

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

Le gardien de but de 6 / 8 ans.

Constats :

- Souvent nous retrouvons plus de problèmes Psycho-moteur de mains chez le tout jeune enfant lié à la Coordination
- Il a peur du ballon, le repousse.
- Il a peur du contact avec l'adversaire
- Il a aucune notion de déplacement dans l'espace qui lui est réservé, attend le ballon
- Ne sait pas utiliser les possibilités mécaniques que son corps lui propose pour arrêter ou saisir le ballon
- N'a pas d'esprit de décision, hésite.

ON DOIT ESSAYER DE DEVELOPPER CHEZ CE TRES JEUNE GARDIEN :

- La manipulation du ballon qui doit s'intégrer dans des formes de déplacement
- La course avec ballon dans les mains, le saut vertical avec ballon et sans ballon dans les mains.
- La recherche du contact avec le ballon, il doit vouloir s'approprier le ballon qui est au départ arrêté, puis celui ci est en déplacement.
- La coordination et l'équilibre de ses gestes pour saisir le ballon
- La découverte :
 - de la zone où il doit évoluer
 - de la cage qu'il doit protéger
- Découverte du ballon dans l'espace, doit essayer de la bloquer

Le gardien de but de 8 / 10 ans.

CONSTATATIONS:

- Un petit peu plus dégourdi que le débutant, mais peu de différences physiques, a peut être l'avantage d'avoir déjà pratiqué
- Moins peur du ballon, car plus casse-cou, mais toujours aussi maladroit
- Aucune véritable notion technique de préhension du ballon
- Pas de puissance musculaire
- Pas d'utilisation coordonné et efficace du saut, du lancer ou du frapper du ballon
- Ne sait pas se déplacer vers le ballon
- Ne sait pas utiliser son corps pour faire obstacle au ballon
- Joue peu avec ses partenaires
- A la volonté de bloquer le ballon
- Recherche peu le contact avec le sol
- Ne connaît pas l'éventail gestuel des prises de balle

NOUS DEVONS DEVELOPPER ET DE FAIRE TRAVAILLER CHEZ CE JEUNE GARDIEN

- La manipulation du ballon avec deux mains, une main, travail d'adresse
- La position des mains pour saisir un ballon efficacement qui arrive :
 - En roulant au sol
 - A mi-hauteur de façon horizontale
 - Dans l'espace verticale, qui tombe donc vers le G.B.
- Découverte des différentes notions de trajectoire du ballon
 - Tendue
 - Courbe
 - Rasant le sol
- Notion de choix, de prise de décision
- Evaluation de la puissance de tir
 - Fort
 - Faible
 - Modéré
- Adaptation de sa motricité et de son corps aux différentes formes de rencontre avec le ballon
- Le dégagement au pied =====> Exercices Psycho-Moteur et de Coordination très difficile
- Familiarisation avec le sol, beaucoup de jeux au ras du sol

Le gardien de but de 10 / 12 ans.

CONSTATATIONS



*Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.*

les notions vitesse-détente

discerner, mais ne s'y adapte pas toujours facilement

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

opère a différentes situations

- va au contact du sol, mais apprend le saut latéral dans l'espace car ne sait pas tomber avec et sans le ballon
- Ne synchronise pas déplacement et saut à la rencontre de la trajectoire d'un ballon
- Généralement à cet âge se découvre une vocation et des qualités de G.B

ON DOIT DEVELOPPER CHEZ LE U 13 :

- Plusieurs gestes techniques et des situations techniques car il est capable de comprendre et d'assimiler des explications physiques et géométriques qui détermine certaines solutions aux problèmes poses.
- On peut lui expliquer les choses de façon précise et technique
- On doit lui faire travailler sa vitesse de réaction, hésite encore au signal perçu
- Le travail du dégagement au pied (même le drop) et à la main
- Le placement sur phase statique (corner, coup franc, ...)
- La fermeture de l'angle face au tireur
- La sortie vers l'adversaire
- La communication avec ses partenaires
- Doit maîtriser ses déplacements dans l'espace vertical
- Développer dès les moins de 13 ans le jugement et l'évaluation des trajectoires du ballon (timing)
- Dominer son impulsivité et produire des gestes justes
- Doit posséder un répertoire gestuel du G.B
- Développement du plongeon, n'a plus peur d'aller au sol. Il doit savoir tomber sans se faire mal en maîtrisant le ballon ou du moins en écartant le danger.
- Les techniques de déplacements (pas chassés, prises d'appui, tonicité, ...) doivent être abordées.

Auteur : Claude Esposito