SOCCER QUÉBEC

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE U9-U10

SOCCER
QUÉBEC

TABLE DES MATIÈRES

PRÉSENTATION DU DOCUMENT

MISSIONS OFFENSIVES ET DÉFENSIVES

PRISE DE DÉCISION

ORGANISATION / TRANSITION OFFENSIVES

DÉPLACEMENT DES NON-PORTEURS

PASSE

CONTRÔLE

CONDUITE

DRIBBLE

TIR

ORGANISATION / TRANSITION DÉFENSIVES

SE REPLACER

PRESSION / CADRAGE

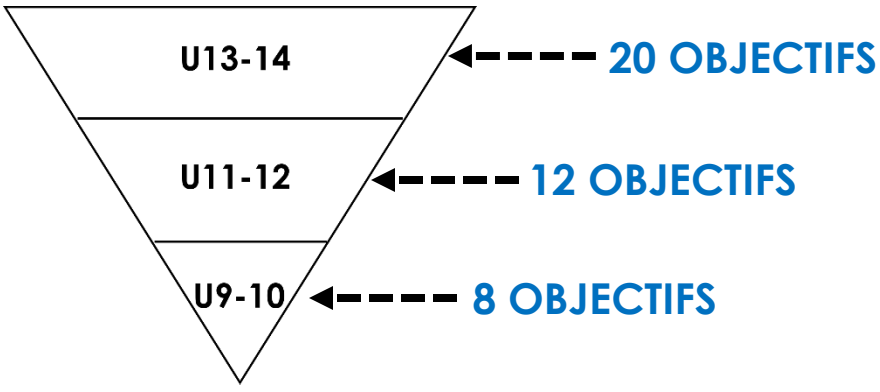
SOCCER
QUÉBEC

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.

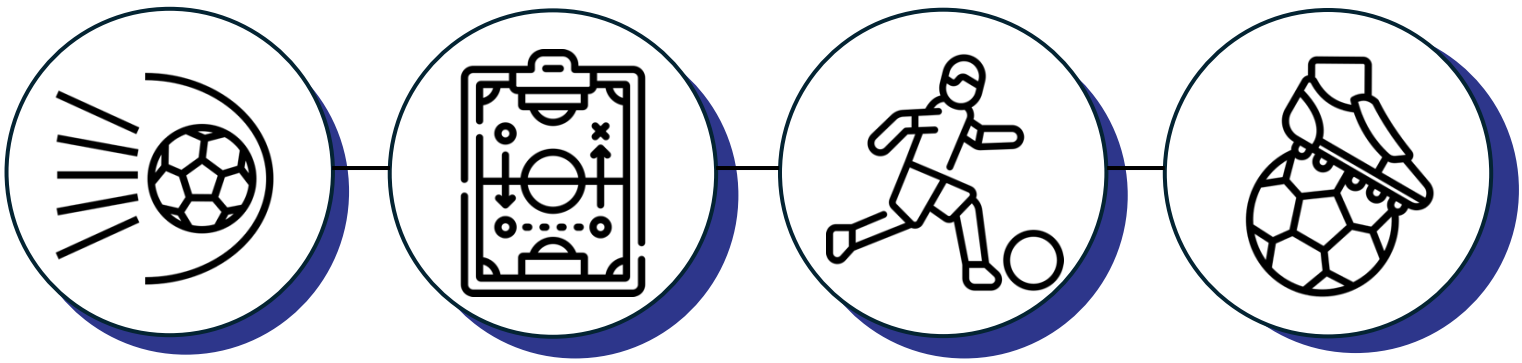
RETOUR À L'INDEX

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, <u>dans l'ordre</u>, j'essaye de :

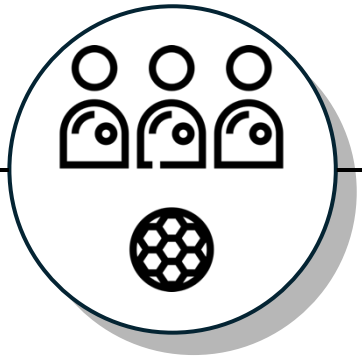
1

Récupérer

2

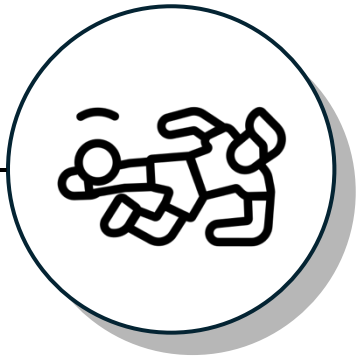
Empêcher la progression

3



Ralentir

4



Empêcher le but

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

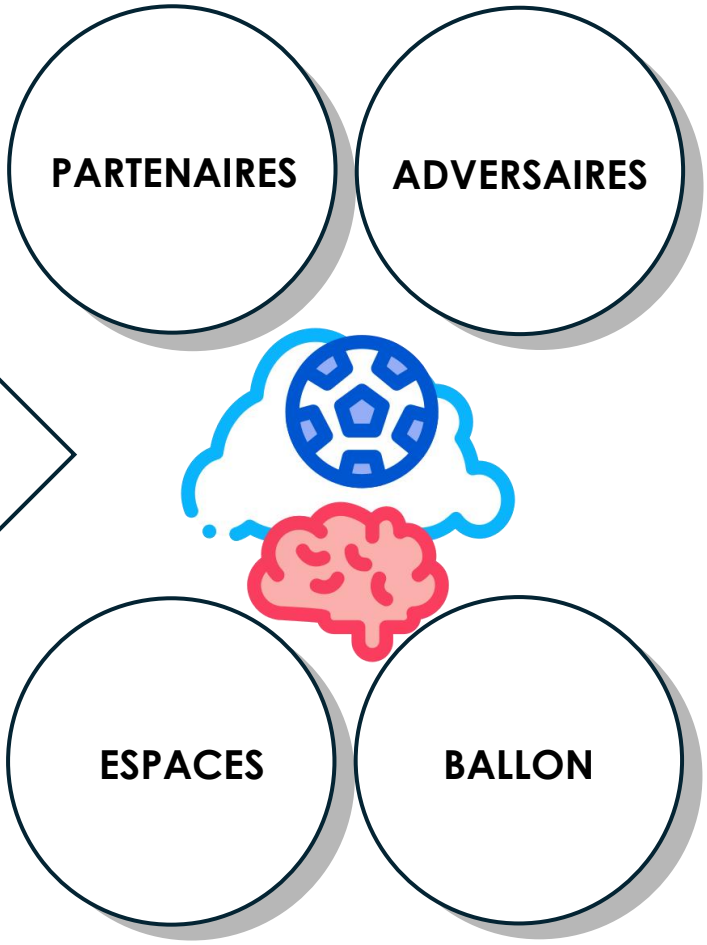
SOCCER QUÉBEC

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

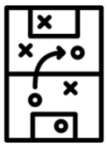
SOCCER
QUÉBEC

ORGANISATION / TRANSITION OFFENSIVES

1

Déplacement des non-porteurs

2



Passe

3

Contrôle

4

Conduite

5

Dribble

6

Tir

SOCCER QUÉBEC

1. Déplacement des non-porteurs

1. Identifier les espaces disponibles

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

2. Passe

1. Faire un **choix approprié** de passe selon la situation de jeu (partenaires, adversaires, espace, ballon)
2. **Garder une distance appropriée du ballon (un pas)**
3. **Pied d'appui orienté vers la cible**
4. Regarder le ballon au moment du contact
5. **Cheville bloquée** au moment du contact
6. Force, timing et dosage appropriés selon la situation de jeu
7. Utiliser le pied approprié (**technique ambidextre**)
8. Utiliser la surface appropriée (généralement, l'intérieur du pied)

RETOUR À L'INDEX

3. Contrôle

1. Faire un **choix approprié** de contrôle (contrôle orienté) selon la situation de jeu (partenaires, adversaires, espace, ballon) : **doit permettre d'enchaîner une action (en priorité, vers l'avant)**

2. Garder les yeux figés sur le ballon

3. **Absorber la force** du ballon par le mouvement de réception

4. Utiliser le pied approprié **(technique ambidextre)**

5. Utiliser la surface appropriée (intérieur, extérieur, semelle, cuisse, poitrine)

RETOUR À L'INDEX

4. Conduite

1. Faire un **choix approprié** de conduite de balle selon la situation de jeu (partenaires, adversaires, espace, ballon)
2. Garder le **ballon sous contrôle** et à une distance proportionnelle à la vitesse
3. **Alterner l'attention** entre le ballon et l'environnement
4. Garder **l'équilibre**
5. Utiliser le pied approprié **(technique ambidextre)**
6. Utiliser la surface appropriée (généralement, l'extérieur du pied)

RETOUR À L'INDEX

5. Dribble

1. Faire un **choix approprié** de dribble selon la situation de jeu (partenaires, adversaires, espace, ballon)
2. **Dribbles** (râteau, crochet, double-contact, passement de jambes, roulette, *elastico*, etc.)
3. Changer de direction
4. Changer de vitesse
5. Masquer ses intentions (**feinter**)
6. Distance avec l'adversaire cohérente avec le dribble
7. Utiliser le pied approprié **(technique ambidextre)**
8. Utiliser la surface appropriée

RETOUR À L'INDEX

6. Tir

1. Faire un **choix approprié** de tir selon la situation de jeu (partenaires, adversaires (notamment le gardien), espace, ballon)
2. Frapper lorsque placé à une distance appropriée du ballon (un pas)
3. **Pied d'appui** orienté vers la cible
4. Regarder le ballon au moment du contact
5. Cheville bloquée au moment du contact
6. Frapper le ballon en un mouvement et poursuivre ce mouvement après le contact
7. Utiliser le pied approprié (**technique ambidextre**)
8. Utiliser la surface appropriée

RETOUR À L'INDEX

SOCCER
QUÉBEC

ORGANISATION / TRANSITION DÉFENSIVES

7

Se replacer

8

Pression / Cadrage

SOCCER QUÉBEC

7. Se replacer

Participer à l'effort défensif pour tenter de récupérer le ballon

Dépendamment de la situation :

1

1) Chasser
2) Se mettre entre la ligne du ballon et son propre but
3) Se réorganiser dans son bloc équipe

RETOUR À L'INDEX

8. Pression / Cadrage

1

La personne la plus proche du ballon doit réduire l'espace pour l'adversaire et rester sur ses appuis (petits pas, sur la pointe des pieds et prêt à réagir, **dépendamment de la situation**) :

Pression

Essayer de récupérer le ballon si possible : chasser, engager le duel, harceler

Cadrage

Approcher rapidement (mais **sans se compromettre**)

RETOUR À L'INDEX

Objectifs d'apprentissage U9-10

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