

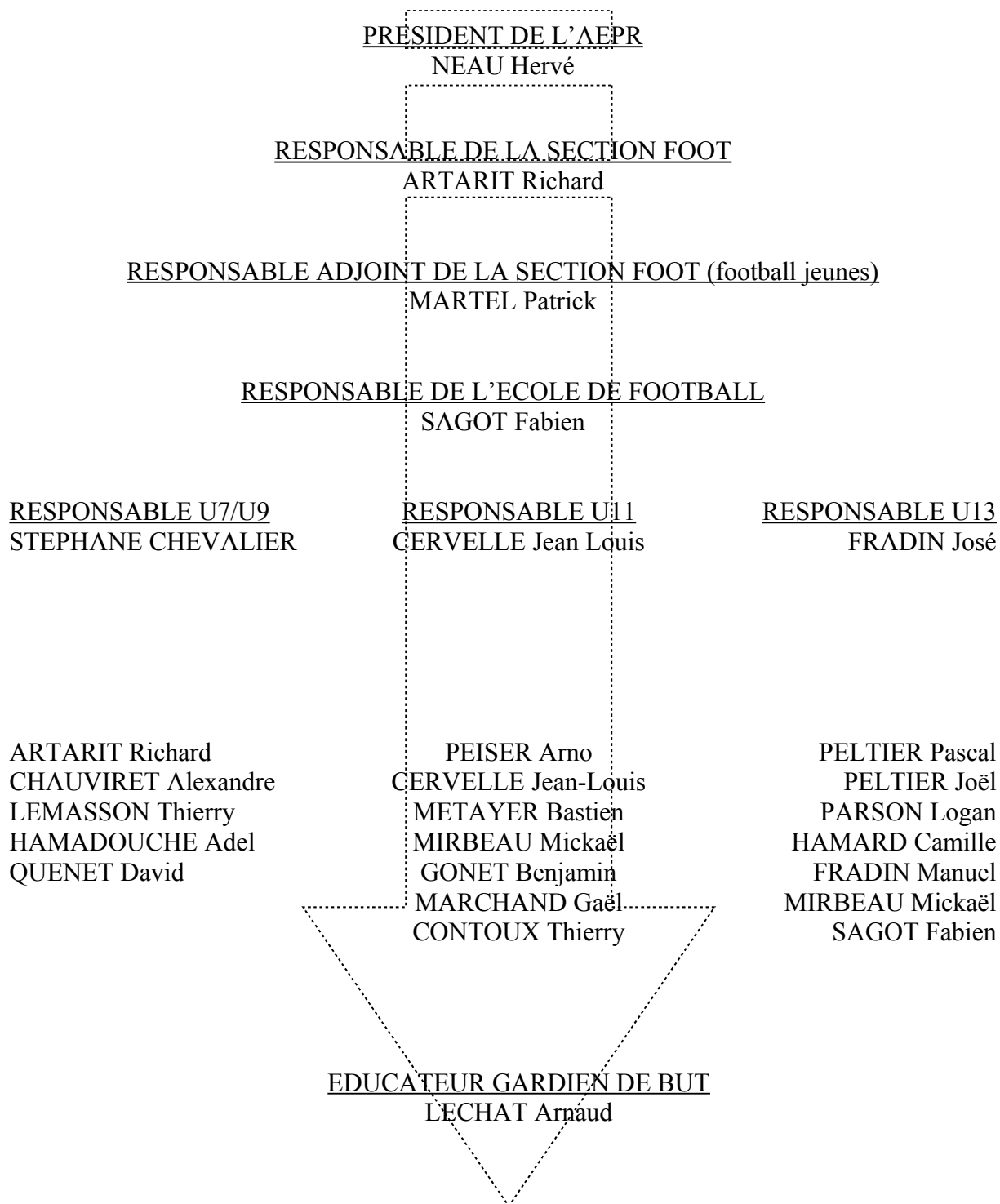
## **LE CARNET DE L'EDUCATEUR**

1. HISTORIQUE	p.1
2. L'ORGANIGRAMME	p.3
3. LE PROJET EDUCATIF DE LA SECTION FOOT	p.4
4. NOS AMBITIONS DE FORMATION (Rappel du projet sportif)	p.13
5. LES DISPOSITIFS TACTIQUES	p.18
6. LE ROLE DE L'EDUCATEUR	p.25
7. DES FORMES D'ENTRAINEMENTS	p.31
8. FEUILLES DE MANIFESTATION	p.36
9. FEUILLES DE CONVOCATION	p.39
10. FEUILLE D'ENTRAINEMENT	p.40



historique

*Cette partie sera consacré à une étude plus approfondie de l'histoire de l'amicale. Sa création, ses débuts afin de permettre à chaque adhérent de mieux comprendre les valeurs qui construisent notre pratique.*



### FINALITES

**FAL44** : formation de l'éducation populaire.

Travail d'équipe et de proximité.

Participation et prise d'initiative de chacun.

*LAICITE* (respect, curiosité),

*SOLIDARITE* (accès à la culture le loisirs et le sport)

*CITOYENNETE* (confrontation d'idées projet collectif et esprit critique),

*EDUCATION POPULAIRE* (éducation pour tous et enrichissement mutuel)

**AEPR** : L'amicale laïque contribue à l'émancipation intellectuelle, morale et sociale, et à la formation civique.

Par son action, elle entend manifester sa fidélité à l'idéal laïque et à l'enseignement publique en prolongeant son œuvre dans le même esprit.

### OBJECTIFS

**FAL** : lutter contre les inégalités.

Travailler en réseau.

Accompagner la construction de projets collectifs.

**AEPR FOOT:**

- CITOYENNETE : Accéder à l'autonomie personnellement ou par un petit groupe <10 pers.
- Prendre des responsabilités au sein d'un groupe. *Enfant Acteur*
- CULTURE : Connaître les règles du football de sa catégorie.
- Se placer dans le rôle de l'arbitre.
- Avoir une connaissance plus précise de l'amicale (plusieurs sections, organigramme, valeurs véhiculées)
- DEVELOPEMENT TECHNIQUE ET MOTEUR : (voir projet technique)
- Accéder à un ensemble d'apprentissages et de techniques footballistiques
- SOCIAL : S'insérer au sein d'un groupe, dans l'amicale.

### ACTIONS/ MISES EN ŒUVRE

**FAL** : *Manifestations*- fêtes des écoles, vides greniers, soirées théâtre, fêtes de la musique,...

*Animations éducatives*- lire et faire lire, éveil corporel, ... accompagnement scolaire.

*Supports pédagogiques*- jeux de société, courts métrages, BD,...

**AEPR :**

- Arbitrer un match.
- Jouer des rencontres en auto-arbitrage.
- Organiser et animer à plusieurs un atelier d'apprentissage.
- Journée « loisirs » inter-sections.

### MOYENS/OUTILS A DISPOSITIONS

**AEPR :**

- Terrain de football. Vestiaires. Salles municipales.
- Gymnases.
- Salles du foyer.
- Matériel pour le football (ballons, plots, chasubles,...).
- Des éducateurs diplômés ou non.
- Matériel papier. 1 cahier par enfant (lien avec les parents) Tableau Velleda. Porte-fiche. Tournois (organisation et participation). Rencontres sportives.
- Matériel d'arbitrage.

## Définition de terme

### Citoyenneté

*Faire prévaloir l'intérêt général avant l'intérêt particulier.*

L'exercice de la citoyenneté va au de là d'un ensemble de droits et de devoirs. Ce concept renvoie à l'idée du **vivre ensemble** et intègre la question de l'intégration et de l'exclusion. Elle met en avant la **coopération** sous entendu la capacité de jugement et la prise de décision en délibération. En ce sens elle est rendue possible par l'exercice réel de l'autonomie et de la responsabilité.

### Responsabilité

*Être responsable implique conscience et liberté. C'est manifester la solidarité de sa personne avec ses actes (...).J.MARSENACH*

La responsabilité repose sur la notion de **choix** et sous entend de pouvoir les réaliser et **d'anticiper** les conséquences et les possibilités de leurs réalisations. Aussi elle participe à l'éducation au jugement et au développement de **l'esprit critique** ; penser par soi même et dépasser les représentations pour participer au débat et se forger une opinion. Il s'agit alors de faire preuve d'une **conscience morale et éthique** (reconnaître le bon du mauvais, la valeur et le respect des règles de groupe). Elle associe à la fois la responsabilité individuelle et la réflexion collective. Elle suggère l'organisation des conditions de choix, d'échange et de participation de chacun (donner les moyens aux enfants d'exercer leurs responsabilités).

### Autonomie

*Prise de recul vis à vis de la règle, capacité à comprendre le sens et donc à l'adapter aux circonstances. JA.MEART et S.BERTHONE 1998*

Dans notre idée, l'autonomie va au de là d'une simple indépendance vis à vis d'autrui et renvoie à 3 dispositions : **savoir choisir, savoir décider et pouvoir être responsable**. Elle s'exerce au sein d'un groupe. L'autonomie relève d'une **prise d'initiative** dans le respect d'autrui et de la compréhension du sens et de la valeur d'une règle. Véritable capacité d'action, elle se construit aussi par la curiosité et participe à l'émancipation intellectuelle.

## Le projet en quelques lignes

### Le postulat :

Parce que nous ne sommes pas un club de sport mais une section sportive d'une amicale laïque, notre approche du football contient quelques particularités.

Ainsi, deux éléments principaux guident notre appréhension du football :

- Le football comme discipline sportive
- Le football comme support éducatif

**La discipline sportive** qu'est le football intègre (1) l'apprentissage des techniques (dribbles ; passes, contrôle du ballon, le jonglage), (2) l'appréhension de l'espace et du jeu en mouvement et (3) le développement moteur. Aussi, une telle approche nécessite une meilleure connaissance de la discipline et une attention particulière est portée à ce que chaque enfant puisse mettre des mots sur ce qu'il fait, sur les techniques apprises. Ils doivent être capables de s'auto-corriger ou de conseiller un camarade autour d'un vocabulaire reconnu.

Le football comme **support éducatif** s'inscrit dans le projet global de l'AEPR c'est à dire : contribuer à "l'émancipation intellectuelle, morale, sociale et à la formation civique de ses adhérents". En substance, il s'agit de considérer l'enfant comme **acteur** de sa formation. **L'autonomie**, la prise de **responsabilités** et **l'initiative** sont recherchées à cette fin. En définitive, nous souhaitons que chaque enfant trouve une place (sa place) au sein d'un groupe.

### Approche philosophique :

Ce postulat nous invite à réfléchir sur l'accueil des enfants. Football de masse ou football d'élite ? Evidemment les statuts de l'amicale, la politique de la ville et nos conceptions de la vie citoyenne

nous invite à accepter tous les enfants et proposer un football "de masse".

Cependant, nous ne pouvons nous résoudre à un simple loisir d'animation. L'épanouissement dans cette discipline nécessite l'apprentissage des techniques et un développement personnel. En ce sens, les enfants inscrits dans chaque catégorie sont répartis par tranche d'âge en ce qui concerne l'école de football (6-13ans). (Débutants 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> année, Poussin 1<sup>ère</sup>, 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> année, Benjamins 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> année). Par cette organisation nous pouvons à la fois viser l'acquisition de savoir et savoir-faire adaptés aux âges de chacun, et, poursuivre un esprit de compétition raisonnable et non excessif (pour le jeu et non pour l'enjeu).

Enfin, notre approche prône le fair-play et le respect. Il ne s'agit pas de se limiter au respect des règles du football mais bien de prendre en compte l'ensemble des acteurs (coéquipiers, adversaires éducateurs, arbitres, parents, bénévoles, environnement, personnels municipaux). Au sein d'une même équipe est recherché la coopération (se soutenir, s'encourager, se conseiller, s'aider), véritable attitude qui traduit le "vivre ensemble" tel que nous le concevons. Aussi nous montrons du respect à nos adversaires du jour ainsi qu'à leurs bénévoles, éducateurs, arbitres et parents sans qui nous ne pourrions pratiquer notre loisir préféré chaque samedi (ou dimanche).

#### L'organisation :

Le caractère populaire de notre approche ne s'arrête pas aux enfants.

Nous encourageons nos éducateurs diplômés ou non, tous bénévoles et non rémunérés, à passer les diplômes fédéraux pour affiner leur formation et leurs compétences. Pour la saison 2009/2010 six éducateurs souhaitent obtenir leur premier diplôme ou le niveau suivant.

D'autre part, l'ensemble des éducateurs se réunissent régulièrement (5 à 6 fois par an) pour discuter non pas des résultats sportifs mais de la validité de notre projet sportif et de nos objectifs de formation (voir page 14)

### Les actions mis en œuvre.

#### L'atelier création ;

Cette séquence consiste à laisser à un petit groupe d'enfant avec du matériel (ballons, plots, chasubles) destiné à la construction d'un atelier de football. En autonomie chaque groupe a pour objectif de réaliser un atelier, de l'animer et d'y participer. *L'écoute, l'initiative, l'organisation collective et la participation de chacun traversent cette atelier.*

#### L'auto arbitrage ;

En autonomie pendant plus d'une heure les différentes équipes sportives se rencontrent les une contre les autres et se déplacent d'un terrain (mini-terrains) à l'autre en fonction de leurs résultats. Sans arbitre tous litiges est discuté et accepté par l'ensemble. Bien entendu au préalable de cette séquence les éducateurs ont pris soin d'expliquer les règles du jeu et ils ont donné quelques conseils pour assurer l'écoute de chacun et l'organisation autonome du tournoi. *Autonomie, écoute, respect traversent cette séquence.*

#### L'arbitrage ;

Arbitrer un match n'est pas simple surtout dans cette période surmédiatisée où chaque erreur d'arbitrage est conspuée, décortiquée par des analystes qui n'ont pas les maigres moyens des hommes en noir. La meilleure façon de lutter contre cette mauvaise image qui leur ait donnée est de se mettre dans la peau du personnage. Équipé d'un sifflet et d'un chronomètre chaque enfant doit pouvoir durant la saison incarner le rôle d'arbitre. Siffler, se faire comprendre, faire respecter les règles, assurer la sécurité des joueurs.....Ici encore une explication en amont est nécessaire. *Respect, Initiative, connaissance du football traversent cette séquence.*

#### L'atelier éducateur ;

Placer les enfants dans la peau de l'éducateur! Lors de match à effectif réduit (3-4 joueurs) l'un des joueurs de chaque équipe se place dans la peau du coach pour la durée d'un match (à tour de rôle). Il s'efforcera d'encourager et de conseiller ses partenaires tout en privilégiant le fairplay. Encore une fois quelques conseils sont apportés en amont par les éducateurs adultes. *Respect, autonomie, initiative traversent cette séquence.*

### Les journées inter catégorie ;

A plusieurs reprises dans la saison, notamment l'hiver, deux catégories se rassemblent pour participer à un tournoi en interne sans rien à gagner si ce n'est se réunir et partager un moment ensemble.

Les formules peuvent varier mais l'idée est de reconnaître que l'on est pas seul dans la section. Connaître les joueurs/éducateurs/parents des autres catégories est important.

### La journée "loisirs"

Cette journée gratuite est consacré à la réunion des différentes sections de l'amicale (foot, gymnastique, tennis de table, danse, anciens, cuisine, théâtre, ...). Les enfants voyagent au cours de la journée entre ces différentes activités, interprétant en peu mieux les diversités de l'amicale. ***La curiosité, l'autonomie et l'initiative traversent cette journée***

### Découverte futsal.

Une autre facette du football est celui du futsal. Dans un gymnase, sur un terrain de handball, des équipes de 5vs5 se rencontrent. Sans l'aide des éducateurs chaque équipe doit suivre le planning des matchs. Les rencontres sont arbitrées par un enfant qui doit s'adapter à quelques règles particulières. ***Citoyenneté, autonomie et connaissances du football traversent cette séquence***

### Les manifestations

#### Le stage d'été :

Cette semaine envisage la pratique du football sous l'angle de la convivialité et du jeu. Des jeux de piste, des pique-niques et goûter en commun, jeux de société, match de football la construisent.

Réunissant entre 25 et 30 joueurs pendant une semaine ce stage propose 3 objectifs :

- apprendre le football
- mieux connaître ses camarades
- mieux connaître l'amicale

Organisé par des éducateurs bénévoles, ce stage coûte moins de 40€ par enfant.

#### Les tournois

Les tournois sont très appréciés des enfants, tous y participent. De nombreux matchs se suivent sur la journée ou l'après midi et le temps de jeu de chacun doit être à peu près équivalent. Bien qu'un classement hiérarchise et les équipes, nous souhaitons participer à ces événements pour entretenir encore nos ambitions éducatives et tisser des relations avec les autres clubs. Les matchs étant de courtes durée il devient nécessaire aux enfants de s'adapter rapidement à l'équipe adverse et mettre en avant leurs apprentissages. Le respect est de mise : si trophée du fair-play il y a l'AEPR doit le ramener.

### La notion de groupe

Ce particularisme entend mettre en avant la réussite (et les échecs) collective plutôt que l'exploit individuel. Il est en effet exceptionnel de voir un joueur dribbler toute l'équipe adverse et marquer mais c'est tellement rare et les tentatives échouent 9 fois sur 10. Ne pas s'énerver, s'encourager. Tous comportements de frustration, d'énervement risque de faire sortir le joueur de l'équipe, du groupe, du jeu. Sur le terrain c'est donc l'équipe qui prévaut.

En dehors aussi ; encourager les autres équipes. Manger ensemble lors des tournois. La vie de groupe ne s'arrête pas à l'équipe et s'élargit aux autres membres du club.

Cette idée est aussi retenue concernant l'organisation par âge des catégories. Dans cette organisation, chaque groupe est reconduit années après années favorisant la création de lien entre enfants, parents et éducateurs.

Plus généralement notre approche invite au progrès de tous et chacun. C'est à dire que l'on reste exigeant pour permettre aux plus doués de progresser, et, que l'on adapte notre pédagogie pour faire progresser les autres. La mixité des équipes par niveaux est parfois envisagée avec pour repère cette phrase : « **Demain lorsqu'il y aura plus de joueurs sur le terrain, les plus doués auront besoin des joueurs les moins à l'aise ou qui débutent aujourd'hui** »

### Les parents

Sans joueurs notre section n'existerait pas.....sans parents non plus. Pivots de notre réussite ils participent à part entière à notre projet. Co-voiturage, supporters, sponsoring, vente de produits dérivés, ... leur dynamisme est à entretenir par une place plus importante au sein de l'amicale. Le rôle de l'éducateur tient ici dans l'explication des choses aux parents qui ne peuvent être placés dans l'ignorance. La "réunion" de début de saison ne suffit pas et un entretien tout au long de l'année est nécessaire (explications des manifestations, des évènements de l'amicale et de la section)

Attention malgré tout à ne pas confondre avec le rôle de l'éducateur. Si certains parents veulent devenir responsable d'équipe et passer leur diplôme d'éducateur, des précautions s'imposent : la double casquette est parfois difficile à porter et à faire accepter.

### Mixité

Jusqu'à 13 ans les jeunes filles peuvent jouer avec les garçons. Souvent 1 ou 2 sont inscrites dans une catégorie d'âge. Leur participation et leur intégration doivent être assurées. Chacun,

chacune doit trouver sa place. Dès lors que leur âge les empêchent de jouer avec les garçons nous leur conseillerons de rejoindre les clubs féminins du coin.

### 3.Nos ambitions de formation

#### Identité de football :

Avancer des objectifs de formation nécessite d'une part un consensus des éducateurs et d'autre part une cohérence entre les catégories.

Le premier témoin de cette cohérence est la vision que l'on peut avoir lorsque nous observons une rencontre de jeunes. Ainsi, nous envisageons la pratique du football dans un idéal de jeu rapide fait de mouvements des joueurs, de nombreuses passes courtes, exigeant une qualité technique. Voilà ce que doit voir l'observateur !

Aussi, une cohérence des systèmes de jeu (nombre d'arrières, de milieux, d'avants) traverse les catégories. Du 1-3-1 en débutants(U9) au 1-4-1-1 en poussins(U11) et du 1-4-2-2 en benjamins(U13). (une explication plus complète est faite un peu plus loin en page .....)

En ce sens la formation du jeu au poste (arrière, avant, milieux) se poursuit au travers des catégories. Chaque enfant pourra expérimenter deux postes chaque année pour éviter de tomber dans une spécialisation réductrice. Cette approche permet aussi aux enfants de percevoir l'intérêt de chaque poste dans un système ou dans un autre.

Quelques soit le système utilisé chaque éducateur cherchera à appréhender la recherche des triangles sur le terrain : organisation qui permet de conserver au mieux le ballon. Aussi le nombre de joueurs par équipe et les distances de jeu varient d'une catégorie à l'autre il nous apparaît important d'envisager la pratique autour de l'occupation de l'espace et des distances entre les joueurs.

Ces postes sont expliqués en pages 18

## Les objectifs de formation

<b>Le contrôle</b>	
15ans catégorie U17	<p style="text-align: center;"><i>Contrôler par rapport à l'action qui suit</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. mon contrôle me permet de jouer des deux pieds sur l'action qui suit</li> <li>2. Je suis orienté pour contrôler mon ballon vers l'avant ou vers l'arrière</li> <li>3. Utilisation du pied arrière pour contrôler</li> <li>4. Contrôle aérien de la poitrine ou de la tête</li> </ol>
13ans catégorie U15	<p style="text-align: center;"><i>Contrôler pour conserver</i></p> <p>Mes contrôles me permettent de conserver mon ballon, de façon collective. Je sais contrôler à l'arrêt et en mouvement</p>
Benjamins catégorie U13	<p style="text-align: center;"><i>Les contrôles difficiles</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Contrôler aussi bien des deux pieds</li> <li>2. J'utilise de temps en temps la poitrine ou la tête pour contrôler et ramener le ballon au sol et dans ma course</li> <li>3. Contrôler et protéger son ballon</li> </ol>
Poussins catégorie U11	<p style="text-align: center;"><i>Contrôler en mouvement et dans l'espace</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Orienter son contrôle dans un espace où l'adversaire n'est pas</li> <li>2. J'attaque mon ballon pour contrôler</li> <li>3. Remettre un ballon à mi-hauteur au sol en 2 contacts.</li> </ol>
Débutants catégorie U9	<p style="text-align: center;"><i>Stopper le ballon devant soi</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mon pied va de haut en bas pour contrôler le ballon</li> <li>2. Je contrôle le ballon en son centre et avec l'intérieur du pied</li> <li>3. Ma cheville est molle pour accueillir le ballon</li> </ol>

<b>La défense individuelle OK</b>	
15ans Catégorie U17	<p style="text-align: center;"><i>Ralentir l'adversaire et le tromper</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Exécuter un recul-frein pour ralentir la progression adverse</li> <li>2. emmener l'adversaire vers l'extérieur/la ligne de touche</li> </ol>
13an catégorie U15	<p style="text-align: center;"><i>Intervenir à plusieurs</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Attendre une aide avant d'intervenir/presser l'adversaire</li> <li>2. Couvrir un coéquipier</li> </ol>
benjamins Catégorie U13	<p style="text-align: center;"><i>Où et comment intervenir</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Marquage : rester proche de l'adversaire lorsque le ballon est près de ma zone. Laisser l'adversaire à distance lorsque le ballon est loin de moi et de ma zone.</li> <li>2. Couvrir un coéquipier</li> </ol>
Poussin Catégorie U11	<p style="text-align: center;"><i>Quand intervenir</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. lvs1: Intervenir au bon moment. « Tendre » la jambe pour récupérer le ballon lorsque celui-ci est loin de l'adversaire</li> <li>2. Passer le corps entre le ballon et l'adversaire, passer l'épaule devant l'adversaire</li> <li>3. Distance de l'adversaire: <ul style="list-style-type: none"> <li>-l'adversaire possède le ballon = <b>je le « colle »</b> pour protéger mon but.</li> <li>-l'adversaire va bientôt recevoir une passe = <b>je « décolle »</b>, je suis derrière à 1 pas de distance pour intervenir au plus vite que lui ou le gêner lors de son contrôle au minimum.</li> <li>- Mon adversaire ne semble pas concerné par l'action = « <b>je suis replacé</b> ». Je peux laisser quelques mètres de distance mais je reste entre lui et mon but (mon gardien)</li> </ul> </li> </ol>
Débutants Catégorie U9	<p style="text-align: center;"><i>Mon statut, qui suis-je ?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se reconnaître attaquant ou défenseur. Se placer entre le ballon et son propre but lorsque mon équipe n'a pas le ballon</li> </ol>

## Nos ambitions de formation

<b>Le gardien de but</b>	
15ans Catégorie U17	1. Je sais capter un ballon haut sur une sortie aérienne
13ans Catégorie U15	1. je sais amener l'adversaire sur mon côté fermé (1vs1) 2. Je place mes joueurs sur des situations arrêtées 3. Depuis le milieu de mon but je peux toucher les poteaux par un plongeon 4. Je relance rapidement à la main sur un partenaire. 5. Je sais aussi temporiser et utiliser mes 6'' réglementaires ou lors d'un renvoi de « 6 mètres »
Benjamins Catégorie U13	1. Je sais claquer un ballon haut 2. Je sais faire un sursaut avant la frappe 3. Je sais me déplacer pour boucher mes angles
Poussin Catégorie U11	1. j'utilise le haut de mon corps pour bloquer l'adversaire en 1vs1 2. Je bloque ou je mets les poings 3. Je me place en avant sur le terrain (proche des 13 mètres) 4. J'utilise le pied hors de ma surface 5. Je connais les différentes prises de balles 6. Se déplacer et se placer face au ballon pour le bloquer
Débutants Catégorie U9	1. je ne reste pas sur ma ligne, j'avance pour gêner l'adversaire.

<b>La passe</b>	
15ans Catégorie U17	Vers la dernière passe 1. Je sais réaliser une passe de la tête ou de la poitrine 2. Je réalise l'importance de la dernière passe : passe au sol entre 2 adversaires, centre aérien,...
13ans Catégorie U15	Utilisation terrienne et aérienne de la passe 1. j'utilise judicieusement la passe au sol et la passe aérienne 2. utilisation de la passe en retrait devant le but
Benjamins U13	Orienter sa passe dans les deux axes du terrain 1. Passer le ballon entre deux adversaires 2. Utiliser volontairement les deux pieds 3. Passer le ballon vers l'avant et vers l'arrière 4. Passer sur sa gauche et sur sa droite sans perdre le ballon 5. utilisation de l'intérieur, de l'extérieur et du cou de pied pour la passe 6. Ma passe est encore plus forte.
Poussins Catégorie U11	Passes dans l'axe vertical 1. Si je suis bloqué je fais une passe en arrière (soutien) 2. Ma passe est plus forte/tendue "s'appuyer sur le ballon" 3. j'utilise la passe et va ou passe et suit 4. j'utilise la passe dans la course 5. j'utilise mon pied faible plus souvent
Débutants Catégorie U9	Assurer sa passe 1. Mon pied vient de haut en bas et frappe le ballon en son centre 2. Le ballon atteint mon coéquipier 3. j'utilise l'intérieur du pied.

## Nos ambitions de formation

<b>Se démarquer ok</b>	
15ans Catégorie U17	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je suis mobile (2,3,4 appels avant de recevoir le ballon)</li> <li>2. je me place en retrait, au 1<sup>er</sup>, 2<sup>e</sup> poteau sur un centre</li> </ol>
13ans Catégorie U15	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sur une touche je croise avec un coéquipier</li> <li>2. A chaque nouveau porteur de balle je change de position</li> <li>3. je suis orienté en fonction du ballon et de l'espace dans lequel je reçois le ballon</li> <li>4. Je me place en retrait sur un centre</li> <li>5. Je me déplace latéralement pour recevoir une passe profonde</li> <li>6. Je sais dédoubler mon coéquipier</li> </ol>
Benjamins Catégorie U13	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je suis à distance de passe, le Porteur du ballon peut m'atteindre</li> <li>2. Feinter : appel et contre appel</li> <li>3. je me re-déplace si je n'obtiens pas le ballon sur mon premier appel</li> </ol>
Poussins Catégorie U11	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je me place à la lumière : je ne suis pas caché par un adversaire</li> <li>2. coups de pied arrêtés : je pars de loin pour recevoir une passe courte</li> <li>3. Je suis devant ou derrière le PB pour recevoir une passe. Mais pas au même niveau.</li> <li>4. j'accélère pour me démarquer</li> <li>5. je me place le long des lignes de touches</li> </ol>
Débutants Catégorie U9	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je me place devant ou derrière le PB pour recevoir une passe.</li> <li>2. Je m'éloigne du coéquipier qui a le ballon, je ne le gêne pas.</li> <li>3. je regarde toujours le ballon.</li> </ol>

<b>Educatif</b>	
15ans Catégorie U17	<i>M'insérer dans le club, l'amicale</i>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je participe aux manifestations : arbitrage, tournois,...</li> </ol>
13ans Catégorie U15	<i>Au niveau de l'équipe</i>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. je joue avec tous mes partenaires quel que soit leur niveau</li> <li>2.</li> </ol>
Benjamins Catégorie U13	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. je range mon sac et je n'oublie pas mes affaires</li> <li>2. Je ne monte pas sur les buts/poteaux/murs</li> <li>3. je relève mon adversaire si j'ai fait une faute</li> <li>4. Je respecte les décisions de l'arbitre, je lui souris</li> <li>5. J'aide à l'installation du matériel et des ateliers</li> </ol>
Poussins Catégorie U11	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. J'écoute les consignes</li> <li>2. J'apporte ma gourde à l'entraînement, je fais mes lacets</li> <li>3. Je prends une douche après l'effort</li> <li>4. J'écoute les décisions de l'arbitre</li> <li>5. Je transmets les documents à mes parents</li> </ol>
Débutants Catégorie U9	<i>Mes premiers pas dans un groupe</i>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Je range le matériel et j'en prends soin</li> <li>2. Pas d'insulte pas de bagarre</li> <li>3. Je dis bonjour aux éducateurs/enfants/parents.</li> </ol>

Explications :

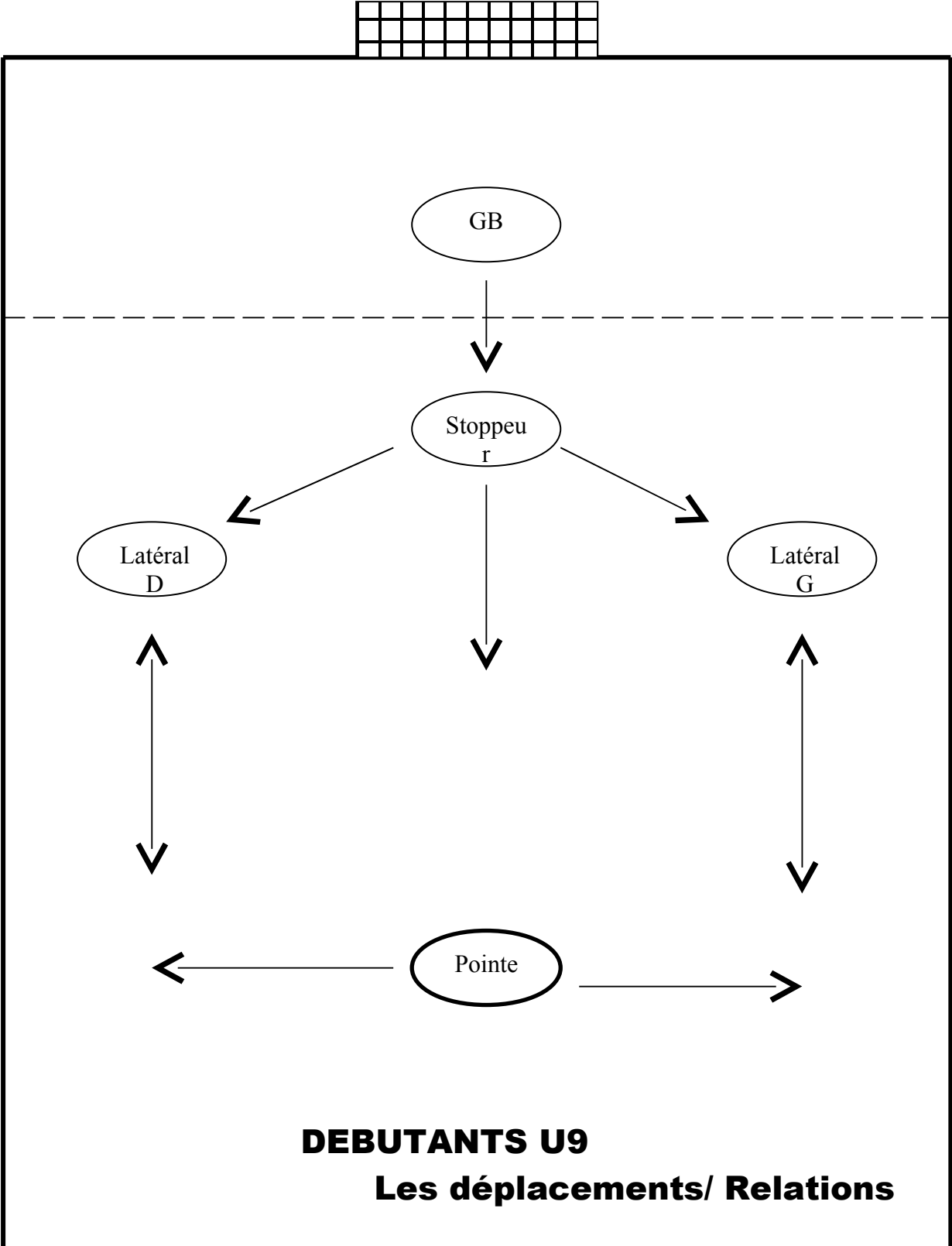
Comment lire ce tableaux.

Sous chaque thématique (contrôle, passe, éducatif,...) sont hiérarchisés par catégorie des objectifs de formation. Par exemple, pour le thème « se démarquer » :en débutant, nous souhaitons que tous les enfants parviennent à constamment regarder le ballon. En U17 il s'agit de réaliser un appel de balle latéral pour recevoir une passe profonde.

Après lecture des 6 thèmes vous pouvez obtenir une idée plus précise de la formation dans telle ou telle catégorie.

Aussi, il est possible qu'un objectif soit avancé à la catégorie précédente en fonction du niveau des joueurs et joueuses. L'inverse peut également se produire.

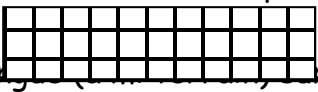
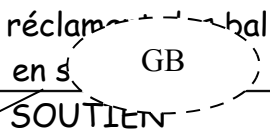
## ***LES DISPOSITIFS TACTIQUES***



**DEBUTANTS U9**  
**Les déplacements/ Relations**

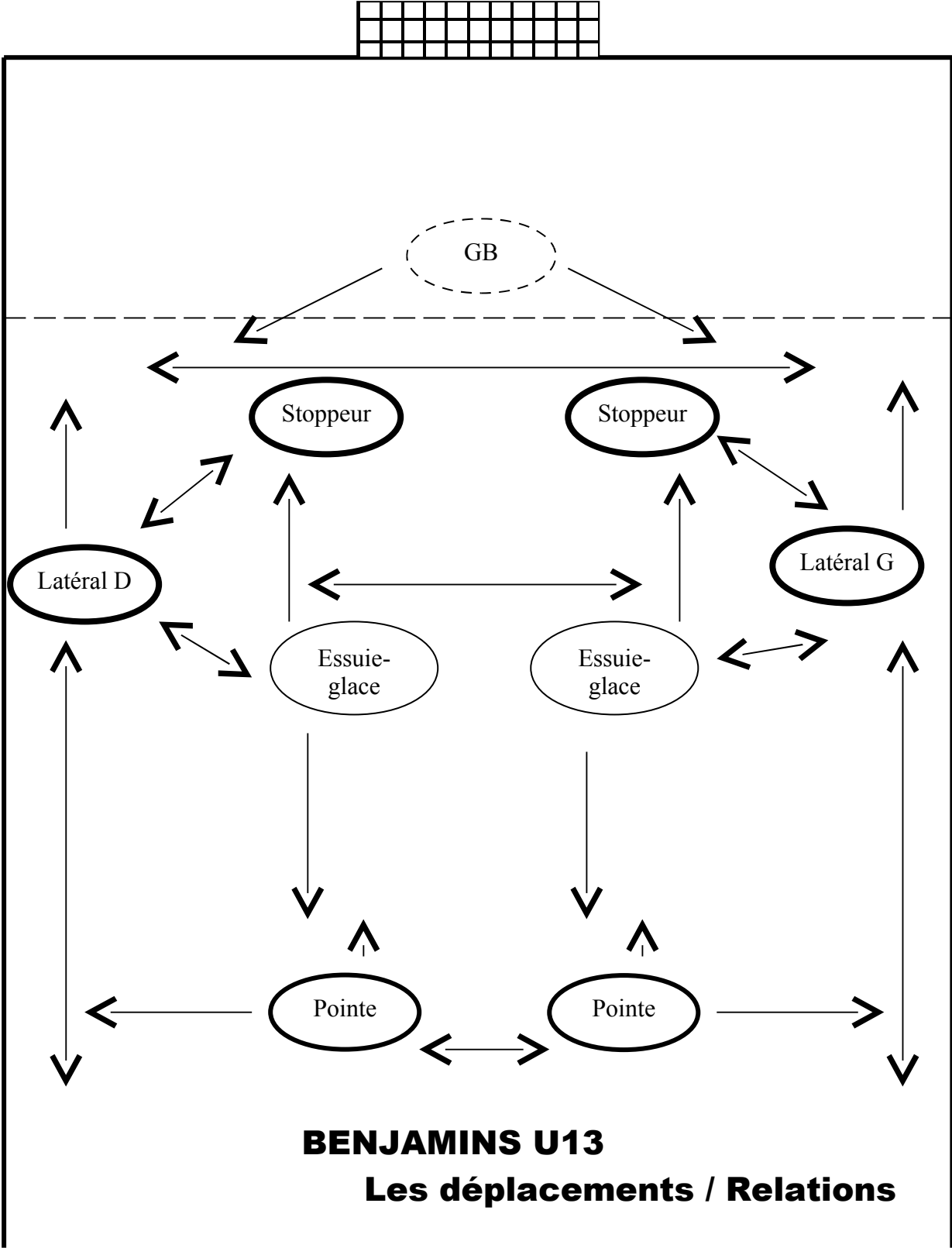
Explications des postes, Débutants U9

	Rôles offensifs	Rôles défensifs
Gardien de but	Assurer sa relance=je suis le premier joueur d'attaque.  Relance courte possible	Sortir de son but pour bloquer l'attaquant  Utiliser les mains.
Stoppeur	Suivre le latéral qui possède le ballon  Passer le ballon vers l'avant assurer sa passe=je suis l'un des premiers joueurs à construire l'attaque	Défendre derrière ses latéraux=je suis le dernier rempart avant le gardien de but.
Latéraux	Se déplacer sur les côtés.  Être entre le pointe et le stoppeur	Aider le stoppeur pour protéger mon Gardien de but lorsque le ballon est perdu
pointe	Se déplacer sur les côtés.  Être le joueur de l'équipe le plus proche du but adverse	Rester près du but adverse et défendre/gêner la passe

	Rôles offensifs	Rôles défensifs
	Assurer la relance par une passe courte au sol à la main ou au pied.  Relance latérale	Se placer haut dans la surface, proches des 13 mètres pour intercepter les passes longues de l'adversaires et les ballons qui traînent.= Je suis le shérif de ma surface. Défendre aussi hors de sa surface
Gardien de but	les côtés au pied seulement si pas de solutions courtes. SOUTIEN Participer à la construction de l'action en réclamant des ballons en soutien. 	
Stoppeurs	Si le latéral de mon côté possède le ballon= je le suis. Je suis en soutien de l'autre stoppeur. Recherche les passes vers l'avant, entre deux adversaires.	J'aide mon latéral. Protège mon gardien de but en bloquant les frappes adverses
Latéral D Latéraux	Je suis tout proche des lignes de touche. Si l'autre latéral est en soutien, je reste près des stoppeurs	J'aide les stoppeurs. Je me replace un peu plus dans l'axe.
Essuie-glace / Milieu	Je suis au milieu de mes coéquipiers. APPUI Je viens vers le porteur de balle pour recevoir le ballon	Je me replace près de mes stoppeurs pour protéger mon but et mon gardien
Pointe	Je me déplace dans les touches pour recevoir des passes.	Je défends dans le camp adverse. Je gêne la relance adverse.

**POUSSINS U11**

**Les déplacements / Relations**



**BENJAMINS U13**  
**Les déplacements / Relations**

	Rôles offensifs	Rôles défensifs
Gardiens de but	<p>Assurer la relance par une passe courte au sol à la main ou au pied.</p> <p>Relance longue (à mi terrain) sur les côtés au pied seulement si pas de solutions courtes.</p> <p><b>SOUTIEN</b></p> <p>Participer à la construction de l'action en réclamant des ballons en soutien.</p> <p>Attention jeu à la main interdit sur une passe d'un coéquipier.</p>	<p>Se placer haut dans la surface, proche des 13 mètres pour intercepter les passes longues de l'adversaires et les ballons qui traînent.= Je suis le shérif de ma surface.</p> <p>Défendre aussi hors de sa surface</p>
Stoppeurs	<p><b>SOUTIEN</b></p> <p>Je suis le latéral de mon côté qui possède le ballon.</p> <p>Lorsque le latéral opposé a le ballon je suis en soutien de l'autre stoppeur.</p> <p>Recherche les passes vers l'avant, entre deux adversaires.</p> <p>Je peux dédoubler mon latéral</p>	<p>J'aide mon latéral. Je protège mon gardien de but en bloquant les frappes adverses</p> <p>L'un des stoppeurs presse le porteur de balle adverse l'autre couvre (libéro)</p>
Latéraux	<p>Je suis tout proche des lignes de touche.</p> <p>Si l'autre latéral est montée je reste près des stoppeurs</p>	<p>J'aide les stoppeurs, je me replace un peu plus dans l'axe</p>
Essuie-glace/ Milieux	<p>Je suis au milieu de mes coéquipiers.</p> <p><b>APPUI</b></p> <p>Je viens vers le porteur de balle pour recevoir le ballon</p> <p>J'offre une solution d'APPUI ou de SOUTIEN à l'autre milieu lorsque celui-ci à le ballon</p>	<p>Je me replace près de mes stoppeurs pour protéger mon but et mon gardien.</p> <p>L'un des milieu presse l'adversaire l'autre le couvre.</p>
Pointes	<p>Je me déplace auprès des lignes de touches pour recevoir des passes.</p> <p>Je peux jouer en profondeur et en appui</p>	<p>Je défends dans le camp adverse sur toute la largeur du terrain.</p> <p>L'une des pointes presse l'adversaire l'autre resserre dans l'axe.</p>

## Le rôle de l'Educateur

Qu'apprend t-on aux enfants et comment ?

Avant tout, notre approche s'inscrit dans les conceptions morales expliquées en amont pages 6

Du point de vue footballistique nous visons l'apprentissage des **techniques du football** proprement dites, **l'appréhension de l'espace** et le **développement moteur**

### Les techniques du football

Evidement le maniement du ballon compose la partie la plus importante de notre temps.

La plus évidente est la **jonglerie**. Comme le jongleur au cirque, le footballeur qui sait jongler avec le ballon (pieds, cuisses, tête) montre des aptitudes certaines à son bon maniement (passes, tirs, contrôles).

Les passes, les contrôles, les frappes, les conduites de balles, les **dribbles** se répètent sans cesse lors d'une rencontre et transpirent donc au sein de nos séquences d'entraînement.

Les parties « **insister sur/conseils à apporter** » consultables dans la bibliothèque de la section foot décrivent ce qu'il faut transmettre aux enfants. Les feuilles d'entraînement sont organisées pour mettre en valeur cette préoccupation et cerner ainsi l'essentiel de ce que les enfants doivent savoir et éviter de tomber dans l'apprentissage abstrait du « beau jeu »

### L'appréhension de l'espace

Les dimensions et le nombre de joueurs variant d'une catégorie à l'autre il nous semble important de consacrer du temps au développement des déplacements dans l'espace (par rapport au terrain, aux coéquipiers, adversaires, et au ballon).

L'appréhension de l'espace est difficile à cerner pour les enfants car ils sont souvent pris aussi par leurs émotions et leurs représentations. Par exemple, l'idée du jeu en soutien : **jouer vers**

l'arrière et s'éloigner du but lorsque je suis bloqué pour mieux attaquer ensuite, peut être une notion difficile à cerner pour des enfants. Les transformations à ce niveau sont ici longues et capricieuses.

D'autres exemples :

- Défendre loin de son but ne pas rester sur la ligne des 13 mètres pour mieux le défendre
- Pour le gardien de but : rester avancer pour mieux stopper les ballons alors que cela même ne touche pas la barre transversale et qu'il risque le lob.
- jouer sur les côtés pour s'assurer une meilleure chance de marquer alors que le but est dans l'axe du terrain.
- jouer un corner à deux plutôt que de tenter un grand centre.
- réaliser plusieurs passes courtes (jeu depuis l'arrière) plutôt que le jeu long plus direct.
- s'éloigner de l'adversaire (marquage lointain) lorsque le ballon est loin de ma zone de responsabilités.
- Venir très prêt (passes très courtes) de mon coéquipier qui possède le ballon pour créer des espaces.
- Proposer des solutions de jeu très courtes et utiliser toute la surface du terrain.
- Sortir de sa zone de jeu pour aider un partenaire
- Défendre en recul frein (course arrière) pour mieux intercepter le ballon alors que l'adversaire s'approche de mon but et devient de plus en plus dangereux.

### Le développement moteur

Notre approche ne peut se réduire à une association de notions techniques et tactiques. Le développement corporel doit prendre part dans la formation. Trop souvent nous nous plaignons de voir des enfants trop mous ou trop raides manquant de dynamisme.

Certes ils ne viennent à l'entraînement qu'une fois par semaine mais des solutions existent pour assurer le développement de la vitesse, la souplesse, le dynamisme.

D'abord il est possible d'installer en début d'atelier des petits exercices de coordination vitesse.

Ex : Un carré de 20m/20m où se déroule une opposition par vague de 3vs3. Avant qu'un nouveau trio entre dans le carré ils peuvent effectuer une série d'accélération, saut, bonds, courses,...

Les jeux ludiques sont très utiles bien qu'un peu oubliés. Les loups, loups-glacés de nos cours de récréation sont d'excellent moyens pour développer la réactivité et la vitesse.

Les parcours de coordination vitesse. Double intérêt de ces exercices : la précision du geste (appuis souples, jambes fléchies, talons décollés, alignement dorsal) et la vitesse d'exécution (réactivité, vitesse de course,...). Les premiers passages sans contrainte temporelle puis les suivantes sous le mode compétitif (relais individuelle ou équipe, départ décalé= un chassé et un chasseur départ 3 ou 4 mètre en retrait).

La musculation est aussi partie prenante du développement moteur. Mais attention, il nous faut apporter des précisions à ce sujet car mal utilisés les exercices de musculation peuvent être dangereux. D'abord, donnons une petite définition de la musculation : c'est le déplacement d'une masse d'un point A à un point B. En ce sens la première forme de musculation n'est autre qu'un sprint ! Du départ à l'arrivée (du point A au point B) je déplace une masse (mon propre poids). Chez les tous jeunes encore en pleine croissance c'est suffisant (pas de lest !).

Concernant les formes les plus répandues de la musculation (abdominaux, pompes,...) là aussi il faut apporter des précautions.

Abdos : Le dos **ne doit pas** être creusé, l'angle dos-jambes ne doit pas dépasser 90° pour ne pas forcer sur les lombaires. Favoriser le **dos rond** (comme un chat)

Pompes : dos **non creusé**, poignets épaules alignés.

Étirements : sans à-coups, prolonger l'étirement une **vingtaine de secondes**. **Dos rond** et non creusé.

Tous autres exercices doit tenir comptes **impérativement** de ses précautions sécuritaires : **dos rond** non creusé et **alignement des articulations**.

### **Les étirements et assouplissements.**

Contrairement à ce que l'on pourrait croire les étirements ne sont pas toujours synonymes de précautions face aux blessures. En tous cas pas les étirements entendus au sens commun.

Par exemple, on imagine bien un jeune joueur tenter de toucher ses orteils avec sa main tout en maintenant sa jambe tendu. Et bien cet étirement n'est pas nécessaire dans la préparation d'un match ou d'un entraînement. Ce type d'action longue et statique sont bien plus efficaces en fin d'entraînement pour favoriser la récupération et la souplesse (amplitude) musculaire. Entendons donc ici les assouplissements et non plus le terme « étirements ».

Les étirements proprement dit s'effectuent de façon plus dynamique (mouvement rapide de « talon-fesses, genou-poitrine, petits bonds à pieds joints,...) alternés avec des étirements et contractions musculaires statiques mais beaucoup plus courtes.

### **Le vocabulaire**

Déjà en partie évoqué, le vocabulaire utilisé pour transmettre aux enfants toutes ces notions doit être **adapté**

La simplification des termes du football que nous adultes utilisons de façon erronée est déjà une première solution. La partie « **insister sur / conseils à apporter** » est un bon support. Il s'agit donc pour l'éducateur de répéter ces termes et de ne pas sortir de ce cadre.

Par exemple il n'existe pas de poste d'attaquant ou de défenseur. Ces termes représentent un statut. Lorsque mon équipe à le ballon moi et mes coéquipiers (du gardien de but à la pointe) sommes attaquants. Lorsque mon équipe n'a pas le ballon moi et mes coéquipier (du GB à la Pointe) sommes défenseurs. Ce petit exemple montre que nous avons déformé le vocabulaire footballistique le rendant incompréhensible aux enfants, surtout si nous axons notre approche sur le jeu au poste.

Enfin définir un vocabulaire précis c'est s'assurer d'être compris par les enfants dans ce que l'on veut leur faire apprendre mais aussi permettent les échanges entre éducateurs et joueurs et entre les joueurs.

### Les temps d'apprentissage

Les apprentissages sont des données non figées. Celui ci est non linéaire et ne consiste pas à faire du plus simple au plus compliqué. Une technique acquise une semaine peut être remise en cause la semaine suivante.

Seule certitude, la répétition (1 fois toutes les 7 secondes) du geste techniques bien réalisé assure un bon apprentissage de celui-ci.

### Ce postulat pose deux conditions à notre approche.

1. Assurer le bon geste par une méthode analytique (décomposition du geste, explication (associer la partie « insister sur »)

Cette première approche nécessite beaucoup de temps à l'observation et aux conseils au discrédit de la répétition.

2. Organiser sa séquence pour limiter les files d'attente et assurer l'action des enfants par une méthode active

La seconde est risqué car si le geste est mal réalisé l'enfant entre dans un mauvais apprentissage (il faudra alors désapprendre ce qui a été appris) par exemple les touches mal faites. La mauvaise habitude reste toujours plus ou moins présente chez l'enfant et risque de resurgir un jour ou l'autre.

Conclusion :

Il faut limiter nos exigences dans l'apprentissage des techniques. Pas plus de 3 conseils/exigences.

La partie analytique plus courte ne doit pas tenir plus d'1 séquence (1 atelier de 20')

Des séquences actives plus longues (2 à 4 atelier de 20') Pas plus de deux personnes dans la file d'attente. Pour ce faire il faut doubler les exercices au risque de ne pas avoir l'œil sur chacun. Autre réglage, les temps de passage du joueur seront courts mais nombreux permettant la répétition (exemple pas plus de 2 actions, un contrôle puis une passe, un contrôle un tir,...). Si le temps d'action de chacun est allongé le passage suivant sera d'autant plus attendu (c'est mathématique).

Enfin, il faut se contenter des conseils que nous avons retenus. Peut être avez vous vu autre chose durant la séquence, la rencontre qu'il vous semble intéressant de mettre en évidence. Mais si cette particularité ne fait pas partie de la thématique du moment il faut garder notre remarque de côté. Ne brouillons pas notre discours, celui ci doit être audible, clair

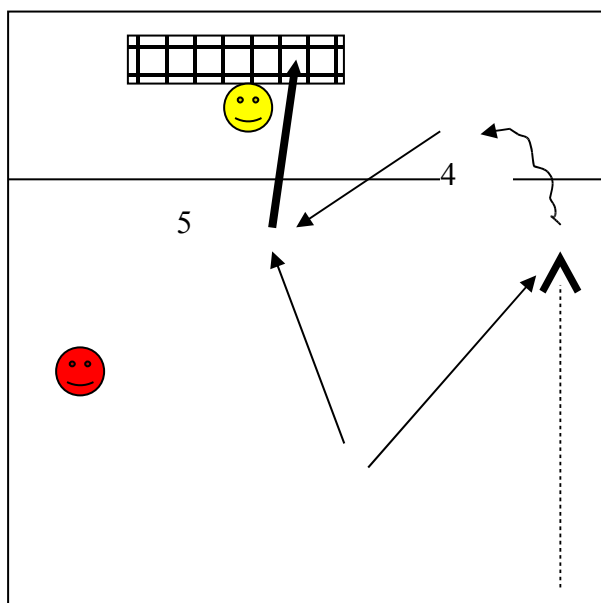
Exemple schématisé.

Mauvais exemple

Thème contrôle plus passe dans la course

Atelier de 40/30m

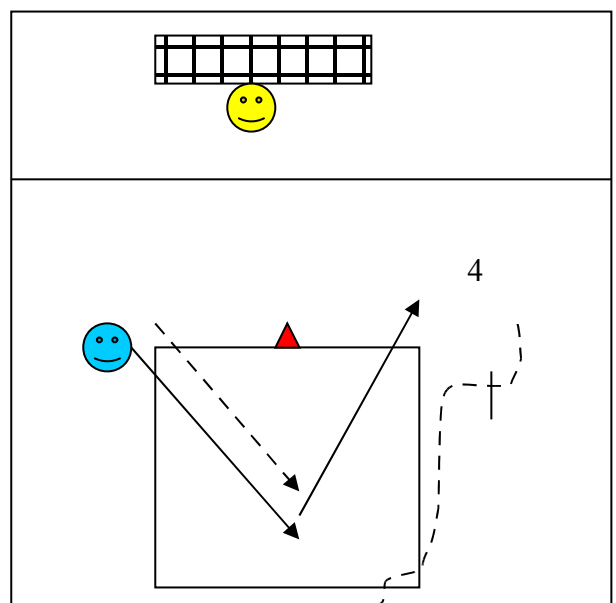
20'



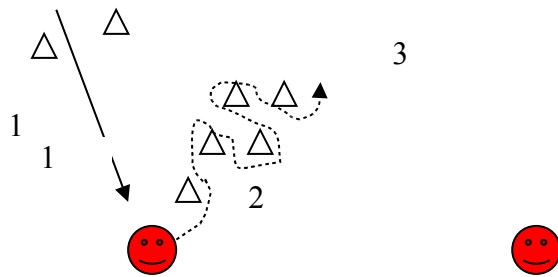
Bon exemple

Atelier 20/30m

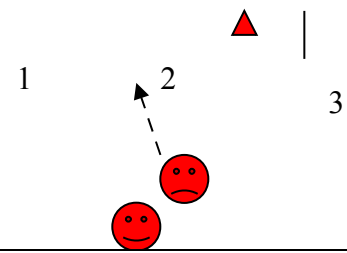
20'



## Le rôle de l'éducateur



1. Passe de démarrage
  2. Contrôle puis slalom
  3. passe dans la course
  4. débordement et centre en retrait
  5. frappe au but.
- = prochain passage dans 30 ou 40''  
=prochaine répétition du même joueur en poste 2 : environ 3-4minutes  
=prochain passage à un autre poste : environ 1-2minute



1. passe de démarrage.
  2. Entrer dans le carré et contrôler. Le bleu entre aussi pour défendre sur le rouge.
  3. Dès que la première passe est faite le second joueur rouge sprint autour de 2 piquets et...
  4. ...reçoit la passe dans la course pour contrôler et frapper.
- = prochain passage dans 10''  
=prochain passage au même poste : environ 1 à 2'  
= prochain passage à un autre poste : 20 à 30''

## DES FORMES D'ENTRAINEMENT

Voici quelques exemples de séquences d'entraînement en fonction d'une thématique

### La passe

<b>Insister sur/ Conseils à apporter</b> Passe tendue et au sol. Frapper le centre du ballon avec l'intérieur du pied. Le pied vient de haut vers le bas. Contrôler avec le pied arrière.	
<b>Le HOME RUN</b> En passe et suit, je passe et je prends la place. A vers B. B vers C, etc..... Au départ de la première passe un défenseur sprint le long d'un parcours de coordination ou non et intervient sur le dernier joueur qui reçoit le ballon et tente de l'empêcher de marquer. V= Varier le nombre de passeurs. Modifier les distances de passe entre 5 et 15m.	

<b>Insister sur / Conseils à apporter</b> Rechercher une passe qui ne peut pas être intercepter. Passe au sol entre deux adversaires.	
<b>Les MARCHEURS</b> 6 attaquants vs 2 défenseurs qui ne peuvent que marcher. Réaliser le plus de passes possibles sans perdre le ballon. Changer les rôles régulièrement.  V= 5vs3, imposer pied de passe. Réaliser un parcours de coordination ,placé sur le côté, après une passe, limiter le nombre de contacts. Placer un but à 10m du carré et frapper depuis le carré.	20m/20m 

## La défense individuelle

### Insister sur / Conseils à apporter

Etre dynamique, talon décollés du sol prêt à anticiper sur sa gauche/ou droite. Embarquer l'adversaire sur le côté pour le bloquer plus facilement et l'empêcher de frapper

Slalom avec ballon pour l'attaquant, slalom sans ballon pour le défenseur.

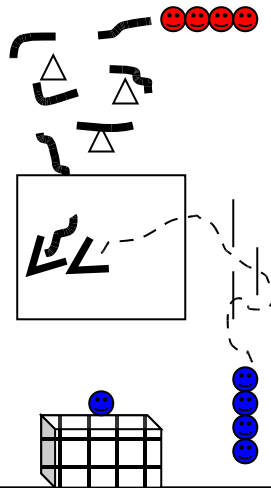
Puis à l'intérieur du carré un duel s'engage. Si le ballon du carré le défenseur est gagnant. Si but l'attaquant est vainqueur.

Variante=

Changer les formes de slalom.

Changer le côté d'intervention des défenseurs.

Organiser un 2vs2



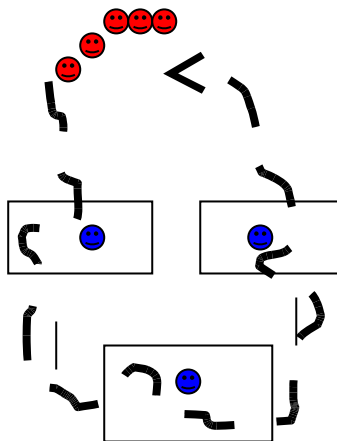
### Insister sur / Conseils à apporter

Ne pas se jeter. Attendre le crochet adverse.

Dynamique j'ai les talons décollés, les jambes fléchies prêt à réagir.

Les uns après les autres les attaquants tentent de traverser ballon au pied les zones protégées par un défenseurs. Si ballon perdu ou hors zone il devient défenseur.

V= changer les formes des zones d'intervention. Ajouter un parcours/slalom entre 2 zones.



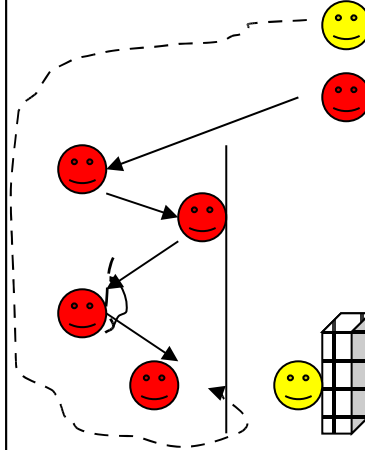
## La contrôle

### Insister sur/ Conseils à apporter

Orienter son contrôle vers le prochain joueur. Le pied vient de haut vers le bas. Frapper le ballon à l'équateur et sur le côté.

#### Le HOME RUN

En passe et suit, je passe et je prends la place. A vers B. B vers C, etc.....  
Au départ de la première passe un défenseur sprint le long d'un parcours de coordination ou non et intervient sur le dernier joueur qui reçoit le ballon et tente de l'empêcher de marquer.  
V= Varier le nombre de passeur.  
Modifier les distance de passe entre 5 et 15m.



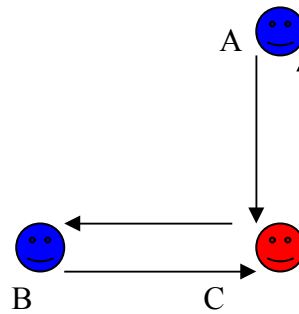
### Insister sur/ Conseils à apporter

Le pied vient de haut en bas. Etre en contact avec le centre du ballon.

#### Double contrôle

A passe à B qui contrôle. (le ballon reste devant lui)  
Puis C récupère la passe de B et utilise un contrôle orienté vers A et la passe le ballon.  
B récupère le premier ballon et l'envoi à C

Distance passe  $\cong$  10m



## Le gardien de but

### Insister sur / Conseils à apporter

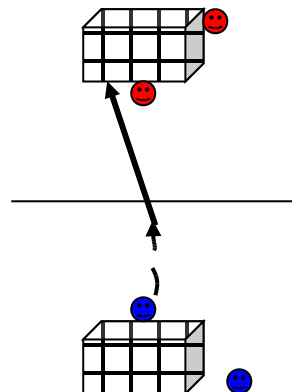
Se tenir prêt avant la frappe= jambe fléchies talons décollés du sol.

#### FACE A FACE

Stopper la frappe adverse par un arrêt.  
Puis s'avancer à son tour et frapper depuis le centre de la zone de jeu.  
Après la frappe le tireur se fait remplacer par le second gardien.

V= frapper à partir d'un point un peu décalé à gauche ou à droite du but.  
Avec les mains de type dégagement.

Buts distants de 25/30m



### 1. Insister sur / Conseils à apporter

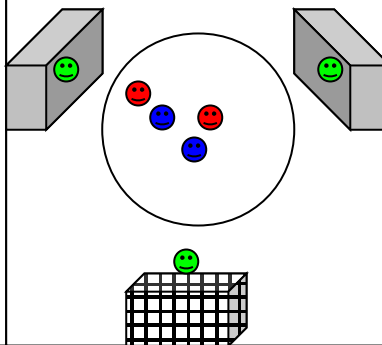
Se déplacer latéralement et couvrir les angles de son but. Se tenir prêt/dynamique. Se tenir avancé devant son but.

#### Consignes

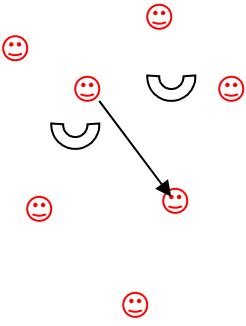
2vs2 à l'intérieur d'un cercle. Frapper au but dès que possible.  
Les gardiens sont neutres  
Touches au pied avec possibilité de marquer depuis la touche.

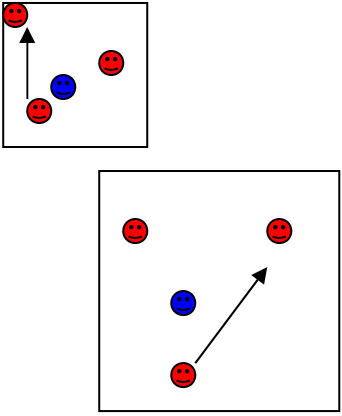
V= Changer les gardiens régulièrement.

Buts placés à 8m d'un cercle de 15m de diamètre



## Se démarquer

<b>Insister sur / Conseils à apporter</b> Se déplacer entre 2 adversaires.	
<p><u>Les marcheurs</u></p> <p>7 attaquants contre 2 défenseurs qui ne peuvent que marcher pour défendre.  limiter le nombre de contacts pour les attaquants.</p> <p>Possibilités d'installer des cibles (minis buts)</p>	<p>20m/20m</p> 

<b>Insister sur / Conseils à apporter</b> Se mettre à la lumière. Se déplacer proche des lignes. Former un triangle.	
<p><i>TORO</i></p> <p>3vs1 dans un espace fermé. Le joueur qui perd le ballon devient le défenseur.</p> <p>V= nombre de contact limité. Atteindre à nombre de passe. Changer les dimensions de jeu. Inclure le 1-2</p>	<p>15/15 et 20m/20m</p> 

La feuille de manifestation, avec coupon réponse

Nom et prénom

A rendre pour le :



La feuille de manifestation

|| Nom et prénom

Feuille n°

A rendre pour le :



La feuille de manifestation

|| Nom et prénom

Feuille n°

A rendre pour le :



|| Nom et prénom

Feuille n°

A rendre pour le :

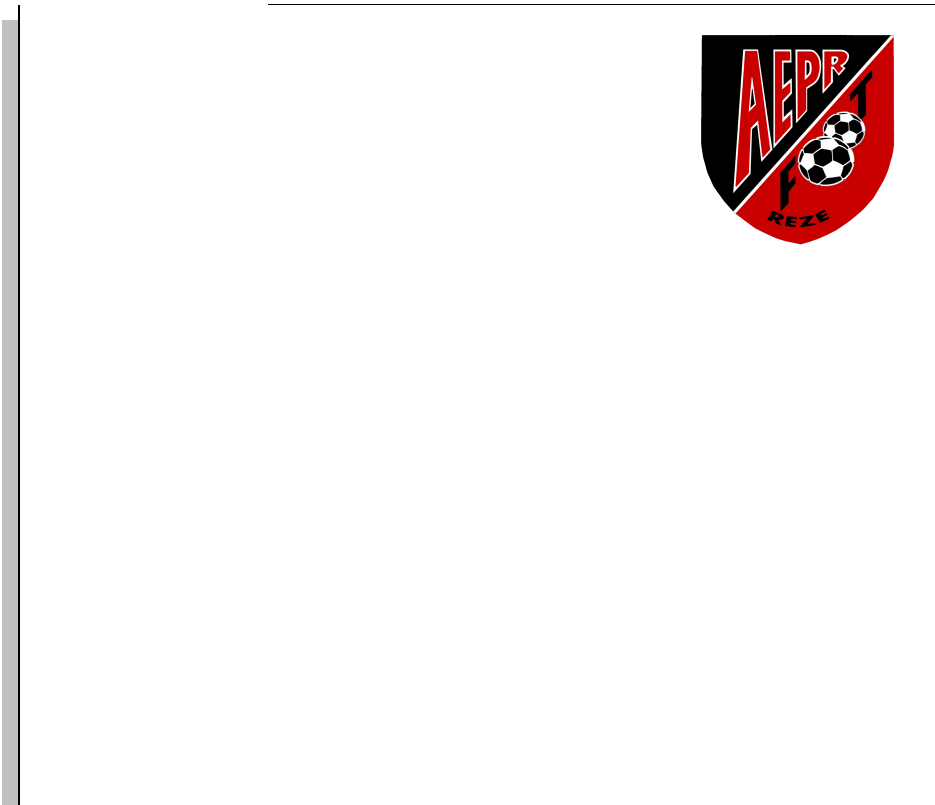


La feuille de manifestation, avec coupon réponse

Nom et prénom

Feuille n°

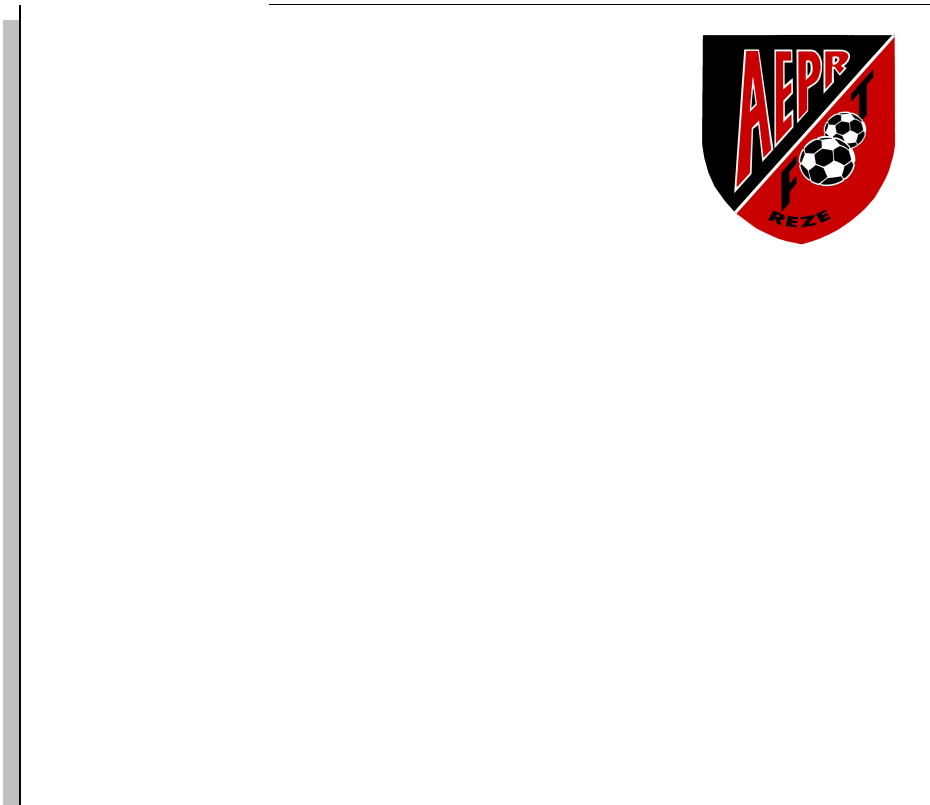
A rendre pour le :



Nom et prénom

Feuille n°

A rendre pour le :





CONVOICATIONS .....

Pour le :

Observations :  
.....  
.....  
.....  
.....

[Empty box for name]

[Empty box for name]

[Empty box for name]

[Empty box for name]

- 1.
  - 2.
  - 3.
  - 4.
  - 5.
  - 6.
  - 7.
  - 8.
  - 9.
  - 10.
  - 11.
  - 12.
  - 13.
  - 14.
  - 15.
- Educateur :

- 1.
  - 2.
  - 3.
  - 4.
  - 5.
  - 6.
  - 7.
  - 8.
  - 9.
  - 10.
  - 11.
  - 12.
  - 13.
  - 14.
  - 15.
- Educateur :

- 1.
  - 2.
  - 3.
  - 4.
  - 5.
  - 6.
  - 7.
  - 8.
  - 9.
  - 10.
  - 11.
  - 12.
  - 13.
  - 14.
  - 15.
- Educateur :

- 1.
  - 2.
  - 3.
  - 4.
  - 5.
  - 6.
  - 7.
  - 8.
  - 9.
  - 10.
  - 11.
  - 12.
  - 13.
  - 14.
  - 15.
- Educateur :



# CONVOICATIONS .....

Pour le :  
.....

Observations :  
.....  
.....  
.....  
.....

.....

.....

.....

.....

.....

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.

Educateur :

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.

Educateur :

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.

Educateur :

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.

Educateur :

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.

Educateur :

Le feuille d'entrainement

1. Insister sur/ Conseils à apporter.

2.

3.

1. Insister sur / Conseils à apporter

2.

3.

N° /



Matériel :

Le feuille d'entraînement

1. Insister sur / Conseils à apporter	
2.	3.

1. Insister sur / Conseils à apporter	
2.	3.

1. Insister sur / Conseils à apporter	
2.	3.

1. Insister sur / Conseils à apporter	
2.	3.

Le feuille d'entraînement

## Explication feuille d'entraînement :

### N° :La présentation

La date ou le numéro de la séance et le thème de la séance.

1 :Insister sur/conseils à apporter. Ici il faut noter ce sur quoi l'éducateur va insister.

*Exemple :* A partir des objectif de formation (page 13) je peux lire pour la thématique « passe, catégorie U11 » : ma passe est plus forte/tendue « s'appuyer sur la ballon »

Il faudra donc inscrire dans cette case tous les conseils à apporter pour réussir une passe tendue : mon pied s'appuie sur le ballon, mon pied vient du haut vers le bas et frappe le centre du ballon, utiliser l'intérieur du pied pour plus de précision, pied d'appui à côté du ballon pointe orienté dans la direction de ma passe, épaules et genou de la jambe de frappe au dessus du ballon,etc....

Un premier atelier pourra insister sur la notion : s'appuyer sur le ballon

Un autre insistera sur : « placer son corps légèrement au dessus du ballon »

Un autre sur : « frapper le ballon avec l'intérieur ou le cou de pied »

Ou « frapper le ballon en son centre »

Etc...

Aussi un exercice peut contenir plusieurs conseils.

En dessous , une vision d'un terrain de foot (demi terrain ou terrain standard comme vous le voulez) sur lequel vous schématisez l'emplacement de vos différents exercices.

### 2.Les consignes

Il s'agit ici d'inscrire toutes les consignes et règles du jeu. En gros la description de l'exercice pour comprendre son fonctionnement.

*Exemple :* Le joueur A passe au joueur B qui contrôle et frappe au but..

Ou 3vs2 avec 2 mini-buts à attaquer et à défendre. 3 touches de balles uniquement.

Possibilités également d'inscrire des variante du jeu : répartition numérique, temps de jeu, nombre de buts, espace de jeu, surface du pied utilisée,...

### 3 : Le schéma

Enfin là c'est le schéma. Pour avoir une vision spatiale de l'exercice. Pensez à placer les dimensions de l'atelier et la durée de celui-ci.