CFI GARDIENS DE BUT - ENTRAINEMENT

FICHE DESCRIPTIVE

Présentation

Cette formation permet aux éducateurs de découvrir et de développer les bases de l'entraînement spécifique des gardiens de but.
Elle apporte des connaissances et des outils simples pour accompagner les gardiens dans leur progression, à travers des exercices adaptés à leur âge et à leur niveau.

Objectifs de la formation

- Mieux connaître le poste de gardien de but.
- Découvrir les bases techniques du poste.
- Savoir préparer une séance spécifique.
- Proposer des exercices adaptés aux gardiens.
- Accompagner et conseiller les gardiens dans leur progression.

Contenus de la formation

- Les déplacements et les prises de balle.
- Les plongeons et les sorties.
- Le jeu aérien.
- Le jeu au pied et la relance.
- Le placement et la lecture du jeu.
- La préparation et l'animation d'une séance.

Méthodes pédagogiques

La formation alterne des temps d'échanges, des apports techniques et des mises en pratique sur le terrain. Les stagiaires pourront découvrir et expérimenter différentes situations d'entraînement afin de mieux comprendre comment accompagner les gardiens de but au quotidien.

Public concerné

Éducateurs, entraîneurs et personnes souhaitant développer leurs connaissances dans l'entraînement spécifique des gardiens de but.

Finalité

Donner aux éducateurs des bases et des outils pour proposer des entraînements adaptés, variés et progressifs, et ainsi contribuer à l'épanouissement et à la progression des gardiens de but dans leur club.