



AMICALEMENT WEB



SAISON 2014-2015 – N°127 – 10 novembre 2014

COTISATION 2014-2015

Le Bureau Départemental, au cours de sa réunion du 6 septembre dernier, a décidé de maintenir la cotisation annuelle, à 20€ (10€ pour une première adhésion, et pour les membres des Commissions du District œuvrant aux côtés du CDFA).

Les chèques, à l'ordre de l'Amicale des Educateurs de Football du Jura, sont à adresser au trésorier, Jean-Luc MANSO 57B, chemin des Dessus de Chailluz 25000 BESANCON. En retour, vous recevrez votre carte de l'A.E.F. 2014-2015, et vous pourrez continuer à recevoir L'Entraîneur Français, et Amicalement Foot; un identifiant et un mot de passe qui vous permettront d'aller sur le site de l'A.E.F. et de MyCoach. Enfin, vous recevrez Amicalement Web, chaque lundi, dans votre boîte mails (si vous n'avez pas changé d'adresse !!).

5 recettes pour améliorer sa vision périphérique

L'entraîneur doit mettre à profit plusieurs variables afin de développer la vision périphérique lors de ses séances d'entraînement :

1. Ajouter dans chaque exercice de l'**incertitude**: ce qui oblige le joueur à toujours être en recherche d'informations contextuelles ;
2. Laisser aux joueurs le **temps d'analyse nécessaire**: ne pas demander aux joueurs des temps de réponses supérieurs à leurs capacités (les millisecondes des professionnelles sont plus longues chez les amateurs et encore plus longues chez les débutants) ;
3. Favoriser le **travail en lecture de jeu**: Délaisser les exercices contre 0 ou contre des plots au profit des exercices avec opposition d'autres joueurs ;
4. Imposer la **lecture des trajectoires** (des passes, des tirs, des courses etc.) : obliger les variations de trajectoires afin que les joueurs s'adaptent aux situations ;
5. Demander aux joueurs de **feinter leurs vis-à-vis**: Eliminer les anticipations automatiques au profit de la recherche d'indices.

En respectant ces quelques conseils, vous mettez toutes les chances de votre côté pour développer la vision périphérique de vos joueurs sans même qu'ils s'en rendent compte.

Andy HYEANS