



## Préparation de match

---

- Avant le match :

Préparer son équipe sur un papier

Préparer son speech (rôle de chacun / motivation / adversaire )

Avoir la liste des numéros de téléphone des joueurs et du club house adverse pour les matchs à l'extérieur

- Arriver une heure avant sur le lieu du match pour :

Avoir le temps de réagir par rapport à un imprévu

Mettre les joueurs en condition de match

S'échauffer correctement ( sans ballon mobilisation articulaire, étirements, accélération, le temps supplémentaire pour des passes et quelques tirs)

- Ne pas oublier :

Les ballons d'échauffement

La trousse de secours

Un tableau blanc et des feutres

Si possible une paire de protège tibia et un lacet de chaussure au cas où

- A la mi-temps :

Repérer les points forts et les points faibles de l'équipe et les synthétiser pour en parler à la mi-temps.

Proposer des solutions aux problèmes posés par l'adversaire

Encourager et ne pas enfoncer les joueurs.

- Fin du match :

Félicitations (même malgré la défaite si le jeu et à la combativité étaient satisfaisants)

Ne pas réagir à chaud (pour les joueurs non plus)

- A côté :

Les parents sont là pour encourager et pas pour diriger

Chaque joueur a droit à au moins 1/3 de temps de jeu dans le match

**L'entraîneur de l'équipe est le premier dépositaire des valeurs et du code interne qui caractérisent le groupe. S'il veut être le plus crédible possible, il doit être le premier à avoir un comportement irréprochable.**

**Respect de l'arbitre, des adversaires, des partenaires.**

**Toujours utiliser la pensée positive.**