

FORMATS DE JEU POUR LA PRATIQUE DU SOCCER AU QUÉBEC

FÉDÉRATION DE SOCCER DU QUÉBEC

CHEMINEMENT IDÉAL DU JOUEUR DE SOCCER AU QUÉBEC

| STADES | | 1 DÉPART ACTIF | 2 LES FONDAMEN- TAUX | 3 L'ÂGE D'OR DE L'APPRENTISSAGE | 4 IDENTIFIER LE TALENT | 5 S'ENTRAÎNER À LA COMPÉTITION | 6 S'ENTRAÎNER À GAGNER |
|--------------------------------|--|---------------------|------------------------------------|---|---|--|---------------------------------------|
| SPHÈRES | | SPHÈRE D'INITIATION | | | SPHÈRE DE COMPÉTITION ET / OU EXCELLENCE | | |
| ÂGE / CLASSE | | U4 À U5 Local | U6 à U8 Local | U9 à U10 Local, A | U11 à U12 A, AA | U13 à U18 AA, AAA Académie club prof. | Séniors AAA, semi-prof., prof. |
| COMPÉTITION | | - | Soccer à 4 (été) Futsal (hiver) | Soccer à 7 (été et hiver) Futsal (hiver) | Soccer à 9 ou 11 (été) Soccer à 7 ou à 9 (hiver) | Soccer à 11 (périodisation simple) | Soccer à 11 (périodisation simple) |
| CLUBS | Matches annuellement | n.a. | 15 - 20 | 20 - 30 | 20 - 30 | 25 - 35 | 30 - 40 |
| | Durée min. entraî- nement annuel | 3 mois (été) | 3 mois (été) 3 mois (hiver) | 4 mois (été) 3 mois (hiver) | 5 mois (été) 5 mois (hiver) | 10 à 11 mois | 11 mois |
| | Fréquence min. entraînement hebdomadaire | 1 X | 1 X | 1 X | 2 X | 3 à 8 X | 3 à 8 X |
| | | ACS - FSQ - ARS | | Sélections | Équipe Régionale | Équipe Québec Équipe Nationale | Équipe Nationale |
| | | | | Matches annuellement | 2 à 8 | 10 à 20 | 10 |
| | | | | Durée entraînement annuelle | CDR - PSR 12 à 20 activités | SÉ- SÉ CNHP 9 mois | Stages ponctuels |
| | | | | Fréquence entraînement hebdomadaire | 1 X | 5 X | Stages ponctuels |
| 7 VIE ACTIVE | | | | | | | |
| SPHÈRE DE RÉCRÉATION | | | | | | | |
| Local, A, Réseau scolaire | | | | | | | |
| Soccer à 7, à 9 & 11 Futsal | | | | | | | |

SOCCER À 4 FORMATS DE COMPÉTITION POUR U6, U7 & U8

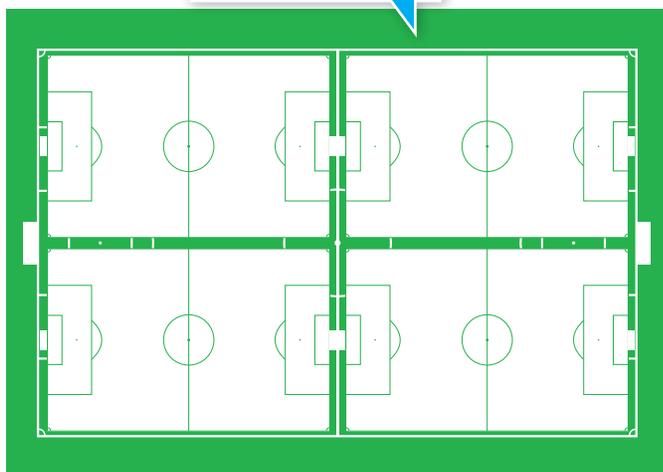
Il n'y a pas de format de compétitions U4 & U5!

SPHÈRE DE L'INITIATION - STADE : LES FONDAMENTAUX

Organisation de classe « Local » et si possible centralisé

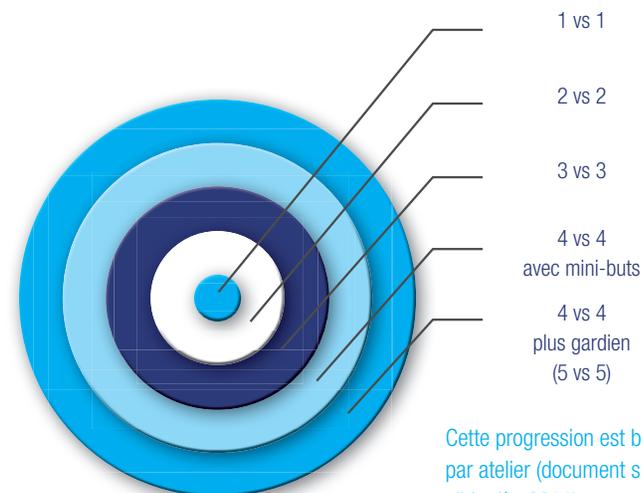
| Âges | Gardien | Nbre. maxi. de joueurs par équipe | Arbitre | Éducateur sur terrain | Classement | Durée de jeu | Taille du ballon | Larg. terrain | Long. terrain | Dimension maxi. des buts |
|------|---------|-----------------------------------|------------|-----------------------|------------|--------------|------------------|---------------|---------------|--------------------------|
| U 6 | Non | 8 | Non | Oui | Non | 4*10 | 3-4 | 20-25 | 35-45 | Cônes |
| U 7* | Oui | 8 | Non | Oui | Non | 4*12 | 3-4 | 20-25 | 35-45 | 1.52*2.44 |
| U 8* | Oui | 8 | Facultatif | Facultatif | Non | 4*12 | 3-4 | 20-25 | 35-45 | 1.52*2.44 |

TERRAIN DE SOCCER À 11
= 4 TERRAINS À 4!



Tous les coups francs sont directs ; pas de hors-jeu ; tir de pénalité à 6 mètres ; sur phases arrêtées : adversaires à 6 mètres ; le gardien peut prendre le ballon en main jusqu'à 6 mètres de son but. Durant l'hiver, règlement spécifique au Futsal.

* 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).

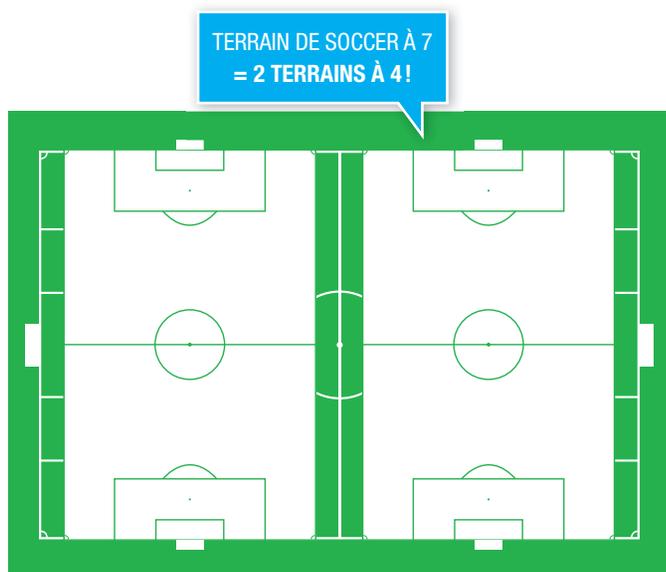
SOCCER À 7 FORMATS DE COMPÉTITION POUR U9 & U10

SPHÈRE DE L'INITIATION - STADE : L'ÂGE D'OR DES APPRENTISSAGES

Organisation de classe « Local » ou « A »

| 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 |
|------|---------|-----------------------------------|---------|-----------------------|------------|--------------|------------------|---------------|---------------|--------------------------|
| U 9 | Oui | 10 | Oui | Non | Non | 2*25 | 4 | 40- 45 | 45-60 | 1,83*5,49 |
| U 10 | Oui | 10 | Oui | Non | Non | 2*30 | 4 | 40-45 | 45-60 | 1,83*5,49 |

Règlement spécifique du soccer à 7.



Pour des raisons évidentes de coûts, le soccer d'hiver à « 7 » se joue sur 1/3 de terrain.



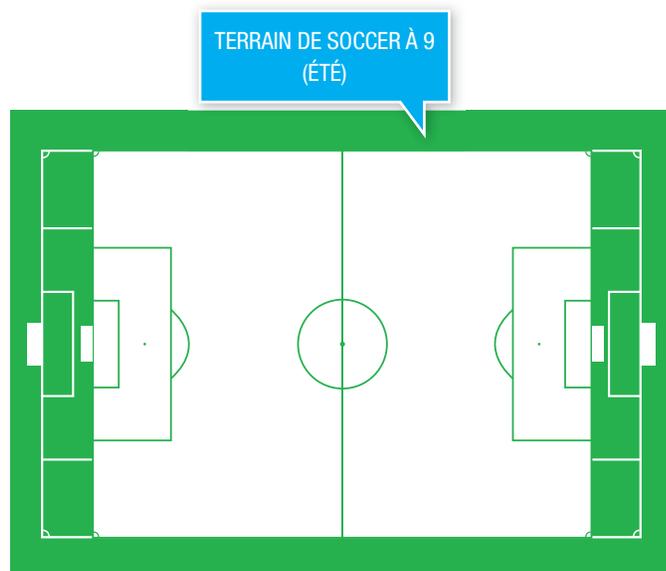
SOCCER À 9 FORMATS DE COMPÉTITION POUR U11 & U12

SPHÈRE DE L'INITIATION - STADE : IDENTIFIER LE JOUEUR DE TALENT

Organisation de classe « A » ou « AA »

| Âges | Gardien | Nbre. maxi. de joueurs par équipe | Arbitre | Éducateur sur terrain | Classement | Durée de jeu | Taille du ballon | Larg. terrain (été) | Long. terrain (été) | Dimension maxi. des buts |
|------|---------|-----------------------------------|---------|-----------------------|------------|--------------|------------------|---------------------|---------------------|--------------------------|
| U11 | Oui | 12 | Oui | Non | Non | 2*30 | 4 | 45 - 60 | 57-87 | 1,83*5,49 |
| U12 | Oui | 12 | Oui | Non | Non | 2*30 | 4 | 45 - 60 | 57-87 | 1,83*5,49 |

Règlement spécifique du soccer à 9.



Pour des raisons évidentes de coûts, le soccer d'hiver à « 7 » se joue sur 1/3 de terrain et le soccer d'hiver à « 9 » se joue sur 1/2 terrain.



LE KICK

ÇA S'ARRÊTE MAINTENANT !

Phase II



FÉDÉRATION DE SOCCER DU QUÉBEC

955, avenue Bois-de-Boulogne, bureau 210
Laval (Québec) H7N 4G1

T. 450 975 3355 | F. 450 975 1001
courriel@federation-soccer.qc.ca

www.federation-soccer.qc.ca