
rôle à la
récupération*

PMAA 6c6+ 2 jockers

Maitrise collective + Jeu vers l'avant

BANDE DE
10METRES:
1 TOUCHE

Z1

Z3

Z2

*Travail de
maitrise dans les
zones 1 et 3.
Zone centrale en
une touche .
Objectif :
Préparation puis
accélération du
jeu*

Correctifs:

En fonction des zones attitudes différentes.

Z1 et Z3: Conservation et prise de largeur/ Finition et déséquilibre

Z2: Jeu vers l'avant et progression du ballon.

Principes Z2: Appui/Soutien, Donne et Va....