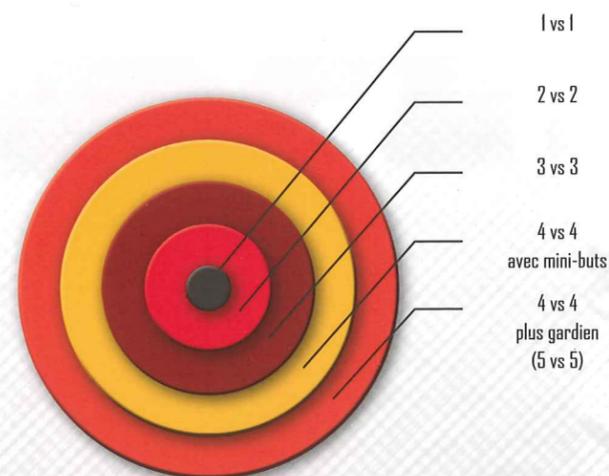


PAR ATELIER LES U5 À U8

FÉDÉRATION DE SOCCER DU QUÉBEC

L'OUTIL IDÉAL : 4 VS 4

La progression vers le 4 vs 4 (+gardien) s'établit selon la progression ci-dessous :



Cette progression est basée sur le travail par atelier (document spécifique disponible dès 2011)

DE U4 À U5

Le jeu contribue au mieux-être des enfants. L'accueil dans son nouvel environnement est primordial! Les parents accompagnent leurs enfants. L'enseignement porte sur les fondements du mouvement. À ce stade, l'objectif est de commencer à bouger.

DE U6 À U8

L'éveil et l'initiation au soccer sont recherchés. L'environnement crée un apprentissage stimulant où l'atmosphère est liée au plaisir et à la liberté de bouger.

LE KICK

ÇA S'ARRÊTE MAINTENANT !

Phase II

www.federation-soccer.qc.ca



LE TRAVAIL POUR

LES DÉFIS !

COMMENT ENTRAÎNER DE FAÇON OPTIMALE AVEC PEU DE RESSOURCE HUMAINE ?

COMMENT CRÉER UNE « DYNAMIQUE » DE CLUB DANS UNE MÊME CATÉGORIE D'ÂGE ?

LE TRAVAIL PAR ATELIER !

LES AVANTAGES

- Les séances réunissent **TOUS** les joueurs du club et d'une même catégorie sur un même site
- Tous les joueurs reçoivent la même qualité de formation
- Tous les joueurs sont « observés » de la même façon par l'éducateur responsable
- Les séances fonctionnent indépendamment du nombre de joueurs (dans l'exemple de 8 à 64 joueurs !)
- Les entraînements par atelier peuvent être répétés séances après séances sans créer de lassitude
- Moyennant une adaptation, le travail par atelier peut être utilisé pour toutes les catégories (incluant les seniors)
- L'absence d'un accompagnateur n'est pas un problème insurmontable
- Les séances peuvent s'adapter à pratiquement tous les environnements
- Le matériel est placé à l'avance pour l'ensemble des groupes (et d'autres catégorie d'âges)

LES BESOINS

- Nécessite une rencontre préalable entre l'éducateur responsable et les accompagnateurs
- Nécessite l'implémentation d'une vision « club »

ORGANISATIONS ET MATÉRIELS

- 1 éducateur et 8 accompagnateurs
- Des dossards, des cônes, des ballons
- Durée (50 à 70 mins.)
- 10 mins. d'échauffement sur la plateau de départ
- 10 mins. de travail sur atelier
- 5 mins. de permutation sur l'atelier suivant (tourner sens aiguille d'une montre), hydratation et/ou repos
- 10 mins. de travail sur atelier
- 5 mins. de permutation sur l'atelier suivant (tourner sens aiguille d'une montre), hydratation et/ou repos
- 10 mins. de travail sur atelier
- 5 mins. de permutation sur l'atelier suivant (tourner sens aiguille d'une montre), hydratation et/ou repos
- 10 mins. de travail sur atelier
- 5 mins. pour le retour au calme

SÉCURITÉ

1. Le banc des joueurs doit être à au moins 1,5m de la surface de jeu.
2. La surface du terrain et le dégagement autour de la surface doivent être exempts de rugosité ou de tout objet non nécessaire.
3. Un entraînement ne doit pas se tenir sur un terrain ou dans des conditions qui représentent un danger pour la sécurité des participants.
4. Le terrain doit être pourvu d'un dégagement d'au moins 2m le long des lignes de touche et d'au moins 4m derrière les lignes de but.
5. Les buts doivent être solidement fixés au sol et ne doivent comporter aucun élément pouvant accrocher ou couper.

Vérifier l'existence d'un plan d'urgence.

Une trousse de premiers soins doit être disponible.

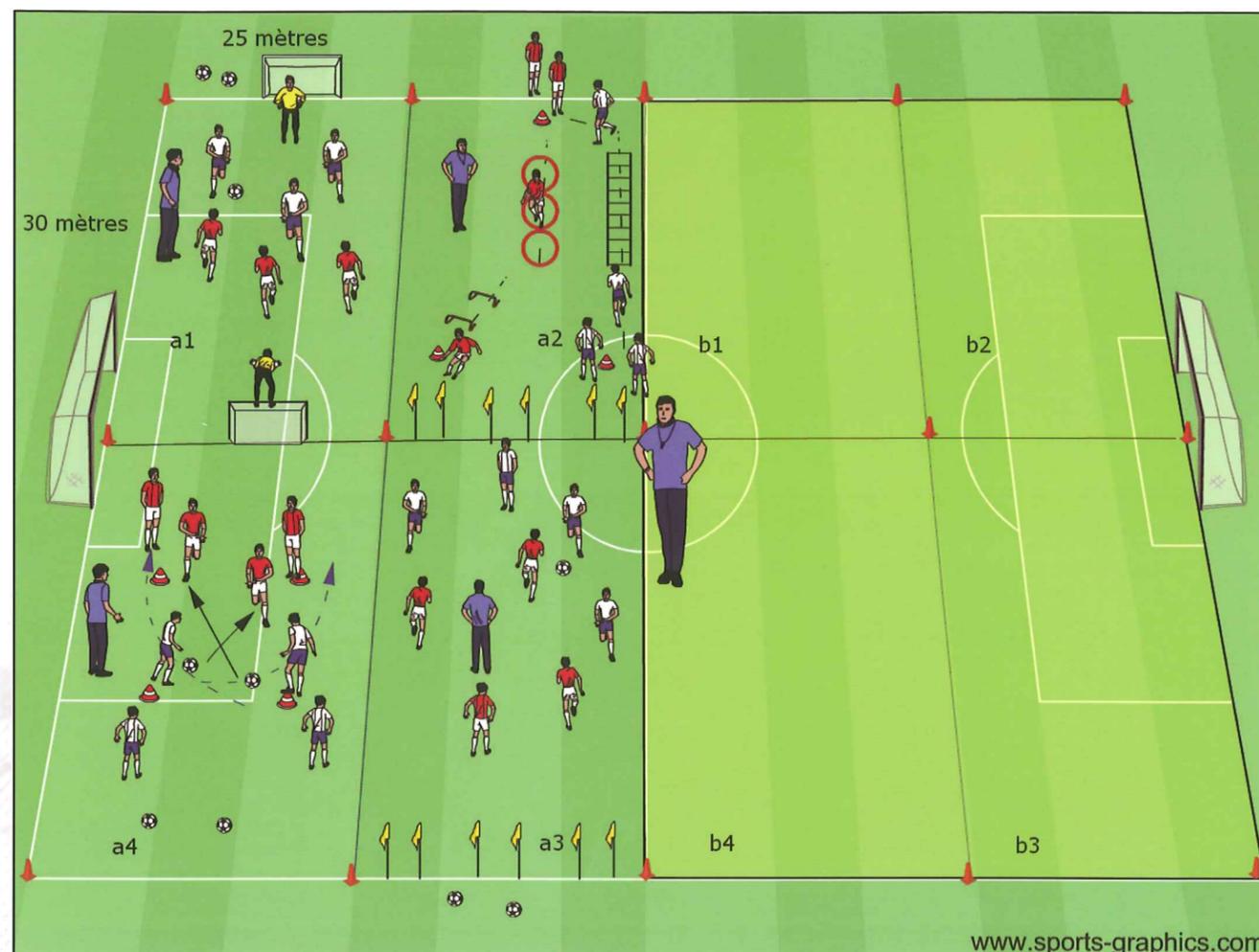
IL N'Y A PAS DE FORMAT DE COMPÉTITION U4 ET U5!

SOCCER À 4 : FORMATS DE COMPÉTITION POUR U6, U7 ET U8 - ORGANISATION DE CLASSE « LOCAL » ET SI POSSIBLE CENTRALISÉ

ÂGES	GARDIEN	NBRE. MAXI. DE JOUEURS PAR ÉQUIPE	ARBITRE	ÉDUCATEUR SUR TERRAIN	CLASSEMENT	DURÉE DE JEU	TAILLE DU BALLON	LARG. TERRAIN	LONG. TERRAIN	DIMENSION MAXI. DES BUTS
U6	Non	8	Non	Oui	Non	4*10	3-4	20-25	35-45	Cônes
U7	Oui	8	Non	Oui	Non	4*12	3-4	20-25	35-45	1,52*2,44
U8	Oui	8	Facultatif	Facultatif	Non	4*12	3-4	20-25	35-45	1,52*2,44

EXEMPLE

64 joueurs = 8 ateliers x 8 joueurs



ATELIER A1 ET B1

Forme de match
4 vs 4 avec gardien de but

ATELIER A2 ET B2

Exercice analytique
Circuit de coordination

ATELIER A3 ET B3

Forme de match
4 vs 4 sans gardien de but

ATELIER A4 ET B4

Exercice analytique
Passer - bouger

CODE DE L'ESPRIT SPORTIF QUÉBÉCOIS

PARENT

- Je ne forcerai pas mon enfant à prendre part à des activités sportives.
- Je me rappellerai que mon enfant fait du sport pour son propre plaisir, et non pour le mien.
- J'encouragerai mon enfant à respecter les règles et à résoudre les conflits sans agressivité ni violence.
- J'enseignerai à mon enfant qu'il est aussi important de donner le meilleur de soi-même que de gagner, de sorte qu'il ne sera jamais déçu par le résultat d'un match ou d'une manifestation sportive.
- Je donnerai chaque fois à mon enfant le sentiment qu'il est un gagnant et le féliciterai pour sa sportivité et sa persévérance.
- Je ne ridiculiserai jamais ni n'agresserai verbalement mon enfant parce qu'il a commis une erreur ou perdu une compétition.
- Je ne mettrai jamais en doute le jugement ou l'honnêteté des officiels en public.
- J'appuierai tout effort visant à supprimer la violence verbale et physique dans les activités sportives destinées aux enfants.
- Je respecterai les entraîneurs bénévoles qui donnent de leur temps pour offrir des activités sportives à mon enfant et je leur témoignerai de la gratitude.

JOUEUR

- Je respecte les lois du jeu, je ne cherche pas à tricher en employant des moyens illicites ;
- Je respecte les personnes qui s'occupent de moi : mes parents, mon entraîneur, mon gérant, mes partenaires...
- Je respecte les équipements qui sont mis à ma disposition : les balles, les dossards, les vestiaires...
- Je respecte les arbitres, je comprends qu'ils peuvent avoir le droit de se tromper mais je ne doute jamais de leur honnêteté et intégrité ;
- Je respecte et je reconnais la qualité de l'adversaire, dans la victoire comme dans la défaite ;
- Je respecte les « couleurs » de mon équipe (club, école, province, pays) ;
- Je respecte mon sport et les valeurs qu'il transmet !

MAIS LA PRATIQUE DU SOCCER ME PERMETTRA ÉGALEMENT DE MIEUX ME RESPECTER ET AINSI D'AMÉLIORER :

- Mon développement personnel comme sportif mais également comme citoyen québécois ;
- Mon estime de moi ;
- Ma confiance en moi ;
- Mes aptitudes sociales ;
- Mon intégration sociale ;
- Ma connaissance de la « démocratie »