SOCCER QUÉBEC

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE U13-U14

SOCCER
QUÉBEC

TABLE DES MATIÈRES

PRÉSENTATION DU DOCUMENT

MISSIONS OFFENSIVES ET DÉFENSIVES

PRISE DE DÉCISION

ORGANISATION OFFENSIVE

OCCUPATION DES ESPACES

DÉPLACEMENT DES NON-PORTEURS

JOUER RAPIDEMENT

JOUER VERS L'AVANT

JOUER EN COMBINAISON (1)

JOUER EN COMBINAISON (2)

JOUER EN COMBINAISON (3)

CHANGER LE POINT D'ATTAQUE

JOUER DANS LA PROFONDEUR

JOUER EN 1V1

CENTRER

FINITION

TRANSITION DÉFENSIVE

RÉACTION À LA PERTE

DÉFENDRE EN INFÉRIORITÉ

ORGANISATION DÉFENSIVE

PRESSION / CADRAGE

COUVERTURE

ÉQUILIBRE

DENSITÉ

TRANSITION OFFENSIVE

CONTRE-ATTAQUE

SÉCURISER LA POSSESSION

SOCCER QUÉBEC

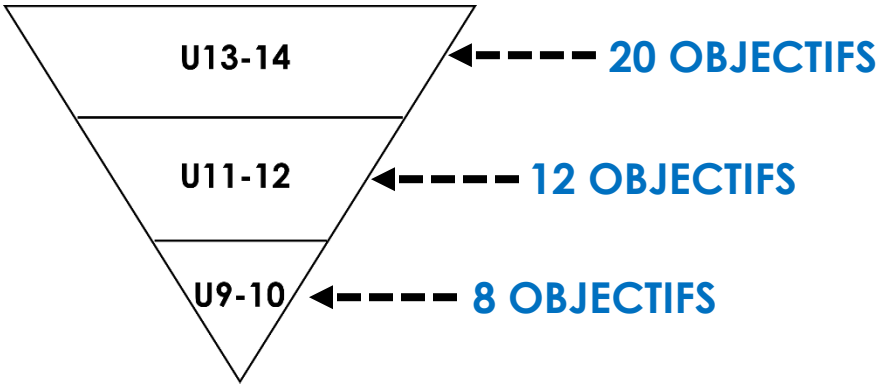
SOCCER
QUÉBEC

PRÉSENTATION DU DOCUMENT

AFIN D'ACCOMPAGNER SES MEMBRES VERS LES PLUS HAUTS STANDARDS D'EXCELLENCE, SOCCER QUÉBEC A ENTREPRIS D'ÉTABLIR DES OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE PRÉCIS POUR LES GROUPES U9 À U14.

UN OBJECTIF D'APPRENTISSAGE, LORSQU'ATTEINT, SIGNIFIE « UNE JOUEUSE OU JOUEUR EST CAPABLE DE (…) ».

SÉPARÉS EN TROIS DOCUMENTS (U9-10; U11-12; U13-14), CES OBJECTIFS, ET LEURS RESPECTIFS SOUS-OBJECTIFS, FORMENT UN CURRICULUM COMPLET DE DÉVELOPPEMENT SPORTIF.



RETOUR À L'INDEX

PRÉSENTATION DU DOCUMENT

LES OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

SONT INDÉPENDANTS :

DU SEXE

(EX : M / F)

DE LA STRUCTURE DE JEU

(EX : 4-3-3 VS 4-4-2)

DU FORMAT DE JEU

(EX : 5V5; 7V7; 9V9; 11V11)

DE LA STRATÉGIE

(EX : BLOC HAUT VS MÉDIAN)

AUTREMENT DIT, PEU IMPORTE LES PARAMÈTRES CI-DESSUS, LES OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE S'APPLIQUENT.

RETOUR À L'INDEX

PRÉSENTATION DU DOCUMENT

ÉTANT DONNÉE L'HÉTÉROGÉNÉITÉ DES GROUPES, IL EST TOUTEFOIS POSSIBLE QUE LES OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE NE SOIENT PAS UNIFORMÉMENT APPLICABLES SELON LES CATÉGORIES PRÉCISÉES.

IL REVIENT DONC AUX RESPONSABLES TECHNIQUES DE FAIRE LES AJUSTEMENTS NÉCESSAIRES AFIN DE S'ADAPTER AUX BESOINS DE LEURS JOUEUSES ET JOUEURS.

RETOUR À L'INDEX

SOCCER
QUÉBEC

LES MISSIONS OFFENSIVES ET DÉFENSIVES

AFIN D'ENSEIGNER LES OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE DE MANIÈRE COHÉRENTE, IL EST NÉCESSAIRE DE TOUJOURS GARDER À L'ESPRIT UN ÉLÉMENT FONDAMENTAL : LES MISSIONS OFFENSIVES ET DÉFENSIVES, C'EST-À-DIRE, QUELLES SONT, EN ORDRE DE PRIORITÉ, LES MISSIONS À ACCOMPLIR, SELON SI MON ÉQUIPE A OU PAS LE BALLON.

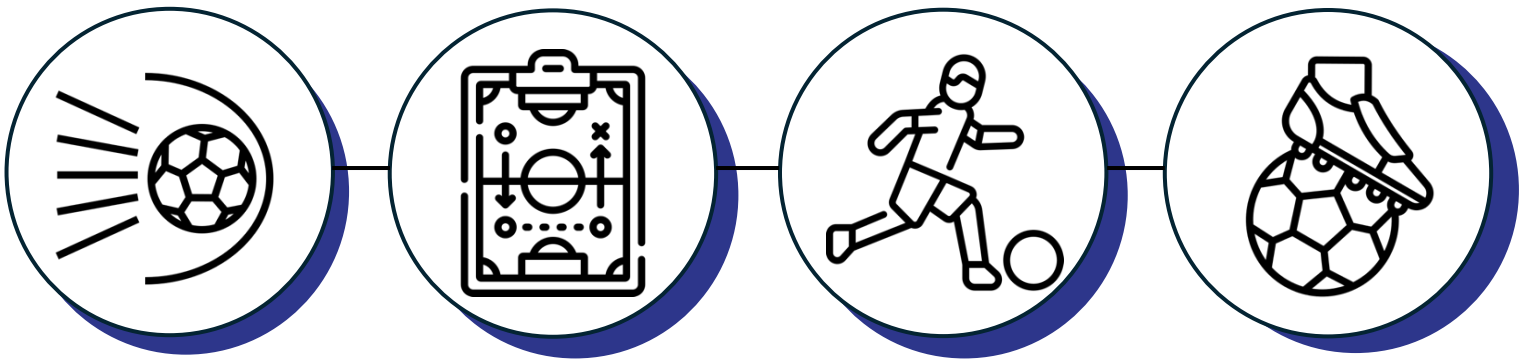
RETOUR À L'INDEX

QUATRE MISSIONS OFFENSIVES

(Organisation offensive et transition offensive)

Quand mon équipe a le ballon, dans l'ordre, j'essaye de :

1 **2** **3** **4**



Marquer **Déséquilibrer** **Progresser** **Conserver**

Lorsque l'on présente quelconque objectif d'apprentissage, toujours garder à l'esprit l'ordre de ces missions

SOCCER QUÉBEC

RETOUR À L'INDEX

QUATRE MISSIONS DÉFENSIVES

(Organisation défensive et transition défensive)

Mon équipe n'a pas le ballon, dans l'ordre, j'essaye de :

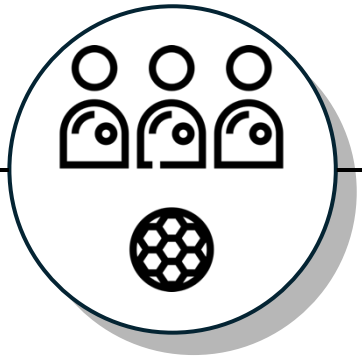
1

Récupérer

2

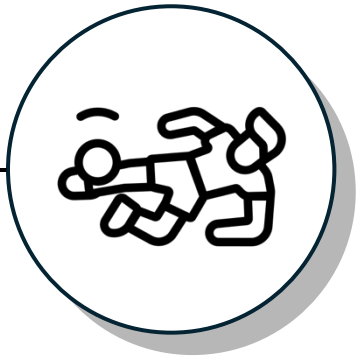
Empêcher la progression

3



Ralentir

4



Empêcher le but

Lorsque l'on présente quelconque objectif d'apprentissage, toujours garder à l'esprit l'ordre de ces missions

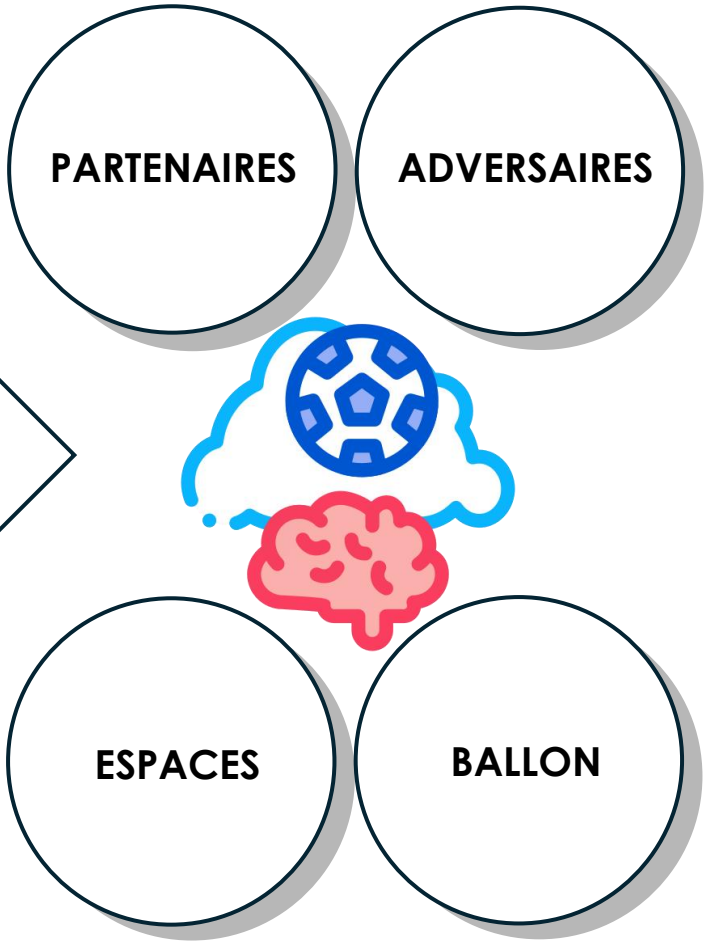
SOCCER QUÉBEC

RETOUR À L'INDEX

SOCCER
QUÉBEC

QUATRE PARAMÈTRES POUR LA PRISE DE DÉCISION

POUR TOUTE DÉCISION, LES 4 PARAMÈTRES SUIVANTS SONT TOUJOURS À CONSIDÉRER



SOCCER QUÉBEC

RETOUR À L'INDEX

SOCCER
QUÉBEC

ORGANISATION OFFENSIVE

1

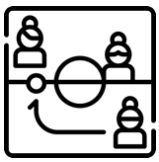
Occupation des espaces

2

Déplacement des non-porteurs

3

Jouer rapidement

4 

Jouer vers l'avant

5

Jouer en combinaisons (1)

Passe et bouge / Une-deux

6

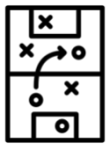
Jouer en combinaisons (2)

Appui-remise / Appui-remise-3e / Appui-soutien

7

Jouer en combinaisons (3)

Dédoubler (*overlap* + *underlap*)

8 

Changer le point d'attaque

9

Jouer dans la profondeur

10

Jouer en 1v1

11

Centrer

12

Finition

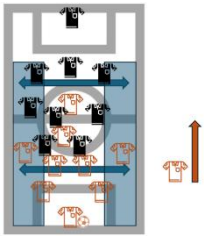
1. Occupation des espaces

1 Identifier et occuper les espaces disponibles

Largeur, profondeur, soutien, entrejeu

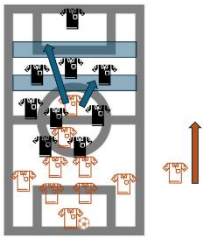
LARGEUR

Vers les lignes de touche



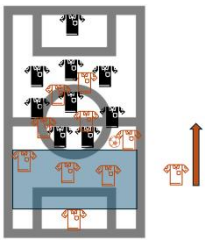
PROFONDEUR

Vers ou derrière la dernière ligne de défense de l'adversaire



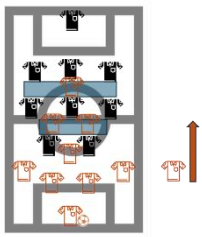
SOUTIEN

Derrière la ligne du ballon



ENTREJEU

Espace situé dans intervalle + interligne



RETOUR À L'INDEX

2. Déplacement des non-porteurs

1

Occuper les espaces disponibles

Largeur

Profondeur

Soutien

Entrejeu

2

Offrir le maximum d'options de passe au porteur

Lignes de passe

(Au pied)

Angles de passe

(Dans la course)

RETOUR À L'INDEX

3. Jouer rapidement

1. Prise de **décision avant réception** du ballon (selon adversaires, partenaires, espaces, ballon)
2. **Position corporelle** avant réception du ballon qui permet d'enchaîner rapidement
3. **1ère touche (contrôle orienté)** permettant d'enchaîner rapidement
4. **Mouvement rapide du ballon** (réduire le temps entre la 1ère touche et la passe, minimiser le nombre de touche en conduite)
5. **Passe sur le bon pied** du partenaire
6. Rester en **équilibre** pendant tout le geste

RETOUR À L'INDEX

4. Jouer vers l'avant

Non-porteurs : offrir le maximum d'options de passe au porteur

1

Lignes de passe

(au pied)

Angles de passe

(dans la course)

2

En tant que porteur, **privilégier le jeu vers l'avant** : chercher à progresser rapidement (en moins de passe ou de touches possibles)

RETOUR À L'INDEX

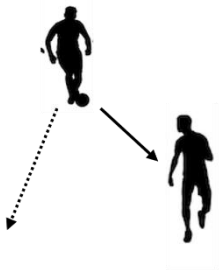
5. Jouer en combinaisons (1)

Passe et bouge / Une-deux

Interaction porteur / non-porteur

1. **Identifier le moment** : pour éliminer et/ou déséquilibrer un adversaire, et/ou créer de l'espace pour un partenaire

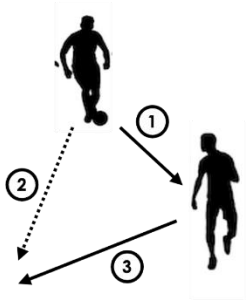
PASSE ET BOUGE



Passe et bouge : passe suivie d'une **accélération** vers l'avant

2. **Une-deux** : passe suivie d'une accélération vers l'avant + **remise rapide**

UNE-DEUX



RETOUR À L'INDEX

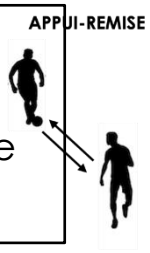
6. Jouer en combinaisons (2)

Appui-remise / Appui-remise-3e / Appui-soutien

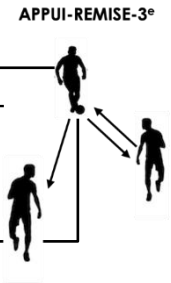
Interaction porteur / non-porteur

1. **Identifier le moment** : pour éliminer et/ou déséquilibrer l'adversaire

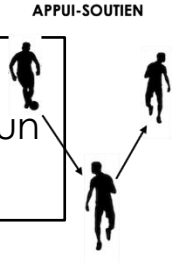
2. **Appui-remise** : passe en appui + passe rapide de retour au même partenaire resté en soutien



Appui-remise-3e : appui-remise + passe à un 3e partenaire



Appui-soutien : passe en appui + passe en soutien à un 3e partenaire



3. Lorsque nécessaire, faire un **appel contre-appel** pour libérer de l'espace

RETOUR À L'INDEX

7. Jouer en combinaisons (3)

Dédoubler (*overlap* + *underlap*)

Interaction porteur / non-porteur

1. **Identifier le moment :** espace disponible derrière l'adversaire + porteur en pleine possession
2. Le **porteur fixe** l'adversaire
3. Course de **dédoublement** (*overlap* ou *underlap*) : **rapidité** et **communication**
4. Si l'adversaire suit la course, le porteur peut conserver ou progresser autrement

RETOUR À L'INDEX

8. Changer le point d'attaque

1. **Identifier le moment** : situation actuelle désavantageuse (espace indisponible, surnombre des adversaires, bonne organisation des adversaires)

2. **Anticipation des non-porteurs** : offrir les **options de passe** nécessaires au changement du point d'attaque

3. Bonne disposition en **largeur** des non-porteurs

4. **Rapidité et précision** : minimum de touches et usage du nombre minimum de partenaires

RETOUR À L'INDEX

9. Jouer dans la profondeur

1. Identifier le moment : **espace disponible et porteur non-cadré**, offrir une course derrière la dernière ligne de défense de l'adversaire

2. Effectuer la **course en profondeur** selon le bon **angle** et ***timing***

3. **Dosage de la passe** : doit arriver en même temps et au même endroit que la course

RETOUR À L'INDEX

10. Jouer en 1v1

1. **Identifier le moment** du déclenchement du dribble
2. Chercher à attaquer **l'extérieur du pied** de l'adversaire et/ou le prendre à **contre-pied**
3. **Dribbles** (râteau, crochet, double-contact, passement de jambes, roulette, *elastico*, etc.)
4. Masquer ses intentions (**feinter**)
5. Changer de **direction**
6. Changer de **vitesse**
7. **Protéger le ballon** lorsqu'en duel

RETOUR À L'INDEX

11. Centrer

1. Avant de centrer : prendre l'information pour analyser la **situation dans la surface**
2. Choisir la **meilleure cible** : le meilleur partenaire et/ou le meilleur endroit dans la surface
3. Choisir le type de centre (**aérien, au sol**)
4. Se concentrer sur la **technique** : zone de contact avec le ballon (en dessous pour centre aérien, au milieu pour centre au sol), pied d'appui tourné vers la cible

RETOUR À L'INDEX

12. Finition

1. **Créer une occasion** de marquer : offrir un appel et une passe ou faire le dribble pour se mettre en condition de tirer au but

2. Prendre l'information sur la position du gardien et **décider la cible** en conséquence

3. Se **concentrer sur la technique** : surface de pied (lacets, intérieur, enroulé), position corporelle (tête penchée vers le ballon), pied d'appui tourné vers la cible, technique ambidextre

RETOUR À L'INDEX

SOCCER
QUÉBEC

TRANSITION DÉFENSIVE

13

Réaction à la perte

14

Défendre en infériorité

SOCCER QUÉBEC

13. Réaction à la perte

1. Si la distance du ballon le permet, la personne la plus proche doit appliquer une **pression immédiate et agressive (« chasser »)** afin de récupérer le ballon

2. **Si on ne peut pas récupérer le ballon,** empêcher ou ralentir la progression de l'adversaire **(cadrer/ temporiser)** afin de permettre la réorganisation des partenaires

3. **Communication** entre partenaires **pour coordonner** leurs déplacements défensifs

4. Attention particulière à **la ligne d'arrières** : elle doit se replacer le plus rapidement possible et idéalement anticiper la perte

RETOUR À L'INDEX

14. Défendre en infériorité

1. **Ralentir la progression** de l'adversaire **(temporiser)** afin de permettre le retour des partenaires et de l'organisation défensive.

Selon la situation de jeu, appliquer un ou plusieurs éléments suivants :

- Utiliser un **recul-frein** : rester sur les pointes de pied, déplacement à petits pas, corps positionné vers l'avant, genou légèrement fléchi — permet de ne pas se faire éliminer et de forcer l'adversaire à ralentir
- Utiliser un **recul-fuite** : repli très rapide des défenseurs pour tenter de reconstituer, le plus vite possible, un rideau défensif
- **Se placer entre les adversaires** de sorte à pouvoir défendre tant la conduire du ballon que la passe
- **Orienter la passe** vers l'adversaire le moins dangereux selon la situation
- **Couper** la ligne de passe la plus dangereuse
- Rester dans **l'axe ballon-but**

RETOUR À L'INDEX

SOCCER
QUÉBEC

ORGANISATION DÉFENSIVE

15

Pression / Cadrage

16

Couverture

17

Équilibre

18

Densité

SOCCER QUÉBEC

15. Pression / Cadrage

1. La personne la plus proche du ballon applique (**dépendamment de la situation**) :

Pression	**Cadrage**
Essayer de récupérer le ballon lorsque opportun (mauvaise passe, porteur pas en contrôle, situation de supériorité numérique en défense) — chasser, engager le duel, harceler	Approcher rapidement (mais sans se compromettre) en donnant un angle à sa course afin de **forcer l'adversaire vers la direction souhaitée**

2. Rester sur les **appuis** : petits pas, sur la pointe des pieds, prêt à réagir et à récupérer le ballon lorsque possible

3. **Agressivité et communication**

4. Si besoin de défendre en infériorité, se référer à l'objectif 14

RETOUR À L'INDEX

16. Couverture

1. La **1ère personne applique la pression ou le cadrage**

2. La **2e personne se place en couverture** : derrière la 1ère personne, avec un angle (environ 45o) et une distance pour être en mesure de (l'une ou plusieurs des options suivantes) :

Selon la situation de jeu, appliquer un ou plusieurs éléments suivants :

- **Défendre si partenaire se fait dribbler**
- **Intercepter** le ballon
- **Marquage** du prochain adversaire
- **Doubler** la pression / Supporter la 1e personne
- **Suivre la course** du prochain adversaire
- **Couper une ligne** de passe

3. **Agressivité et communication**

RETOUR À L'INDEX

17. Équilibre

1. Les 1ère et 2e personnes appliquent respectivement pression/cadrage + couverture

2. La 3e et la 4e se placent en **équilibre : anticipation du prochain espace ou adversaire dangereux, marquage, couper des lignes de passe**

3. Agressivité et communication

RETOUR À L'INDEX

18. Densité

1. Maintenir les **lignes serrées** (espace restreint entre les lignes du bloc) — densité horizontale et verticale

2. Bloc qui **coulisse ensemble** selon le mouvement du ballon et maintien continu de la pression, de la couverture et de l'équilibre

3. **Agressivité et communication**

RETOUR À L'INDEX

TRANSITION OFFENSIVE

19

Contre-attaque

20

Sécuriser la possession

SOCCER QUÉBEC

19. Contre-attaque

1. Si partenaire(s) disponible(s) et dans une **condition favorable** (supériorité/espace/capacités partenaire versus adversaire) jouer la contre-attaque : dès la récupération, **chercher à arriver au but le plus rapidement possible**

2. Jouer au **pied ou dans l'espace** dépendamment de la position des adversaires et de la distance du but que l'on attaque

3. Les autres partenaires doivent **suivre et proposer des solutions** afin de mener à terme la contre-attaque

4. Si l'équipe ne peut pas jouer la contre-attaque, sécuriser la possession en retirant le ballon de la zone de pression

RETOUR À L'INDEX

20. Sécuriser la possession

1. Si l'équipe ne peut pas jouer la contre-attaque, sécuriser la possession en **retirant le ballon de la zone de pression (par la passe ou la conduite)**

2. **Les partenaires** qui n'ont pas récupéré le ballon, **doivent offrir des solutions pour retirer le ballon de la zone de pression**

3. Une fois la possession sécurisée, l'équipe est passée en organisation offensive

RETOUR À L'INDEX

SOCCER
QUÉBEC

Objectifs d'apprentissage U13-14

Novembre 2024

Soccer Québec

955 Av. de Bois-de-Boulogne #210, Laval (Quebec) H7N 4G1

Usage public et libre de droits – Ne peut être vendu