

LES OBJECTIFS DE FORMATION POUR LA CATEGORIE U7

Eduquer les joueurs à l'esprit sportif

	U6	U7
TECHNIQUE	<ul style="list-style-type: none"> • Apprentissage de la conduite de balle avec maîtrise : <ul style="list-style-type: none"> - pied droit et gauche • Contrôler le ballon au sol • Apprentissage des types de frappes de balle avec précision : <ul style="list-style-type: none"> - passes courtes = intérieur du pied - tirs = coup de pied • Découvrir le dribble • Apprentissage du jonglage avec le ballon : <ul style="list-style-type: none"> - pied droit et gauche 	
TACTIQUE	<ul style="list-style-type: none"> • Découvrir les partenaires : <ul style="list-style-type: none"> - échanger par des passes dans le jeu • Conserver le ballon dans le jeu • Dissocier les adversaires et les partenaires 	
PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer avec aisance : <ul style="list-style-type: none"> - courir, s'arrêter, changer de direction et franchir des obstacles - coordination / motricité 	
MENTAL	<ul style="list-style-type: none"> • Apprentissage des règles du jeu spécifique U7 • Être respectueux des adversaires, des éducateurs et de son club 	

LES OBJECTIFS DE FORMATION POUR LA CATEGORIE U9

Eduquer les joueurs à l'esprit sportif

	U8	U9
TECHNIQUE	<ul style="list-style-type: none"> • Apprentissage de la conduite de balle avec maîtrise et aisance : <ul style="list-style-type: none"> - pied droit et pied gauche - avec toutes les surfaces du pied • Contrôler le ballon au sol • Apprentissage des types de frappes de balle avec précision des deux pieds : <ul style="list-style-type: none"> - passes courtes = intérieur du pied - tirs = coup de pied • Découvrir le dribble • Apprentissage du jonglage avec le ballon : <ul style="list-style-type: none"> - pied droit et pied gauche (30 minimum) - tête (10 têtes) 	
TACTIQUE	<ul style="list-style-type: none"> • Découvrir les partenaires : <ul style="list-style-type: none"> - échanger par des passes dans le jeu • Conserver le ballon dans le jeu • Progresser collectivement vers le but adverse • Dissocier les adversaires et les partenaires 	
PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer avec aisance : <ul style="list-style-type: none"> - courir, s'arrêter, changer de direction et franchir des obstacles - coordination / motricité - vitesse avec ballon 	
MENTAL	<ul style="list-style-type: none"> • Apprentissage des règles du jeu spécifique U9 • Être respectueux des adversaires, des éducateurs et de son club 	

LES OBJECTIFS DE FORMATION POUR LA CATEGORIE U11

Former le joueur à l'esprit de la compétition

	U10	U11
TECHNIQUE	<ul style="list-style-type: none"> • Conduire sa balle avec maîtrise et aisance : <ul style="list-style-type: none"> - pied droit et pied gauche avec toutes les surfaces du pied • Contrôler le ballon au sol pour enchaîner : <ul style="list-style-type: none"> - avec toutes les surfaces du pied • Frapper son ballon avec précision et dosage après un enchaînement des deux pieds : <ul style="list-style-type: none"> - passes courtes = intérieur du pied - tirs = coup de pied - tête = frapper avec le front • Développer les feintes et dribbles pour éliminer l'adversaire • Savoir jongler avec le ballon : <ul style="list-style-type: none"> - pied droit, pied gauche et tête statique - apprentissage en mouvement 	
TACTIQUE	<ul style="list-style-type: none"> • Reconnaître son statut : gardien, défenseur, milieu, attaquant • MON EQUIPE A LE BALLON = j'attaque <ul style="list-style-type: none"> - conserver et progresser collectivement vers le but adverse - chercher à se démarquer, à donner des solutions et à se rendre disponible pour recevoir le ballon - utiliser alternativement le dribble ou la passe pour éliminer les adversaires • MON EQUIPE N'A PAS LE BALLON = je défends <ul style="list-style-type: none"> - se replacer et défendre pour protéger son but 	
PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> • Se déplacer avec aisance : <ul style="list-style-type: none"> - courir, s'arrêter, changer de direction et franchir des obstacles - améliorer sa coordination / motricité - améliorer sa vitesse de réaction et sa vitesse de course avec et sans ballon - augmenter sa capacité aérobie 	
MENTAL	<ul style="list-style-type: none"> • Apprentissage des règles du jeu spécifique U11 • Être respectueux des adversaires, des éducateurs et de son club 	

LES OBJECTIFS DE FORMATION POUR LA CATEGORIE U13

Former le joueur à l'esprit de la compétition

	U12	U13
TECHNIQUE	<ul style="list-style-type: none"> Enchaîner plusieurs gestes techniques avec aisance et rapidité : <ul style="list-style-type: none"> - une conduite + une passe - un contrôle + une passe - un passe et va + un tir - rechercher la vitesse gestuelle et surtout la précision - orienter son corps - améliorer la vitesse des enchaînements Améliorer l'utilisation des deux pieds pour frapper, passer et contrôler <ul style="list-style-type: none"> - avec toutes les surfaces du pied Améliorer le jeu aérien : jeu de tête + amortie poitrine Savoir utiliser le dribble à bon escient et la passe pour éliminer les adversaires Savoir jongler avec le ballon : <ul style="list-style-type: none"> - pied droit, pied gauche et tête statique et en mouvement 	
TACTIQUE	<ul style="list-style-type: none"> MON EQUIPE A LE BALLON = j'attaque <ul style="list-style-type: none"> - conserver et progresser collectivement vers le but adverse - chercher à se démarquer, à donner des solutions et à se rendre disponible pour recevoir le ballon - utiliser alternativement le dribble ou la passe pour éliminer les adversaires MON EQUIPE N'A PAS LE BALLON = je défends <ul style="list-style-type: none"> - se replacer devant le ballon pour éviter l'adversaire à progresser - défendre coûte que coûte son but Organiser et synchroniser les déplacements selon le positionnement du ballon et de ses coéquipiers 	
PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> Savoir courir et sauter en utilisant ses bras Maîtriser les changements de directions et de rythmes Améliorer sa vitesse de réaction et sa vitesse de course avec et sans ballon Augmenter sa capacité aérobie 	
MENTAL	<ul style="list-style-type: none"> Apprentissage des règles du jeu spécifique U13 Rester concentrer pendant tout le match Agir par anticipation Etre respectueux des adversaires, des éducateurs et de son club 	

LES OBJECTIFS DE FORMATION POUR LA CATEGORIE U14

Former le joueur à la recherche de la performance

	U13	U14
TECHNIQUE	<ul style="list-style-type: none"> Enchaîner plusieurs gestes techniques avec aisance, rapidité et en mouvement : <ul style="list-style-type: none"> - une conduite + une passe - un contrôle + une passe - rechercher la vitesse gestuelle et surtout la précision - orienter son corps - améliorer la vitesse des enchaînements 	<ul style="list-style-type: none"> - un passe et va + un tir
TACTIQUE	<ul style="list-style-type: none"> MON EQUIPE A LE BALLON = j'attaque <ul style="list-style-type: none"> - conserver et progresser collectivement vers le but adverse - chercher à se démarquer, à donner des solutions et à se rendre disponible pour recevoir le ballon (appel de balle, appui, soutien) - utiliser alternativement le dribble ou la passe pour éliminer les adversaires MON EQUIPE N'A PAS LE BALLON = je défends <ul style="list-style-type: none"> - se replacer, aller cadrer le porteur de balle et sortir presser les adversaires Occuper rationnellement le terrain (en largeur et en profondeur) Différencier les attaques rapides et les attaques placées <ul style="list-style-type: none"> - organiser et synchroniser les déplacements selon le positionnement du ballon et de ses coéquipiers 	
PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> Savoir courir et sauter en utilisant ses bras Maîtriser les changements de directions et de rythmes Améliorer sa vitesse de réaction et sa vitesse de course avec et sans ballon Augmenter sa capacité aérobie et sa puissance aérobie 	
MENTAL	<ul style="list-style-type: none"> Apprentissage des règles du jeu spécifique du football à 11 contre 11 Rechercher l'efficacité et la simplicité Anticiper les actions et rester concentré la totalité du match Avoir envie de se dépasser pour progresser Etre respectueux des adversaires, des éducateurs et de son club 	

LES OBJECTIFS DE FORMATION POUR LA CATEGORIE U16

Former le joueur à la recherche de la performance

	U15	U16
TECHNIQUE	<ul style="list-style-type: none"> Enchaîner plusieurs gestes techniques avec aisance, rapidité et en mouvement : <ul style="list-style-type: none"> - agir vite et surtout précisément - orienter son corps pour enchaîner - savoir gérer la vitesse des enchaînements : récupérer + relancer proprement Savoir utiliser les deux pieds pour frapper, passer et contrôler avec toutes les surfaces du pied Améliorer le jeu aérien : jeu de tête + amortie poitrine + contrôle Savoir utiliser le dribble à bon escient et la passe pour éliminer les adversaires Savoir jongler avec le ballon pied droit, pied gauche et tête de manière statique et en mouvement 	
TACTIQUE	<ul style="list-style-type: none"> MON EQUIPE A LE BALLON = j'attaque <ul style="list-style-type: none"> - conserver et progresser collectivement vers le but adverse = jouer vers l'avant - chercher à se démarquer, à donner des solutions et à se rendre disponible pour recevoir le ballon (appel de balle, appui, soutien) - utiliser alternativement le dribble ou la passe pour éliminer les adversaires MON EQUIPE N'A PAS LE BALLON = je défends <ul style="list-style-type: none"> - se replacer, aller cadrer le porteur de balle - défendre coûte que coûte son but et sortir presser les adversaires Occuper rationnellement le terrain (en largeur et en profondeur) Différencier les attaques rapides et les attaques placées 	
PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> Savoir courir et sauter en utilisant ses bras Maîtriser les changements de directions et de rythmes Améliorer sa vitesse de réaction et sa vitesse de course avec et sans ballon Augmenter sa capacité aérobie et sa puissance aérobie 	
MENTAL	<ul style="list-style-type: none"> Rechercher l'efficacité et la simplicité Anticiper les actions et rester concentré la totalité du match Avoir envie de se dépasser pour progresser Etre respectueux des adversaires, des éducateurs et de son club 	

LES OBJECTIFS DE FORMATION POUR LA CATEGORIE U18

Former le joueur à la performance collective et individuelle

	U17	U18
TECHNIQUE	<ul style="list-style-type: none"> Enchaîner plusieurs gestes techniques avec aisance, rapidité et en mouvement : <ul style="list-style-type: none"> - agir vite et surtout précisément - orienter son corps pour enchaîner - savoir gérer la vitesse des enchainements : récupérer + relancer proprement Savoir utiliser les deux pieds pour frapper, passer et contrôler avec toutes les surfaces du pied Améliorer le jeu aérien : jeu de tête + amortie poitrine + contrôle Savoir utiliser le dribble à bon escient et la passe pour éliminer les adversaires Savoir jongler avec le ballon pied droit, pied gauche et tête de manière statique et en mouvement 	
TACTIQUE	<ul style="list-style-type: none"> MON EQUIPE A LE BALLON = j'attaque <ul style="list-style-type: none"> - conserver et progresser collectivement vers le but adverse = jouer vers l'avant - chercher à se démarquer, à donner des solutions et à se rendre disponible pour recevoir le ballon (appel de balle, appui, soutien) - utiliser alternativement le dribble ou la passe pour éliminer les adversaires MON EQUIPE N'A PAS LE BALLON = je défends <ul style="list-style-type: none"> - se replacer, aller cadrer le porteur de balle - défendre coûte que coûte son but et sortir presser les adversaires Occuper rationnellement le terrain (en largeur et en profondeur) Différencier les attaques rapides et les attaques placées 	
PHYSIQUE	<ul style="list-style-type: none"> Savoir courir et sauter en utilisant ses bras Maîtriser les changements de directions et de rythmes Améliorer sa vitesse de réaction et sa vitesse de course avec et sans ballon Augmenter sa capacité aérobie et sa puissance aérobie 	
MENTAL	<ul style="list-style-type: none"> Rechercher l'efficacité et la simplicité Anticiper les actions et rester concentré la totalité du match Avoir envie de se dépasser pour progresser Etre respectueux des adversaires, des éducateurs et de son club 	