

Formation des Espoirs



(M-20 / M-17 / M-15)

Principes de jeu

- Volonté absolue de gagner
- Dynamisme, engagement total et esprit d'équipe
- Utilisation de la largeur et de la profondeur pour la construction du jeu et les combinaisons
- Utilisation efficace des zones extérieures
- Il faut marquer des buts pour gagner
- Longue passe comme alternative volontaire de construction (2ème balle)
- Réduction des espaces adverses par un marquage de zone stricte et par le pressing (au milieu de terrain)
- Agressivité et soutien dans les duels

Positions

- 4 - 4 - 2 ou 3 - 4 - 3 flexible comme organisation de base
- Organisation sans libéro
- Le gardien participe au jeu
- Les deux arrières latéraux (2, 3) et les deux demis extérieures (7, 8) occupent les zones extérieures en phase offensive
- Un défenseur participe toujours à une phase offensive (surnombre)
- Les deux avants de pointe (9, 11) déterminent en premier lieu le déroulement des actions d'attaque
- Le pressing doit être déclenché par les leaders selon la situation de jeu et du résultat
- Tous les joueurs participent au jeu défensif



Accents d'entraînement

Accents de formation collective:

- Organisation de l'équipe (4 - 4 - 2 ou 3 - 4 - 3)
- Récupération de la balle (pressing/duel) et passage à la phase offensive (première passe)
- Construction du jeu depuis derrière et conservation du ballon, jeu en profondeur
- Jeu par les zones extérieures, centres, conclusion
- Contre-attaque (efficacité)
- Perte de la balle et transition immédiate à la phase défensive
- Marquage de zone et alignement de la défense
- Balles arrêtées (spécialisation)

Accents de formation individuelle:

- Développer les points forts du joueur
- Duel et soutien (1:1 / 1:2 / 2:1 / 2:2 / 2:3 / 3:2 / 3:3 off./déf.)
- Technique en mouvement et technique sous pression (dribble, passe, contrôle orienté, centre, tir au but et jeu de tête)
- Encouragement à la créativité
- Agressivité, volonté et concentration
- Formation par poste (spécialisation)
- Vitesse, puissance musculaire et endurance
- Spécialisation et planification de carrière pour chaque joueur