

PROJET SPORTIF :

Le football, c'est d'abord l'aptitude à s'approprier le ballon, à le garder ou à le transmettre !

Le football, c'est apprendre à construire un jeu, à dominante technique, avec le soutien ou l'appui de partenaires !

Le football, c'est la capacité d'aller plus vite, plus loin, plus haut !

Le football, à valeur technique égale, c'est la volonté de se surpasser qui finit par l'emporter !

Le football , c'est tout ça et c'est bien plus ! !

GENERALITES

- stage éventuel pendant les vacances scolaires de pâques.
- des matchs de championnat dehors et futsal , des matchs amicaux et des tournois.
- 2 Séances hebdomadaires d'entraînement pour toutes la catégorie U13,

EDUCATIVES

- Hygiène du corps pour une pratique sportive
- Respect d'autrui, du club , de soi. **Un des objectifs de la saison sera le respect et la tolérance** envers les coéquipiers, les éducateurs, les dirigeants, l'adversaire, l'arbitrage et le matériel. Les règles de savoir-vivre (politesse, ponctualité ...) devront être respectées.

Si problème de comportement sur ou en dehors du terrain : pas de match.

-pour les dirigeants, attention à ne pas trop fixer l'attention sur son enfant (la remarque d'un étranger est plus facile). L'enfant doit comprendre que sur le terrain, la personne en face de lui est un dirigeant et non un père.

- Concilier convivialité, enthousiasme, motivation et volonté de progresser. Ne pas se laisser dominer par les enfants.

LUDIQUES/MATCHS :

Le jeu avant l'enjeu.

- dans un premier temps :
Compréhension et désignation des rôles et des zones sur le terrain,
Placements et déplacements sur le terrain
Travail sur le marquage et le démarquage.
Jeu en trois lignes : 3-3 -2.
Notion Appui/Soutien.

Les 2 équipes jouent de la même façon.

Afin de conserver une dynamique d'équipe si absence, plusieurs enfants formés à plusieurs postes (une absence d'un joueur ne doit pas mettre l'équipe en difficulté et un joueur ne doit pas se sentir indispensable).

.Certains joueurs sont capables de jouer à plusieurs endroits, d'autres moins donc important de repérer les qualités de chacun et de les faire évoluer même si dans un premier temps, le joueur a du mal.

- coups de pieds arrêtés :

a) sortie de but effectuée par le gardien de but

b) corner tiré à gauche par un droitier , à droite par un gaucher

-Recherche du jeu dès la relance du gardien : relance à la main dans les couloirs ou au pied si pas de solution.

-exercices où l'utilisation du mauvais pied est obligatoire

-un exercice de jonglage par séance.

- dans un deuxième temps, travail du jeu en appui-soutien en triangle , alternance jeu court –jeu long avec changement de rythme , jeu en profondeur ou en diagonale après remise en soutien.

ORGANISATION HEBDOMADAIRE

- les joueurs s'entraînent à Couthenans le mercredi de 16h 18h (dirigeant responsable : Belbachir Vincent) et le vendredi de 18h à 19h15 , (dirigeants responsables : Eymet Florent et Dubois claude).

-2 séances d'entraînement préparées par le responsable de la catégorie en fonction du cycle d'entraînement.

- constitution de groupes homogènes (mélange 2000-2001) en alternance parfois avec des groupes de niveau selon difficulté des exercices, et travail par ateliers avec une personne qui l'anime.

-les compositions des équipes se feront selon la présence aux entraînements des enfants (si plus de 2000 que de 2001, mélange des équipes).

-Quelques enfants iront aider en U15 si besoin.

LES SEANCES D'ENTRAINEMENT PAR CYCLES ET PAR THÈMES :

Proposer des séances d'entraînement où le but premier sera de se centrer sur le jeune joueur en lui permettant de progresser, à son rythme, au sein d'un collectif.

Année partagée en 4 cycles selon les objectifs de la catégorie (cf cycle 1) + des évaluations à la fin de chaque cycle.

Deux responsables matériel sont nommés en début de séance et doivent s'assurer que plus rien ne reste sur le terrain, tous les enfants participent au rangement.

Entraînement préparé à l'avance et laissé dans le vestiaire arbitre.

Le dirigeant responsable remplit la feuille de présence des enfants aux entraînements.