

FUTSAL

S'engager dans une activité dynamique et intense, se jouant en salle avec des équipes réduites, mettant l'accent sur la technique individuelle, la vitesse de jeu et la stratégie collective.

SAVOIR ÊTRE SOCIAL

Esprit d'équipe et communication : Un bon savoir-être social en futsal implique la capacité à travailler efficacement avec les autres membres de l'équipe.

Fair-play et respect : Le respect des adversaires, des arbitres et des règles du jeu est crucial.

SAVOIR FAIRE PHYSIOLOGIQUE ET MOTEUR

Technique de dribble et contrôle de balle : Cela implique des compétences telles que la maîtrise du dribble avec les deux pieds, la capacité à changer rapidement de direction, et le contrôle précis de la balle même dans des situations de pression.

Agilité et rapidité : Les compétences physiologiques telles que la vitesse de réaction, l'agilité pour esquiver les adversaires et changer de direction rapidement, ainsi que la vitesse de course sont toutes essentielles pour réussir dans ce sport.

Endurance et condition physique : Les joueurs doivent être capables de maintenir un haut niveau d'intensité tout au long du match, ce qui nécessite une bonne capacité cardiorespiratoire ainsi qu'une force et une résistance musculaire adéquates pour supporter les exigences physiques du jeu.

SAVOIR PSYCHOLOGIQUE ET COGNITIF

S'organiser collectivement pour s'adapter face à une autre équipe, dans le cadre d'un rapport de force équilibré.

S'approprier les différentes cultures du jeu.

S'auto évaluer et se remettre en question pour progresser.

ATTENDUS DE FIN DE CYCLE

Niveau 1 : Développer les bases du futsal, y compris la technique de dribble, le contrôle de balle, les passes simples et la compréhension des règles du jeu. Travail sur des éléments tactiques simples, tels que le positionnement sur le terrain et la coordination avec les coéquipiers.

Niveau 2 : Perfectionner la maîtrise des compétences techniques telles que le dribble avancé, le contrôle de balle sous pression, les passes précises et les tirs au but, tout en développant une compréhension tactique approfondie du jeu.

FORMAT D'ÉVALUATION

Match en jeu réduit à 4 contre 4 pour favoriser les passes rapides et la créativité, avec un objectif de marquage rapide après perte de balle. Accent sur la technique de dribble et de contrôle dans des espaces restreints pour améliorer la prise de décision sous pression.