



Formation 3&3

Réforme des championnats U8

Saison 2014-2015

CAHIER DE L'ENTRAINEUR

Formation 3&3 - Provinces

TABLE DES MATIÈRES

1. Introduction.....	3
2. Philosophie et esprit 3&3	4
2.1. DLTA	4
.....	4
2.2. Esprit 3&3.....	5
3. Organisation pratique	6
3.1. Infrastructures	6
3.2. Les 5 règles principales	6
3.3. Autres adaptations.....	7
3.4. Arbitrage	7
4. Timing des rencontres	8
5. Principes de jeu.....	9
5.1. Trois objectifs prioritaires	9
5.2 Principes offensifs	9
5.3 Principes défensifs	9
6. Documents officiels.....	9
6.1 Feuille de match (annexe).....	9
6.2 Récapitulatif des règles (annexe).....	10
7. Vidéos.....	10
7.1. Observations	10
8. Pratique.....	11
8.1. Echauffement commun.....	11
8.2. Gérer et organiser des périodes de 4 minutes	11
8.3. Jeu de shoot	12
8.4. Idem 8.2.	13
8.5. Jeu final	13
9. Conclusion	14



Formation 3&3 - Provinces

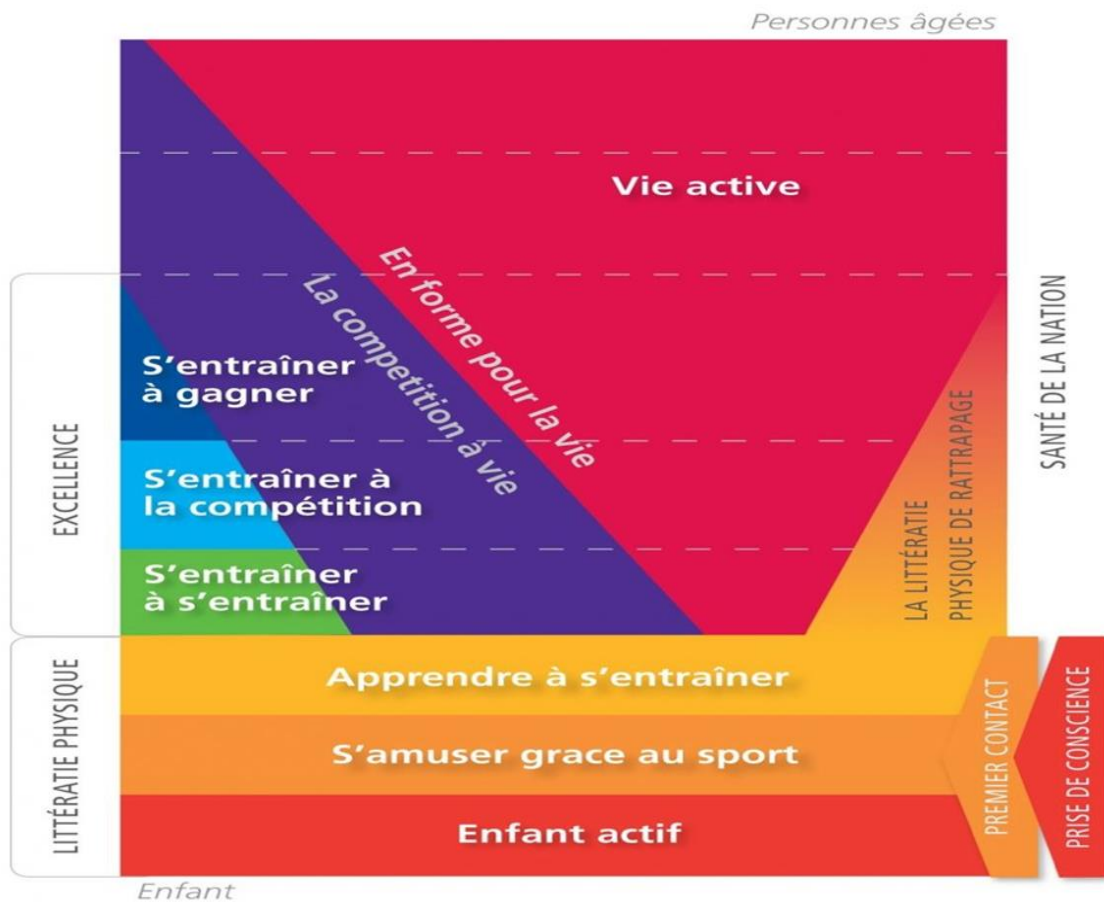
1. Introduction

Lined area for notes with horizontal dotted lines.

Formation 3&3 - Provinces

2. Philosophie et esprit 3&3

2.1. DLTA



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

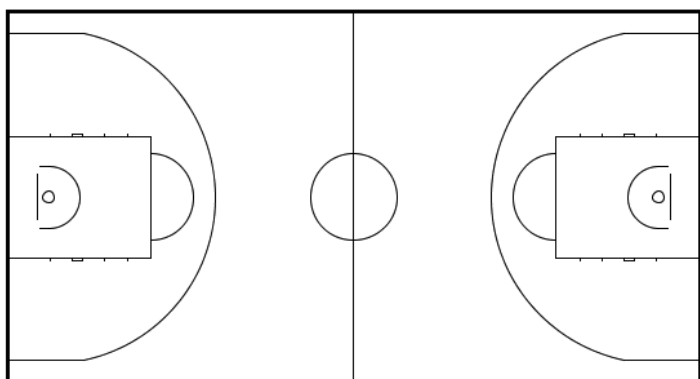
.....

.....

Formation 3&3 - Provinces

3. Organisation pratique

3.1. Infrastructures



.....

.....

.....

.....

.....

.....

3.2. Les 5 règles principales

1. Le « marcher »

.....

.....

.....

.....

2. Le « dribble »

.....

.....

.....

.....

3. Le « contact »

.....

.....

.....

.....

4. La « sortie »

.....

.....

.....

.....

Formation 3&3 - Provinces

5. Les remises en jeu

.....
.....
.....

3.3. Autres adaptations

1. Interdiction de prendre le ballon des mains

.....
.....
.....

2. Pas de marquoir

.....
.....
.....

3. Pas d'entre-deux, pas de retour en zone et pas de lancers-francs

.....
.....
.....

4. Autres

.....
.....
.....
.....

3.4. Arbitrage

Par les entraîneurs

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Formation 3&3 - Provinces

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. Timing des rencontres

	Timing	
Echauffement commun	10 à 15	Organisé par l'entraîneur visité ou en collaboration
4 périodes de 4 minutes SANS ARRÊT CHRONO + pause d'1minute entre chaque période	19	<ul style="list-style-type: none"> PAS DE REMPLACEMENT sauf pour un joueur blessé Idéal: proposer des oppositions équilibrées
Pause	5 à 10	<ul style="list-style-type: none"> Changement de côté Possibilité d'organiser un jeu de shoot
4 périodes de 4 minutes SANS ARRÊT CHRONO + pause = 1minute entre chaque période	19	<ul style="list-style-type: none"> PAS DE REMPLACEMENT sauf pour un joueur blessé Idéal: proposer des oppositions équilibrées
<i>Jeu de shoot ou un jeu de clôture</i>	5 à 10	<i>Facultatif</i>
Temps total: MINIMUM < 53min. – 58 min. – 73 min. > MAXIMUM		

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Formation 3&3 - Provinces

5. Principes de jeu

5.1. Trois objectifs prioritaires

- Reconnaître son statut: attaquant/défenseur
- Proposer des solutions à mes partenaires
- Poser des problèmes à mes opposants

.....
.....
.....
.....

5.2 Principes offensifs

- Fluidité du jeu
- Jeu de transition
- Ne pas prendre le ballon des mains
- Ne pas rester plus de trois secondes avec le ballon en mains
- Ne pas rester plus de trois secondes à la même place
- Tolérer un minimum de passes vers l'arrière

.....
.....
.....
.....

5.3 Principes défensifs

- Un seul joueur sur le porteur du ballon
- Ne pas laisser un joueur libre
- S'interposer entre l'attaquant et la cible
- Réagir sur le changement de statut

.....
.....
.....
.....

6. Documents officiels

6.1 Feuille de match (annexe)

Formation 3&3 - Provinces

.....

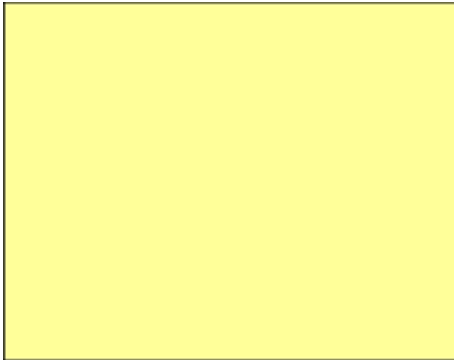
.....

.....

.....

8. Pratique

8.1. Echauffement commun

<u>Enoncé et description</u>	<u>Objectifs - Consignes particulières</u>	<u>Schéma</u>	<u>Timing</u>
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>		

.....

.....

.....

.....

8.2. Gérer et organiser des périodes de 4 minutes

Règles	Consignes	Organisation
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>.....</p>		

Formation 3&3 - Provinces

--	--	--

.....

8.3. Jeu de shoot

<u>Enoncé et description</u>	<u>Objectifs - Consignes particulières</u>	<u>Schéma</u>	<u>Timing</u>
.....	<div style="background-color: yellow; width: 100%; height: 100%;"></div>	

.....

Formation 3&3 - Provinces

8.4. Idem 8.2.

Règles	Consignes		Organisation
.....

8.5. Jeu final

<u>Enoncé et description</u>	<u>Objectifs - Consignes particulières</u>	<u>Schéma</u>	<u>Timing</u>
.....		

Formation 3&3 - Provinces

.....
.....
.....
.....

9. Conclusion

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

JE JOUE - JE M'AMUSE - JE PROGRESSE

**...POUR PROGRESSER – JE DOIS PRENDRE DU PLAISIR – POUR
PRENDRE DU PLAISIR, JE DOIS JOUER...**