

PRENDRE EN MAIN UN GROUPE À L'ENTRAÎNEMENT

AVANT L'ENTRAÎNEMENT

PENDANT L'ENTRAÎNEMENT

APRÈS L'ENTRAÎNEMENT

S'ASSURER DE...



Points de vigilance

DÉFINIT UN CADRE DE TRAVAIL STRUCTURANT :

1. Ouvrir la séance
2. Clôturer la séance

CRÉER LES CONDITIONS D'ENGAGEMENT ET D'APPRENTISSAGE :

1. S'assurer d'une ambiance positive
2. Définir des objectifs clairs
3. Limiter les consignes
4. Cadencer la séance

« On progresse en pratiquant et non en écoutant ! »

ACCUEILLIR LES JOUEURS ET LES PARENTS :

- S'assurer de la présence de tous les joueurs(ses) prévus(es)
- Veiller à la tenue vestimentaire et au matériel (gourde, baskets,...)
- S'assurer de dispositions mentales et physiques de chacun

DEVELOPPER L'AUTONOMIE :

- Mettre en place progressivement un protocole d'avant séance sur le côté du terrain
- Responsabiliser les jeunes sur la gestion du matériel pédagogique

ON EST CHEF D'ORCHESTRE

ORGANISER UNE ROUTINE DE DÉBUT DE SÉANCE :

- Rassembler les jeunes autour du cercle central
- Retour bref et positif sur le dernier match joué (si c'est la 1ère séance de la semaine)
- Présenter brièvement la séance et les objectifs (2 mn max)
- Lancer rapidement l'échauffement

DEVELOPPER UNE DYNAMIQUE DE SÉANCE :

- Entretenir un climat positif en encourageant
- Favoriser le temps effectif de pratique (=80% du temps de séance)
- Penser à faire des pauses boisson courtes et régulières
- Impliquer chaque jeune en variant les situations et les rôles

ON REDEVIENT « ORGANISATEUR » !

FORMALISER UN TEMPS DE RETOUR AU CALME :

- Rassembler les jeunes autour du rond central
- Faire un bilan de séance rapide et synthétique
- Faire verbaliser les jeunes en questionnant

ORGANISER UNE ROUTINE DE FIN DE SÉANCE :

- Mettre en place un protocole de récupération (course lente + étirements)

COMMUNIQUER SUR LE PROCHAIN MATCH :

- Préciser les objectifs de la rencontre redev
- Informer les parents des conditions logistiques
- Communiquer la liste des joueurs participant à la rencontre