Des notes de match à l'entraînement

Exemple fictif et fiche adaptable vierge ; observations locales, pas statistiques officielles.

Avant le relevé

Choisissez une question et une phase. Convenez des catégories avec l'observateur. Définissez une occasion pertinente et un inconnu. Priorisez le bien-être et les responsabilités du coach. Collectez uniquement l'utile ; ne publiez ni classements individuels ni informations médicales privées.

Exemple résolu — fictif

Question : le joueur prévu à la deuxième touche atteint-il notre premier contact sans poursuite ?

Catégories convenues avant le match : deuxième touche facile à la cible ; après poursuite ; aucune deuxième touche jouable. Ce ne sont pas des notes officielles de réception.

Occasions observées : 12. Faciles : 5. Poursuite : 4. Sans deuxième touche jouable : 3. Un échange supplémentaire masqué reste inconnu, hors des 12.

Tâche : après échauffement, deux groupes de quatre. Lanceur, réceptionneur, cible et observateur avec un ballon actif par groupe. Rotation après cinq lancers.

Plus simple : lancer doux prévisible, cible qui attrape. Ajouter déplacement ou service seulement si gérable. Dégager les ballons et se reposer selon les besoins.

Prochaine vérification : mêmes catégories sur un autre passage court. Noter services, adversaires ou définitions différents. Ces petits nombres ne démontrent pas que l'exercice a causé un changement.

Des notes de match à l'entraînement

Votre fiche vierge

Date / observateur / contexte : _____

Une question / phase observée : _____

Définition de l'occasion / catégories : _____

Occasions observées / comptes : _____

Inconnus séparés : _____

Contexte / changements / ce que je n'ai pas vu : _____

Exercice connu / raison : _____

Joueurs / rôles / ballons / espace sûr : _____

Version facile / progression possible : _____

Prochaine observation / garder, simplifier ou progresser : _____

Avant de partager

Décrivez l'action, pas la personnalité. Vérifiez totaux et inconnus. Demandez aux joueurs leur ressenti. Partagez une prochaine action, pas une certitude. Gardez les notes seulement le temps nécessaire, selon les règles de confidentialité du club.