



GUIDE DE L'ENTRAÎNEUR

Soccer Chelsea

REMERCIEMENTS

Ce guide vise à servir à tous les entraîneurs du programme de Soccer Chelsea et leurs adjoints afin de les aider à mener le programme de soccer. Le contenu du guide provient des sources citées plus bas et modifiées pour rencontrer les besoins du programme. Un remerciement spécial est adressé à David et Kay Huddleston de **Soccer Help** qui nous ont donné la permission de prendre des extraits de leur excellent site de soccer et à la grande générosité de Gavin J. Spooner et Daniel Frankl et la *New Hampshire Soccer Association* qui, pour la bonne cause du soccer, mettent tout leur site à la disposition des intéressés.

SOURCES DU MATÉRIEL

- Jacques Michaud, Soccer Chelsea, coordonnateur du programme U8 saison 2004, Programme pour U7-8 2003
- Sylvie Béliveau, Entraîneur chef Soccer Chelsea de 2003, Programme pour U7-8 2003
- Exercices et matériel du site SoccerHelp de David and Kay Huddleston de, www.soccerhelp.com/index.shtml
- Dr. Thomas Fleck, Bill Buren, Dr. David Carr, Dr. Ronald Quinn, Virgil Stringfield, Jeff Pill de la New Hampshire Soccer Association, <http://www.soccernh.org/>
- Coaching Manual for 6 and U8 Soccer Coaches de Gavin J. Spooner, <http://www.decatursports.com/>
- Exercices et matériel du site Kidsfirstsoccer de Daniel Franklde, www.kidsfirstsoccer.com

MASCULIN VS FÉMININ

L'emploi du masculin a pour but de faciliter la lecture du texte et désigne à la fois les membres des deux sexes.

TABLE DES MATIÈRES

PHILOSOPHIE DU PROGRAMME	1
TYPES DE PROGRAMMES DE SOCCER	2
LE PROGRAMME RÉCRÉATIF	2
LE PROGRAMME SÉLECT	2
DIAGRAMME DU TERRAIN & TERMINOLOGIE	3
HABILITÉS DE SOCCER	4
LE BOTTÉ	4
LA PASSE	4
La passe « poussée » avec l'intérieur du pied	4
La passe avec l'extérieur du pied	5
Conseils sur la passe	6
RÉCEPTION DE PASSE	7
Réception de passe en utilisant l'intérieur du pied	7
Méthodes avancées de réception	7
Contrôle du ballon	8
LANCERS	8
Rentrée de touche du joueur	8
Rentrées de touche avancées.....	8
ERREURS COMMUNES	9
Tactiques de rentrée de touche.....	9
Remise en jeu du gardien.....	9
JEU DE TÊTE	10
Principes des exercices.....	10
Techniques de base	10
GARDIEN DE BUT	10
Préparation mentale pour les gardiens de but	10
Conseils pratiques pour les gardiens	11
ENTRAÎNEMENT	12
PRINCIPES ET LIGNES DIRECTRICES RELATIFS À L'ENTRAÎNEMENT	12
Jeu en plein air – Sport d'équipe.....	12
Les règles d'or de l'entraînement des joueurs	12
Reconnaître la performance	12
Mesurer le succès	13
Utiliser des récompenses	13
Jouer prudemment	13
ÊTRE UN ENTRAÎNEUR	13
Exercices	14
Présence.....	14
Nom de l'équipe & cris de ralliement.....	14
RÔLE D'ENTRAÎNEUR DURANT LA PARTIE	16
Fin de la partie	17
TRAITER AVEC LES PARENTS ET LES ENFANTS	18
Garder les enfants et les parents sous contrôle.....	18
Comment gérer les joueurs perturbateurs.....	18
Comment gérer les parents perturbateurs	19

TABLE DES MATIÈRES

COORDINATION AVEC LES PARENTS	19
Rencontre avec les parents.....	19
RÈGLEMENTS DE JEU.....	21
STRATÉGIE DE JEU	22
CONCEPTS D' ÉQUIPE	22
Vocabulaire.....	22
Conseils pratiques	23
ATTAQUE & DÉFENSE	24
Premier, deuxième et troisième attaquant.....	24
Principes d'attaque	24
Premier et deuxième défenseur	24
Principes de défense	25
AUTORITÉS RÉGISSANT LE SOCCER.....	26
FÉDÉRATIONS.....	26
Fédération Internationale de Football Association (FIFA).....	26
La Confédération de l'Amérique du Nord et du Centre et l'Association de Football des Caraïbes (CONCACAF)	26
L'association Canadienne de Soccer	26
La Fédération De Soccer Du Québec	27
L'association Régionale De Soccer De L'Outaouais.....	27
Soccer Chelsea Club.....	27
FONDATION CHELSEA	28
ACCIDENTS ET ASSURANCES.....	29
BLESSURE	29
Responsabilité de l'entraîneur	29
Avis	29
Transmission d'un formulaire d'assurance.....	29
RÉCLAMATIONS DES MEMBRES EN CAS D'ACCIDENT.....	29
Voyages à l'extérieur de la province de Québec.....	30
EXEMPLAIRE FORMULAIRE D'ASSURANCE	31

PHILOSOPHIE DU PROGRAMME

À Soccer Chelsea, nous ne considérons pas les sports d'enfants comme une version miniature des sports professionnels que nous regardons à la télévision. Nous cherchons à surmonter de nouveaux défis, à améliorer les habiletés et nous recherchons le bonheur de l'accomplissement et surtout avoir BEAUCOUP DE PLAISIR. Ces objectifs sont autant valables pour les joueurs des *ligues* maison que pour ceux des programmes compétitifs.

Le soccer des jeunes signifie jouer et jouer signifie s'amuser. Le plus important pour les jeunes, c'est d'être avec des amis. Gagner et perdre feront partie de leur vocabulaire mais nous devons leur enseigner à gagner et à perdre correctement avec toute la dignité du sportif. Les jeunes oublient rapidement les joutes perdues, alors que certains adultes ont tendance à prendre plus de temps à oublier. Nous observons des comportements communs venant d'influences sociales et culturelles lorsque les enfants sont initiés au concept du gagnant-perdant. Rappelons-nous que les joueurs inscrits à ce programme commencent à apprendre à perdre et à gagner. (Par exemple, qu'y a-t-il de bon à gagner si vos amis ne veulent plus revenir jouer avec vous le lendemain?) Ce programme est une belle occasion d'enseigner aux enfants les bienfaits du « jeu équitable ». Avec le jeu équitable, tout le monde gagne!

TYPES DE PROGRAMMES DE SOCCER

Il y a deux types de programmes de soccer pour les jeunes : le premier se nomme « récréatif » et le deuxième est appelé « sélect », « club » ou « voyage ».

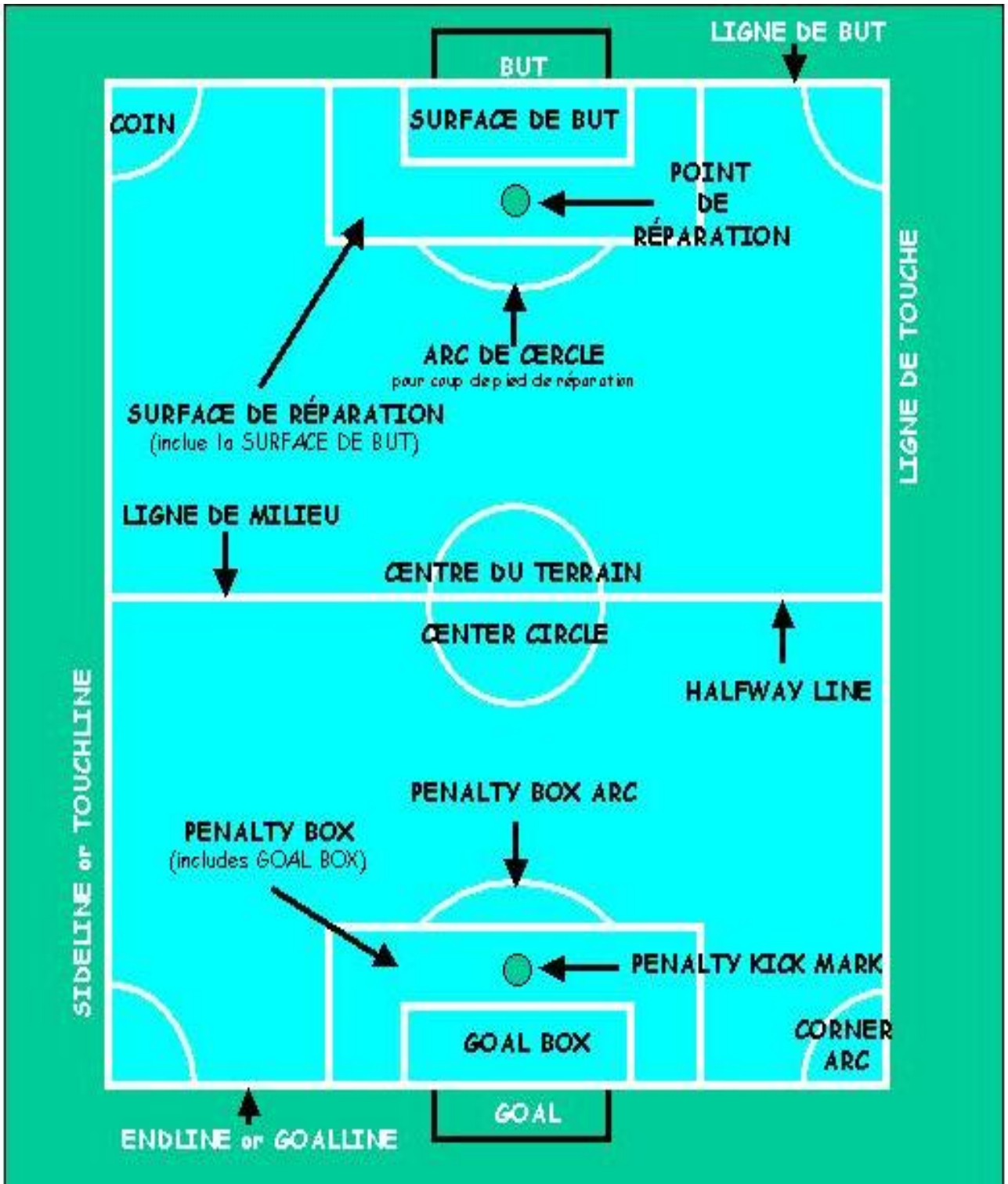
LE PROGRAMME RÉCRÉATIF

La plupart des jeunes participent au programme de soccer récréatif. Il peut y avoir une saison à l'automne et une saison au printemps. L'organisation commanditaire sélectionne les entraîneurs et recrute les joueurs. Ordinairement, durant la saison, il y a une partie par semaine où l'emphase est mise sur le plaisir et l'esprit d'équipe. Chaque joueur devrait jouer environ 50% du temps durant une partie. Les entraîneurs sont souvent des parents bénévoles.

LE PROGRAMME SÉLECT

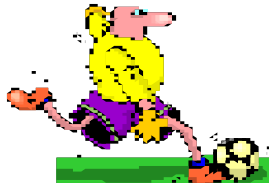
Le programme sélect de soccer est plus compétitif et les équipes ont souvent plusieurs pratiques par semaine, et jouent durant toute l'année. Il y a généralement des périodes « d'essai » pour ces équipes et certains joueurs peuvent être « coupés ». De plus, il n'y a pas de garantie en ce qui concerne le temps de jeu. L'objectif de ces équipes est de gagner des tournois. C'est la façon de mesurer le succès. Parfois nous utilisons le nom « équipe de voyage » parce que les joueurs voyagent fréquemment à des tournois ayant lieu dans d'autres villes.

DIAGRAMME DU TERRAIN & TERMINOLOGIE



HABILITÉS DE SOCCER

LE BOTTÉ



Au soccer, l'orteil est utilisé uniquement pour donner un petit coup sur le ballon de l'adversaire ou pour faire un frapper court au but. La tendance naturelle du joueur débutant est d'utiliser l'orteil pour botter le ballon, même si l'orteil présente une surface plus petite que le reste du pied.

Afin de bien botter le ballon sur une longue distance, le débutant doit apprendre à utiliser une plus grande surface du pied tel le dessus du pied (lacet), l'intérieur ou l'extérieur du pied.

Enseignez à vos joueurs à utiliser l'intérieur du pied lorsque la précision est importante et le dessus du pied afin d'effectuer un botté puissant. Le but durant les exercices devrait être l'amélioration de la technique et de la précision ainsi que d'habituer le joueur à botter des deux pieds – le développement du botté de puissance suivra beaucoup plus tard. Mettez en pratique les points suivants afin d'améliorer les habiletés de vos joueurs :

- Relaxe mais gardez votre pied et votre cheville barrés.
- Utilisez le pied qui est le plus près du ballon, c.-à-d. développez des forces égales pour les deux pieds.
- Gardez l'orteil pointé vers le bas.
- Gardez le genou et la tête au dessus du ballon.
- Placez le pied qui soutient votre poids à côté du ballon, pas devant ni derrière.
- Tournez les épaules de côté et levez les bras du côté opposé au pied qui effectue le botté.
- Frappez avec les lacets du soulier.
- Continuez le mouvement de votre jambe après le botté.
- Les épaules s'enligneront avec le but au moment où le pied qui a effectué le botté continue son mouvement. La rotation du corps crée une force naturelle.
- Visez le but, préférablement les coins près du sol – le gardien de but a plus de difficulté à bloquer un tir bas, près du sol.

LA PASSE

Plus de 75% des passes sont envoyées ou reçues en utilisant l'intérieur du pied. Rien n'est plus fondamental que cette technique. L'utilisation de techniques incorrectes pour les passes du ballon avec l'intérieur du pied résulte souvent dans un manque de précision de la passe, ou encore le ballon ne demeure pas au sol.

La passe « poussée » avec l'intérieur du pied

La passe poussée est un long mouvement continu qui ressemble beaucoup à pousser le ballon vers une cible.

- Assurez-vous que le joueur soit en face de la cible et enlignez le joueur, le ballon et la cible.

- Le joueur devrait faire face au ballon au lieu d'être tourné sur le côté, et doit être positionné de façon à ce que le ballon soit directement entre lui et la cible.
- Le pied qui n'effectue pas le botté, celui qui sert de point d'ancrage (voir le pied gauche du diagramme) devrait :
 - être placé à environ 3 à 6 pouces du côté du ballon où le joueur se sent le plus à l'aise.
 - pointé vers la cible.
 - être placé vers le milieu ou à l'arrière du ballon, la position qui conviendra le mieux au joueur.
- Le genou de la jambe « d'ancrage » ainsi que le genou de la jambe qui effectue le botté devraient être légèrement pliés.
- Le joueur recule légèrement le pied et regarde le ballon alors que sa tête est positionnée au-dessus du ballon au moment où le botté est effectué.
- Au point de contact, le pied devrait être perpendiculaire à l'arrière du ballon.
- Le ballon devrait être botté au centre, à environ 10 cm au-dessus du sol.
- Continuez le mouvement vers la cible avec l'intérieur du pied au niveau de l'arche, la partie située entre le milieu du pied et la cheville et non avec le haut du pied.
- Au moment de l'impact, la cheville devrait être barrée et les orteils pointés vers le haut de manière à ce que les orteils soient à la même hauteur que le talon.
- Regardez vers le haut aussitôt que le ballon est botté.
- Aux fins d'uniformité et de puissance, le joueur peut effectuer un pas avant de botter le ballon, à moins qu'un joueur adverse se trouve près de lui.

Enseignez le mouvement approprié en montrant tout d'abord au joueur à placer le pied qui effectuera le botté à plat sur l'arrière du ballon puis en poussant le ballon vers la cible et en continuant d'avancer vers la cible. Puis, demandez au joueur de refaire l'exercice mais cette fois, en reculant d'un pas de façon à ce que le joueur, le ballon et la cible soit en ligne droite. Ce pas additionnel ajoute de la force au jeu de passe. Le ballon aura du « topspin » si la technique utilisée est correcte. Si la passe est faite dans les airs, c'est que le ballon a été frappé trop bas, la tête du joueur ne se trouvait pas au-dessus du ballon ou le pied d'ancrage était trop loin derrière le ballon.

La passe avec l'extérieur du pied

L'extérieur du pied peut être utilisé pour effectuer une passe, un tir, un revers, pour dribbler et contrôler le ballon. Une passe ou un tir effectué avec l'extérieur du pied, sans recul, est appelé une « passe chiquenaude ». Cette passe rapide et déceptive est principalement effectuée en situation d'attaque près des buts. L'exécution est surtout efficace lorsque le joueur dribble avec l'intérieur du pied et soudainement utilise l'extérieur du même pied pour effectuer une passe chiquenaude. Pour effectuer une passe chiquenaude, le joueur devrait ramener légèrement le pied vers l'arrière et utiliser un mouvement sec sans trop le continuer lorsqu'il botte le ballon avec le côté extérieur des lacets. Ce mouvement est effectué en tournant le pied vers l'intérieur.

Les joueurs devraient pratiquer la passe deux touchés, c'est-à-dire arrêter le ballon et le passer. Un touché veut dire passer le ballon sans l'arrêter.

Conseils sur la passe

- Utilisez l'intérieur du pied.
- Positionnez votre corps de façon à être confortable.
- Détendez-vous.
- Ne soyez pas comme un robot.
- Regardez le ballon lorsque vous effectuez une passe.
- Placez le pied en angle selon que vous passez à droite ou à gauche.
- Passez le ballon à un joueur libre. Ne frappez pas le ballon en « espérant » qu'il atteigne un joueur.
- Restez dans le jeu après avoir effectué une passe.
- Démarquez-vous de vos adversaires afin d'être en position de recevoir le ballon.
- Tournez votre corps de façon à faire face au ballon lors de la réception de passe.

RÉCEPTION DE PASSE

Réception de passe en utilisant l'intérieur du pied



Afin d'être consistant, les joueurs devraient prendre l'habitude d'arrêter le ballon avec l'intérieur du pied. Cette façon de faire est la plus sécuritaire et permet d'arrêter le ballon facilement tout en ayant un meilleur contrôle. Le joueur doit se tenir légèrement sur les orteils et placer le pied qui recevra le ballon en ligne avec les orteils de l'autre pied, perpendiculaire à la direction du ballon. Le pied qui reçoit le ballon devra être assez raide pour arrêter le ballon et assez résilient afin de permettre au ballon de tomber près du joueur pour qu'il puisse garder le contrôle. Le pied qui reçoit le ballon devrait être 10 cm au dessus du sol (le ballon rebondira si le pied est trop près du sol). Le pied est parallèle au sol. Afin d'aider les joueurs à améliorer l'arrêt du ballon, montrez-leur premièrement comment lever le pied plus haut que le ballon, et deuxièmement comment mettre le pied au sol devant le ballon pour l'arrêter. Il est préférable que le joueur arrête le ballon avec l'arche du pied situé sous l'os de la cheville et non pas avec l'arche du pied situé plus près des orteils.

Lorsqu'un joueur attend de recevoir une passe, il devrait garder les genoux légèrement pliés et lever les talons environ 2 cm au-dessus du sol afin de pouvoir bouger rapidement vers une autre direction si la passe manque la cible. Les joueurs habiles sautent d'un pied à l'autre – toujours prêts à bouger.

Les bons joueurs évaluent la difficulté de certaines passes et reculent leur pied dès le contact afin absorber l'impact et arrêter le ballon près d'eux. Pour enseigner cette méthode à vos joueurs, dites-leur d'imaginer que le ballon est un oeuf qu'ils ne veulent pas briser.

Lorsque le ballon est frappé, les joueurs devraient prévoir la direction possible de la passe et se diriger rapidement vers le ballon. Les joueurs devraient se pratiquer à bouger vers celui qui effectue la passe pour intercepter le ballon ou le laisser rouler tout en empêchant l'adversaire d'y toucher.

Méthodes avancées de réception

Les joueurs plus habiles devraient pratiquer les méthodes suivantes avec les deux pieds:

- Pratiquer le deux-touchés (l'arrêt et la passe).
- Pratiquer le un-touché (la passe sans l'arrêt).
- Pratiquer comment les passes puissantes peuvent être reçues et contrôlées.
- Placer en angle le pied qui reçoit le ballon afin que le ballon rebondisse vers le pied qui effectuera la passe presque sans s'arrêter.
- Arrêter le ballon afin qu'il s'arrête 2 ou 3 pas à droite ou à gauche puis le passer. Si le joueur est suivi de près, il serait préférable qu'il se positionne de 'côté' pour recevoir le ballon. La réception devrait se faire avec l'extérieur du pied ce qui permettra de mieux protéger le ballon et le garder le plus loin possible du joueur adverse.
- Pratiquer l'anticipation et l'interception de la passe.

Contrôle du ballon

Suggestions pour un bon contrôle du ballon:

- Maintenir le contrôle avec les deux pieds.
- Soyez agile, demeurez sur vos orteils.
- Utilisez toutes les parties du pied: l'intérieur, l'extérieur, lacets, plante.
- Déplacez-vous afin d'être à l'arrière de la trajectoire du ballon.
- Gardez un contact en douceur.
- Concentrez-vous sur le centre du ballon.
- Gardez votre tête haute.
- Contrôlez le ballon, ensuite effectuez une passe.
- Changez de direction et de vitesse lorsque vous tournez.
- Soyez ami avec le ballon.
- Pratiquez des façons de manipuler le ballon avec vos pieds, votre tête et votre corps.

LANCERS

Rentrée de touche du joueur

Les rentrées de touche sont importantes car bien exécutées, elles peuvent aider à marquer des buts, et mal exécutées, elles peuvent faire perdre la possession du ballon. Une bonne façon de pratiquer les rentrées de touche est d'enligner les joueurs épaule-à-épaule et leur demander de pratiquer leur forme sans le ballon – en imaginant qu'ils en ont un. Lorsque vous direz 'go' demandez-leur d'effectuer une rentrée de touche et observez-les.

Faites-leur faire cinq rentrées de touche consécutives sans ballon. Effectuez des suggestions visant à améliorer leur rentrée de touche :

- Tenez-vous debout face au terrain avec les pieds écartés.
- Placez les mains de chaque côté du ballon.
- Placez le ballon derrière la tête et lancez-le devant vous sur le terrain.
- Continuez le mouvement des deux bras.
- Les deux pieds doivent demeurer sur le sol.
- Traînez l'orteil de votre pied arrière si fort que vous (et l'arbitre) puissiez l'entendre.
- Terminez en vous tenant debout dessus ou derrière la ligne de côté.

Rentrées de touche avancées

Le ballon est tenu devant le visage avec les bras complètement étendus. Les mains tiennent le ballon de chaque côté et les doigts sont écartés et pointent directement devant. Les pouces devraient pointés vers le haut et être séparés de plusieurs centimètres.

Le ballon est placé derrière la tête jusqu'à ce qu'il touche l'arrière du cou de façon à ce que les épaules pointent de chaque côté (non pas directement devant). Les doigts doivent pointer vers l'arrière. Pointer les épaules vers l'extérieur permet au joueur d'utiliser les muscles du torse, ainsi que les bras et les épaules. Pliez le dos légèrement afin d'avoir un peu plus de force.

Faites un pas vers l'avant et lancez le ballon. Gardez les yeux sur la cible et gardez le corps bien droit (c.-à-d. ne pas se pencher vers l'avant). Les poignets servent à relâcher le ballon d'un coup sec et les bras continuent le mouvement en direction de la cible. L'orteil arrière est traîné sur le sol.

ERREURS COMMUNES

Les erreurs communes qui font que l'arbitre remettra le ballon à l'équipe adverse sont:

- Lever le pied du sol avant que le ballon ne quitte les mains (ce qui explique pourquoi il est important de traîner l'orteil du pied arrière).
- Utiliser une main plus qu'une autre (l'arbitre de ligne peut en appeler si ceci est évident ou si le ballon a beaucoup de rotation latérale).
- Ne pas placer le ballon derrière la tête.

Tactiques de rentrée de touche

Apprenez à vos joueurs débutants à lancer le ballon par-dessus la tête de leurs adversaires. Il est moins probable qu'un joueur lève un pied si la rentrée de touche est haute que si le ballon lancé vers le sol.

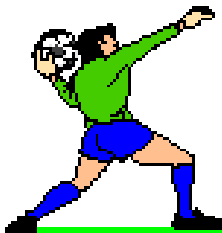
S'ils lancent le ballon à un co-équipier, ils doivent viser les pieds afin que celui-ci puisse le contrôler. Si la rentrée de touche se rend jusqu'au gardien de but, celui-ci peut frapper le ballon du pied mais il ne peut le ramasser avec les mains. Il peut être avantageux d'effectuer une rentrée de touche rapide si votre équipe est prête et que vos adversaires ne le sont pas.

En règle générale, il est préférable de lancer le ballon le long de la ligne lorsque vous êtes de votre côté du terrain et de lancer vers le but de l'adversaire lorsque vous êtes du côté de l'autre équipe. Après avoir lancé le ballon le long des lignes plusieurs fois, les défenseurs se déplacent vers la ligne créant une ouverture vers le but.

Remise en jeu du gardien

À l'intérieur de la surface de réparation, le gardien de but peut lancer le ballon de n'importe quelle façon. Pour remettre le ballon en jeu avec sa ou ses mains, il devrait courir jusqu'à la limite de la surface de réparation et soit lancer, rouler ou botter le ballon sur le terrain.

La technique suivante devrait être utilisée :



- Utiliser les deux mains pour ramener le ballon vers le bas du dos en effectuant une rotation des épaules. Les épaules doivent être parallèles à la direction dans laquelle le ballon doit être lancé;
- Le haut du corps est penché vers l'arrière et le ballon repose sur les mains.
- Débuter le lancer en effectuant un grand pas vers l'avant en utilisant la main dont vous vous servez pour lancer comme d'une catapulte.
- Étirer la main et le bras qui servent à lancer.
- Poursuivre le lancer du ballon avec les mains le plus loin possible.
- Ramener la jambe arrière vers l'avant pour donner plus de puissance au lancer.

JEU DE TÊTE

Durant le programme U8, les joueurs acquièrent des compétences limitées en ce qui a trait au jeu de tête. Des exercices sont effectués de façon ordonnée et sécuritaire. Les jeux de tête changeront les joueurs des exercices usuels visant à contrôler, passer et botter le ballon.

Principes des exercices

Les principes de base énumérés ci-dessous devraient aider à rendre les exercices de jeu de tête amusants pour les joueurs plus jeunes.

- Utiliser des ballons plus petits.
- Toujours lancer le ballon ; ne pas botter le ballon s'il doit être joué avec la tête.
- S'assurer que les joueurs sont proches les uns des autres.

Techniques de base

- Plier les genoux.
- Plier légèrement le haut du corps vers l'arrière pour créer une tension.
- Raidir le cou.
- Garder les yeux ouverts.
- Fermer la bouche.
- Garder le ballon en vue.
- Frapper le ballon avec le front et le pousser vers l'avant en relâchant la tension du haut du corps.

GARDIEN DE BUT

Chaque équipe doit désigner un gardien de but qui, à l'exception d'un joueur effectuant une rentrée de touche, est le seul joueur à pouvoir légalement utiliser ses mains à l'intérieur de la surface de réparation et ce, dans certains cas seulement. Le gardien de but doit porter un maillot de couleur différente afin qu'il soit facile de le distinguer des autres joueurs (utilisez un maillot de couleur différente ou une veste en filet durant la pratique.)

Préparation mentale pour les gardiens de but

Bien que la plupart du temps ce n'est pas de leur faute, on a tendance à s'en prendre au gardien lorsqu'un but est marqué. Lorsque cela se produit, il est important de faire remarquer aux jeunes joueurs que si les défenseurs sur le terrain avaient bien fait leur travail, il n'y aurait pas eu de tir au but du tout.

Il faut encourager tous les joueurs à être gardien de but mais il ne faut pas forcer un enfant s'il refuse. Dites à votre gardien de but avant la partie que l'autre équipe va marquer des buts et que ce n'est pas de sa faute lorsqu'un but est marqué. Ne laissez personne, ni les joueurs, ni les parents, s'en prendre au gardien de but. En fait, après la partie, vous devriez faire en sorte que tous les autres membres de l'équipe remercient le gardien quelque soit le résultat de la partie.

Pour que tous les joueurs puissent vivre l'expérience d'être gardien de but, vous devriez encourager tous les joueurs à en faire l'essai. De cette façon, vous serez

capable de déterminer quels sont les bons gardiens de but et les joueurs pourront se rendre compte des difficultés associées à cette position. Ils seront moins enclins à s'en prendre au gardien lorsqu'un but est marqué.

Conseils pratiques pour les gardiens

Si votre gardien a des jambes fortes, laissez-le botter le ballon. S'il est rapide, encouragez-le à jouer agressivement et à se rendre jusqu'aux limites de la surface de réparation ou même au-delà des limites afin de jouer à titre de "deuxième arrière volant" et de "faire avancer" vos arrières à l'attaque. S'il ramasse le ballon et qu'aucun adversaire n'est près de lui, encouragez-le à laisser tomber le ballon, à dribbler puis à passer le ballon. Une fois que le gardien laisse tomber le ballon ou en tout temps lorsqu'il se trouve à l'extérieur de la surface de réparation, il peut jouer comme les autres joueurs mais il ne peut pas toucher le ballon avec ses mains.

Encouragez votre gardien de but à jouer agressivement et à prendre des chances. Tout le monde aura beaucoup plus de plaisir s'il joue ainsi et plus d'enfants voudront être le gardien.

ENTRAÎNEMENT

PRINCIPES ET LIGNES DIRECTRICES RELATIFS À L'ENTRAÎNEMENT

Jeu en plein air – Sport d'équipe

Le soccer est un sport qui se pratique surtout avec les pieds mais si vous avez déjà joué au basketball, un grand nombre de principes de base appris tels que « passe et va », « mise au jeu », « se démarquer », « soutien », « un contre un », « défense de zone » et bien d'autres s'appliquent aussi au soccer. Le soccer s'apparente aussi à bien d'autres sports d'équipe tel que le hockey, le rugby et le football. Les principes de « fin de geste », « être alerte » et de « premier pas rapide » sont utilisés dans la plupart des sports d'équipe. Le soccer est vraiment un sport d'équipe.

Les règles d'or de l'entraînement des joueurs



1. Traitez tous les joueurs de la même façon – en tout temps!
2. Faites participer leurs parents.
3. Soyez enthousiaste!
4. Soyez prêt! Toujours réviser et visualiser votre session ainsi que les éléments clés que vous enseignerez ;
5. Soyez clair! Toujours donner à vos joueurs une brève explication de la technique sur laquelle vous travaillerez;
6. Servez de modèle! Toujours faire une démonstration lors de l'apprentissage d'un nouvel exercice ou mouvement.
7. Soyez tolérant! Tous ceux qui apprennent et essaient de nouvelles choses font beaucoup d'erreurs. Vous devez accepter ce fait et être tolérant envers les erreurs commises. Sinon, vous les découragerez et ils ne voudront plus essayer de nouvelles choses.
8. Soyez patient! Vous ne serez peut-être pas capable de noter beaucoup de progrès après une ou même un grand nombre de sessions. Les enfants passent par différentes phases de croissance au cours de leur vie – parfois ils excellent, parfois ils n'avancent guère.
9. Soyez d'un grand soutien! Toujours les féliciter pour leurs efforts – vous ne pouvez jamais trop les féliciter.
10. Soyez positif! Toujours commencer par féliciter le joueur pour quelque chose qu'il a bien fait puis lui expliquer comment il peut s'améliorer et terminer en l'encourageant.
11. Toujours passer en revue la session avec les enfants. Ont-ils aimé la session? Ont-ils eu du plaisir? Ont-ils appris quelque chose?
12. N'oubliez pas d'être drôle et modeste mais surtout :
13. LAISSEZ – LES JOUER !!!

Reconnaître la performance

Certains de vos joueurs seront plus talentueux que d'autres. Mesurez la performance des joueurs en les comparant à eux-mêmes et en évaluant leur

niveau d'effort plutôt que de les comparer à quelqu'un d'autre. Essayez de les motiver d'une façon positive, d'une façon qui augmente la confiance en soi. Tout ce que vous pouvez espérer, c'est qu'ils fassent de leur mieux. Dites à tous vos joueurs, même ceux qui ne sont pas de bons athlètes, que vous êtes fier d'eux s'ils font de leur mieux.

Ne jamais punir ou réprimander un enfant pour un manque d'aptitudes. Ne jamais faire courir les enfants autour du terrain, les faire sauter ou les asseoir parce qu'ils ont perdu une partie ou qu'ils sont en dernière place.

Mesurer le succès

Mesurer le succès en vous posant fréquemment les questions suivantes :

- Est-ce que tout le monde a du plaisir? (Si ce n'est pas amusant, ce n'est pas bon).
- Est-ce qu'ils apprennent à collaborer?
- Ont-ils appris quelque chose à propos du soccer?
- Est-ce qu'ils s'améliorent?
- Est-ce qu'ils s'efforcent, sont-ils enthousiastes et font-ils de leur mieux?

Utiliser des récompenses

Les récompenses ne sont pas nécessaires mais les enfants les aiment bien. Utilisées de la bonne façon, les récompenses peuvent être utilisées pour les bonnes pratiques, la présence à une partie ou un effort d'équipe.

Rappelez-vous que récompenser les efforts d'un seul joueur ne fonctionne que si tous les joueurs possèdent plus ou moins les mêmes aptitudes parce qu'un petit nombre de joueurs gagneront presque toujours et d'autres presque jamais.

Jouer prudemment

Certaines règles s'appliquent quelque soit l'âge :

- "Personne ne frappe le ballon dans les airs sauf si l'entraîneur le demande!". Sinon, il y aura des enfants qui seront frappés par le ballon dans la figure ou derrière la tête.
- Les comportements dangereux ne seront ni permis ni tolérés.

ÊTRE UN ENTRAÎNEUR

Amusez-vous	Les enfants se rappelleront de vous avec affection si vous êtes entraîneur par plaisir et pour aider les enfants. Vos joueurs continueront à jouer s'ils ont du plaisir.
Modèle de rôle	Dans une certaine mesure, vos joueurs et leurs parents suivront votre exemple. Ayez l'esprit sportif et ne criez pas après l'arbitre ou l'autre équipe. Après la partie, allez voir les arbitres, serrez-leur la main et remerciez-les,

même s'ils ont commis des fautes d'arbitrage.

Exercices

Fiez-vous aux exercices

Les exercices sélectionnés pour le programme sont conçus pour amuser les enfants et pour que tous les enfants participent et soient actifs. Ils s'enseignent par eux-mêmes. N'essayez pas d'en enseigner trop à la fois. Ils n'ont pas encore assez de concentration et ce ne sera pas amusant.

Fréquents contacts avec le ballon

Durant les pratiques, il est très important que chaque joueur ait un ballon. Les enfants devraient inscrire leur nom sur leur ballon. Les entraîneurs devraient prendre l'habitude de demander à ceux qui ont plus d'un ballon de les apporter ainsi que d'en apporter plusieurs eux-mêmes. Vos pratiques seront beaucoup plus efficaces si chaque enfant possède son ballon. Vos objectifs : que chaque enfant touche au ballon 100 fois par pratique et que chaque enfant soit occupé avec un ballon pendant au moins la moitié de la pratique plutôt que de d'être occupé à regarder, écouter ou attendre en ligne.

Motivation

Soccer Chelsea croit à la motivation positive. C'est pourquoi un enfant qui a essayé de son mieux mais qui a échoué l'exercice ne doit pas être "puni" en étant mis de côté durant l'exercice. Bien que l'internet regorge d'exercices, un grand nombre ne sont pas bien conçus, ne sont pas efficaces ou ne sont pas amusants. Notez bien que les bons exercices fournissent assez de contacts avec le ballon ainsi qu'un haut niveau d'activité.

Présence

Vous ne pouvez pas vraiment punir un enfant dans une ligue récréative pour son absence à une pratique car c'est généralement la faute des parents. Cependant, il est juste d'informer le joueur que le soccer est un sport d'équipe et que les joueurs qui assistent à toutes les pratiques pourraient jouer plus et pourraient être les premiers à choisir leur position préférée.

Essayez de motiver les joueurs à assister régulièrement aux pratiques en les rendant amusantes. Expliquez-leur aussi que le soccer est un sport d'équipe et que l'équipe jouera mieux et aura plus de plaisir si tous les joueurs se présentent aux pratiques et acquièrent les mêmes aptitudes.

Nom de l'équipe & cris de ralliement

Chaque équipe devrait se choisir un surnom. Les jeunes enfants aiment aussi les

cris de ralliements (cheers) qu'ils peuvent exécuter avant la partie, après la partie ou à la mi-temps. Si le nom de votre équipe s'épelle de façon rythmique, vous pouvez l'épeler (p. ex. M-A-G-I-C, GO Magic!). Faites en sorte que les joueurs soient dans un cercle et qu'ils se touchent la main durant le cri de ralliement.

RÔLE D'ENTRAÎNEUR DURANT LA PARTIE

Stratégie	Il y a plusieurs choses que vous pouvez enseigner durant une partie qu'il est difficile d'enseigner durant une pratique surtout s'il n'y a qu'une seule pratique par semaine. Durant la partie, un des deux entraîneurs peut concentrer ses efforts sur l'offensive alors que l'autre pourra se concentrer sur la défensive. Enseignez la stratégie à vos joueurs et aidez-les à apprendre leur position.
Étiquette	Encourager et diriger positivement vos joueurs à partir des lignes de touches (la boîte de l'entraîneur) est permis. Les critiques négatives, l'hostilité, l'abus et la colère ne sont pas des comportements acceptables. Vous êtes un modèle et vous devez donner le bon exemple en ce qui a trait à l'esprit sportif. Vous devez insister pour que vos joueurs aient aussi un bon esprit sportif. Assurez-vous de ne pas nuire à l'autre équipe et rappelez-vous que vous devez vous tenir derrière les lignes de touches et non dans l'« extrémité de la zone ».
Applaudissements	Applaudir lorsque l'équipe adverse commet une erreur n'est pas une bonne chose. Applaudir lorsque l'équipe adverse effectue un excellent jeu est une bonne chose.
L'arbitre	Ce n'est pas facile d'être arbitre. Si une erreur susceptible d'appel a été commise, parlez-en à l'arbitre puis au coordonnateur des arbitres après la partie. N'oubliez pas que vous êtes le modèle et que vous devez établir les normes de comportement. C'est une bonne idée de remercier l'arbitre et les juges de lignes après la partie.
Encouragement	La partie est pour tous les joueurs! Il faut encourager tout le monde à participer, surtout les joueurs qui manquent d'assurance.
Pointage	N'essayez pas de compter le plus de buts possible. Une victoire écrasante n'est pas bonne pour aucune des deux équipes, mais ça se produit parfois. Si votre équipe possède cinq points d'avance, faites preuve d'esprit sportif. C'est votre chance de : <ul style="list-style-type: none">• Placer vos marqueurs de but les plus faibles à l'avant et assignez-leur la position d'avant;• Utilisez une nouvelle personne comme gardien de but et comme défenseur latéral;• Dites à vos joueurs d'effectuer cinq passes consécutives avant de tirer vers le but; ou• Dites-leur qu'ils ne peuvent tirer que de l'extérieur de la surface de réparation.

Instructions

Vous aurez à crier vos instructions à vos joueurs de façon à ce qu'ils puissent vous entendre de l'autre côté du terrain. Essayez de ne pas laisser voir votre frustration ou votre irritation et essayez de ne pas critiquer un joueur en particulier. Criez des instructions précises, par exemple, si les passes de Matthieu ne restent pas au sol, dites « Matthieu, frappe le ballon plus haut ».

Fin de la partie

Généralement, à la fin de la partie, les joueurs et les entraîneurs se mettent en ligne les uns en face des autres sur la ligne qui sépare le terrain en deux. Ensuite, ils se saluent à tour de rôle en se touchant/serrant la main et en passant des commentaires tels que « bonne partie », « bons buts » ou « excellentes passes ». Les entraîneurs sont généralement les derniers en ligne et se serrent la main. L'instructeur agit avec délicatesse et donne le bon exemple lorsqu'il va au devant de l'arbitre et des ses assistants pour les remercier. À la fin des parties, généralement, les parents fournissent des rafraîchissements chacun leur tour.

TRAITER AVEC LES PARENTS ET LES ENFANTS

Garder les enfants et les parents sous contrôle



Ce n'est pas facile de faire face à des joueurs et à des parents perturbateurs mais les conseils suivants pourraient vous être utiles :

- Soyez un entraîneur et un symbole d'autorité et non un ami. Parfois, vous rencontrerez un entraîneur qui est un leader né. Pour plusieurs, il vaut mieux être un symbole d'autorité, ferme mais sympathique. Vous pouvez vous procurer un sifflet et l'utiliser pour attirer l'attention.
- Ne tolérez pas les comportements impolis ou irrespectueux de la part des joueurs. Il est préférable de faire connaître vos attentes aux parents et aux joueurs dès le début de la saison en faisant parvenir une lettre qui décrit votre philosophie de l'entraînement et les comportements prévus.

Les six règles pour garder la maîtrise :

1. Tout le monde doit suivre les instructions de l'entraîneur.
2. Tout le monde doit faire de son mieux.
3. Tout le monde doit écouter.
4. Tout le monde doit conserver l'esprit sportif que l'on gagne ou que l'on perde (ceci inclut les parents).
5. Ne jamais tolérer les vulgarités ou les insultes.
6. Ne jamais tolérer un comportement perturbateur ou irrespectueux.

Comment gérer les joueurs perturbateurs

Il est important d'intervenir immédiatement lorsque des comportements inappropriés surviennent. Si vous tolérez des comportements inappropriés, la situation risque de devenir incontrôlable et désagréable pour tous. Les points suivants forment une politique qui pourrait vous venir en aide dans les cas de comportements inappropriés. Vous pourriez inclure ces renseignements dans une lettre aux parents en début de saison.

- Tout de suite après l'incident, vous devez expliquer au joueur que son comportement est inacceptable et pourquoi. Vous devez lui dire d'arrêter ce comportement.
- Si le comportement inacceptable persiste, demandez au joueur de se mettre en retrait sur le côté du terrain jusqu'à ce qu'il soit prêt à suivre les règles. Discutez avec le joueur en privé en lui expliquant qu'il dérange et que vous ne tolérerez pas son comportement. Avisez le joueur que lors de sa prochaine infraction, il ne pourra pas jouer et devra attendre l'arrivée de ses parents et que vous aurez une discussion avec ceux-ci.
- Si le comportement inadéquat du joueur persiste durant les prochaines pratiques, ou si les parents ne vous aident pas en ce qui concerne la discipline, donnez-leur le choix d'assister à toutes les pratiques pour qu'ils puissent observer et faire la discipline ou autrement le joueur devra quitter l'équipe. Si la situation ne s'améliore pas, vous devrez soumettre un rapport à l'administrateur de la ligue.

Comment gérer les parents perturbateurs

Quel dilemme! Selon les circonstances, demandez le soutien et les conseils de votre coordonnateur. Voici des recommandations:

Si vous détectez des comportements perturbateurs chez les parents, vous devriez leur communiquer immédiatement les règlements suivants. Vous pouvez envoyer cette liste aux parents par courrier ou courriel au début de la saison sous la rubrique "conduite à suivre" :

- "Les encouragements positifs sont bons; les négatifs sont mauvais."
- "Les encouragements sont bons pour votre enfant mais éviter de crier pendant la partie. Cela peut porter à confusion et peut être différent de ce que l'entraîneur leur demande. Si vous désirez être un assistant entraîneur, communiquez avec moi, j'apprécierais votre aide."
- Faites attention à vos propos, ils pourraient être interprétés de la mauvaise façon et blesser quelqu'un. Vous devez vous rappeler que se sont des enfants qui jouent et qu'ils jouent pour le plaisir.
- Soyez un bon exemple et ayez un bon esprit sportif.
- Ne criez pas après l'arbitre et ne dites pas de méchancetés de l'autre équipe. Ne huez pas ou n'applaudissez pas l'autre équipe quand elle commet une erreur.

COORDINATION AVEC LES PARENTS

Rencontre avec les parents

Il est fortement suggéré d'encourager la participation des parents, non seulement parce que les parents sont d'une aide considérable mais aussi parce qu'ils sont les personnes les plus importantes aux yeux de leurs enfants. Une rencontre avant le début de la saison devrait être tenue avec les parents afin de les aviser des objectifs et des politiques de l'équipe.

Les sujets dont vous pourriez discuter lors de la réunion sont :

- Une façon de communiquer avec tout le monde. Un parent pourrait choisir cette tâche ou une chaîne téléphonique pourrait être mise sur pied. Le courriel est un bon moyen de communication si les parents sont d'accord.
- Choisir un administrateur pour l'équipe qui pourrait effectuer les tâches administratives du club.
- Les règlements du jeu.
- Le co-voiturage.
- Les horaires pour les pratiques et les parties.
- Votre opinion sur les retards, la présence au jeu et une bonne excuse pour être absent de la pratique.
- Ce que chaque joueur doit apporter à la pratique :
 - un ballon bien gonflé
 - une pleine bouteille d'eau
 - des vêtements de soccer
 - protège-tibias
 - souliers de soccer
 - chandail de l'équipe
- Et le plus important, votre philosophie concernant l'entraînement des joueurs U7-U8 . Dites-leur que:

- tout le monde joue.
- le jeu ne ressemble pas à celui que joue les plus vieux.
- Votre responsabilité est de vous assurer que l'enfant est en sécurité, qu'il a du plaisir et qu'il apprend à jouer au soccer.
- Qu'attendez-vous d'eux durant la partie? De quelle façon doivent-ils encourager les joueurs? Est-ce que qu'ils savent qu'ils ne doivent pas jouer à l'entraîneur à partir des lignes de touche?

RÈGLEMENTS DE JEU

Les règlements régissant le soccer sont publiés annuellement par la FIFA, l'organisation mondiale régissant le Soccer. Les organisations pour les jeunes adaptent les règlements selon l'âge des joueurs. Voici le lien aux règlements publiés par la FIFA : <http://www.fifa.com/fr/index.html>. Vérifiez le site Web de votre ligue pour obtenir les règlements applicables à votre ligue et niveau de jeu.



STRATÉGIE DE JEU

CONCEPTS D'ÉQUIPE

Certaines parties de cette section seront probablement trop avancées pour le programme U7-U8 mais elles donneront à l'instructeur le matériel de base pour expliquer certains des concepts d'équipe que nous voulons que les joueurs apprennent. Vous ne les enseignerez pas tous en une seule fois mais vous devez essayer d'enseigner les concepts d'équipe à petite dose au cours de deux saisons.

Principes généraux à travailler:

- Ne pas utiliser les mains à l'exception du gardien de but;
- Ne pas faire trébucher, ne pas retenir, pousser ou frapper d'autres joueurs. Il est bon de se battre pour avoir le ballon tant que tout le monde respecte les règles.
- Des cônes délimitent le "terrain". Les joueurs doivent tâcher de rester à l'intérieur de ces limites et de garder le ballon à l'intérieur.
- Le concept de "notre but" et "leur but".
- Le concept d'"attaque" et de "défense".
- Le concept qui consiste à essayer de botter le ballon dans "le but de l'équipe adverse" mais loin de "notre propre but".
- L'idée très simple de "positions". L'idée que certains joueurs jouent dans des zones différentes et qu'il y a des "gardiens de but", des "défenseurs" et des "attaquants".
- Encourager le travail d'équipe (passer, recevoir, être en mouvement, changer de place et fléchir, communiquer.)

Vocabulaire

Les expressions suivantes, si elles sont utilisées régulièrement, seront finalement comprises par les joueurs. L'utilisation de ces mots facilitera la communication entre vous et les joueurs ainsi que la communication entre eux.

- Poteau le plus proche
- Poteau le plus éloigné
- Surface de réparation
- Dribble en contrôle
- Dribble de vitesse
- Marquer un joueur,
- Dégager le ballon
- Croiser le ballon
- Centrer le ballon
- Se rendre au but, Zone de danger
- Avance
- Défendre fortement
- Premier défenseur / Deuxième défenseur
- Premier attaquant / Deuxième attaquant / Troisième attaquant
- Gagner le ballon
- Changer de place & fléchir

- Milieu du terrain
- Centre du terrain
- Centre du but
- Passe à soi-même
- Passe au pied
- Passe vers un espace
- Marquer quelqu'un

Conseils pratiques

Comprendre une stratégie peut être trop avancé pour vos joueurs. Dans le programme U7/U8, vous pouvez enseigner les concepts d'équipe en répétant les points fondamentaux qui suivent. Si vos joueurs appliquent ces règles, l'équipe travaillera bien ensemble. On n'attend pas de vous que vous enseigniez tous ces points mais il faut essayer de comprendre la logique globale.

Aidez vos joueurs en répétant ces simples caractéristiques d'un jeu de soccer réussi:

- Restez en mouvement.
- Déplacez-vous vers le ballon.
- Utilisez toute la largeur du terrain.
- Si vous pouvez faire une passe, faites-la.
- Dribblez si vous ne pouvez pas faire une passe ou si vous avez la chance de marquer un but.
- Ne jamais faire de passe et ne jamais dribbler devant son propre but.
- Faire des passes au sol.
- Frapper le ballon dans les airs quand on est loin du but mais pas si on est dans la zone de réparation.
- Le dernier défenseur ne doit jamais essayer de dribbler.
- Si vous avez une possibilité évidente de tir, tirez!
- Marquez tous les attaquants qui sont devant votre but et assez proche pour marquer.
- Ne pas donner aux attaquants une possibilité évidente de tir puis rester sans bouger.
- Toujours "bouger" avec le ballon. Quand le ballon se déplace, vous devez en faire autant.
- Si vous jouez sur un des côtés, ne traversez pas le centre du terrain.
- Aidez vos co-équipiers. Restez à une passe de distance. Choisissez les espaces ouverts.
- Soyez alerte. Un premier pas rapide est très important.

Aidez vos joueurs en prenant les mesures suivantes lors de leurs parties et de leurs pratiques :

- Les joueurs doivent jouer leur position
- Profiter des pauses pour remplacer les joueurs et les changer de positions.
- Entraîner, éduquer et soutenir pendant le jeu.
- Expliquer toutes les décisions et les fautes.
- S'assurer que les règles du jeu soient bien comprises.

ATTAQUE & DÉFENSE

Premier, deuxième et troisième attaquant

Le "premier attaquant" est le joueur qui possède le ballon. Le rôle du premier attaquant est de pénétrer à l'intérieur de la ligne de défense et de se rendre devant le but adverse. Quiconque est à une courte ou moyenne distance devient le « deuxième attaquant ». Le deuxième attaquant aide le premier attaquant à une distance d'une passe. Les troisièmes attaquants sont ceux qui se trouvent en position de marquer ou ceux qui aident à l'attaque à une distance de passe plus longue du premier attaquant.

Principes d'attaque

Voici quelques principes offensifs de base :

- Au moment de l'attaque, les joueurs devraient rester mobiles et s'éloigner des joueurs de l'équipe adverse mais rester à une passe de distance du premier attaquant.
- Vous devez avoir un deuxième et un troisième attaquants pour avoir une attaque efficace. Quand un de vos joueurs a le ballon, il doit toujours y avoir au moins un deuxième attaquant qui est suffisamment proche pour accepter une passe.
- Il est important que tous les joueurs sur le terrain avancent pour aider l'attaque.
- Les défenseurs peuvent parfois agir en tant que troisièmes attaquants si l'équipe a compté moins de but ou pour empêcher le ballon de quitter la moitié de terrain de l'adversaire.
- Les joueurs de soutien devraient se déplacer dans des zones vides afin que le premier attaquant ait plusieurs joueurs à qui passer. Par exemple, si le premier attaquant est en train d'attaquer du côté gauche, le deuxième attaquant devrait le suivre et être prêt à recevoir une « passe arrière », pendant que l'autre avant devrait courir vers le « poteau le plus proche » en tant que troisième attaquant – prêt pour une « passe croisée » ou un « retour d'arrêt ».
- Le deuxième et le troisième attaquant devraient rester 3 pas derrière le ballon afin de ne pas être hors jeu et de pouvoir courir vers la passe croisée ou en angle.

Premier et deuxième défenseur

Le joueur défensif le plus proche du ballon pendant une attaque devient le « premier défenseur ». Le rôle du premier défenseur est de ralentir l'attaque adverse et d'essayer de bloquer tous les tirs au but.

Le "deuxième défenseur" aide le premier défenseur. Le joueur défensif qui est le deuxième plus proche durant l'attaque devient le deuxième défenseur et aide le premier défenseur. Le rôle du deuxième défenseur est de rester entre le ballon et le but, approximativement de 5 à 7 pas derrière le premier défenseur.

Principes de défense

Voici quelques principes de défense simples:

- Les défenseurs devraient rester à l'arrière du ballon car il est plus facile d'avancer que de reculer.
- S'assurer que le lancer de remise en jeu de l'autre équipe ne passent pas par dessus votre tête.
- S'assurer que les coups de pied de renvoi ou les coups de volée ne passent pas par dessus votre tête.
- Marquer l'adversaire en vous positionnant derrière lui puis passer devant lui pour lui voler le ballon (ceci est particulièrement important lors des coups de pied de renvoi, des coups de pied de volée, des remises en touche et des coups francs).
- Si le ballon passe devant vous, gardez l'adversaire loin de la surface de réparation et essayez de regagner le ballon.
- Protéger tout d'abord l'avant du filet.

AUTORITÉS RÉGISSANT LE SOCCER

FÉDÉRATIONS

Fédération Internationale de Football Association (FIFA)



Dans le monde entier, le soccer est organisé grâce à des structures simples mais efficaces. Le congrès de la FIFA, responsable des questions législatives est l'instance suprême du soccer dont les décisions sont appliquées au niveau global, continental, national et local.

Alors que la FIFA et ses comités gèrent le jeu à grande échelle, les six confédérations et les associations nationales constituent une structure équivalente au niveau continental et national. Elles forment une pyramide virtuelle de soccer dont le mouvement populaire constitue la base solide sans laquelle l'action de haut vol ne serait pas possible. Chacun de ces organes a ses propres statuts et règles et organise ses propres compétitions mais toujours en accord avec les statuts de la FIFA. Pour plus de renseignements : www.fifa.com/fr.

La Confédération de l'Amérique du Nord et du Centre et l'Association de Football des Caraïbes (CONCACAF)



CONCACAF est l'une des six confédérations continentales de la FIFA et sert de gouvernement dans notre partie du monde. Elle est composée de 38 associations nationales, du Canada au nord jusqu'au Surinam dans le sud. Pour plus de renseignements : www.concacaf.com/

L'association Canadienne de Soccer



L'association Canadienne de Soccer a été fondée en 1912. En partenariat avec ses membres, l'association se consacre à promouvoir la croissance et le développement du soccer pour tous les Canadiens à tous les niveaux. Pour atteindre ses objectifs, l'Association Canadienne de Soccer en partenariat avec ses membres s'engage à diriger et à bien gouverner notre sport. Le quartier général est à Ottawa. L'association est composée de 20 membres de toutes les provinces plus un représentant pour le Développement du soccer féminin et la ligue A. Ils gèrent un budget d'environ 8 millions \$ par an. Les dix associations provinciales de soccer, l'association des Territoires du Nord-Ouest et du Yukon, ainsi que la ligue A et les clubs de la Ligue Nationale de Soccer Professionnel sont des associations enregistrées.

Les clubs professionnels qui appartiennent à la ligue A sont les Whitecaps de Vancouver, le Lynx de Toronto, le Storm de Calgary et l'Impact de Montréal. La ligue A est affiliée à :

- La Fédération Internationale de Football Association (FIFA)
- La Confédération de Football (CONCACAF)
- L'association canadienne olympique (COA). Pour plus de renseignements: www.canadasoccer.com/ .

La Fédération De Soccer Du Québec



La Fédération de soccer du Québec comporte 18 associations dont L'Association Régionale De Soccer De L'Outaouais. La mission de l'ARSO est de promouvoir le soccer en Outaouais - par une action concertée et coordonnée- et les intérêts de ses membres et de superviser les activités régionales de soccer. Pour plus de renseignements: www.federation-soccer.qc.ca/.

L'association Régionale De Soccer De L'Outaouais



L'association Régionale De Soccer De L'Outaouais comprend:

- Le regroupement des clubs de soccer de l'Ouest du Québec.
- Le représentant de la Fédération de Soccer du Québec auprès des clubs de la région.
- La source d'information pour aider le développement du soccer dans notre région Pour plus de renseignements : www.arso.qc.ca/ .

Soccer Chelsea Club

Soccer Chelsea est un club de soccer géré par des bénévoles. C'est un club centré sur la communauté et voué à l'excellence du soccer dans des contextes récréatifs et compétitifs. Le Club offre des programmes pour tous les âges et habiletés dans une atmosphère amicale et de coopération – un des atouts de Chelsea.

Le Club valorise l'esprit d'équipe, le développement des habiletés, la tolérance, le respect, l'appréciation du soccer et, le plus important, le plaisir pour tous les participants. Nous nous nommons « les Lions » et nous avons plus de 700 membres, jeunes et vieux, qui jouent, entraînent, arbitrent, gèrent ou font du bénévolat pour l'amour du jeu. C'est l'endroit idéal pour voir les plus petits se développer et pour participer à une activité communautaire.

Soccer Chelsea est membre de l'Association Régionale de Soccer de l'Outaouais (A.R.S.O), une région de la Fédération Québécoise de Soccer-Football, F.Q.S-F. Certaines de nos équipes jouent aussi dans la ligue de Soccer Ottawa-Carleton. Pour plus de renseignements, visitez le site Internet : www.soccerchelsea.ca.



Soccer Chelsea est fière du niveau de participation de la population de Chelsea et des communautés avoisinantes. Presque 11% de la population participe aux activités de Soccer Chelsea. La moyenne de la participation au niveau national se rapproche plutôt de 2,5%. Le fondateur de Soccer Chelsea, Alan Coupland, a commencé ce programme en 1978 avec 10 joueurs. À la fin de la deuxième semaine, le nombre de participants était passé à 40.

En ce moment, après plus d'un quart de siècle d'existence et avec une croissance annuelle moyenne de 12%, le Club compte environ 800 joueurs. Il y a plus de 70 entraîneurs et administrateurs inclus dans le nombre des joueurs. Le fondateur a transmis les traditions, le respect du jeu, pour nous-même mais aussi pour les autres, ainsi que le développement des habiletés du jeu d'équipe, et par dessus tout, le plaisir pur et simple du soccer.

La participation à Soccer Chelsea s'est aussi développée grâce à l'environnement fertile de Chelsea dont les résidents apprécient le développement d'habiletés par le biais de l'encouragement. Les terrains de soccer sont devenus des lieux de rendez-vous informels des familles, permettant de garder le contact avec les amis

et voisins, d'en rencontrer de nouveaux et de renforcer le réseau de relations extrêmement fort des habitants de Chelsea. Le bilinguisme est une autre force du club et un effort particulier permet que les deux langues officielles soient parlées dans toutes nos équipes.

FONDATION CHELSEA

En travaillant en équipe avec Mme Meredith et la Municipalité, la Fondation a regroupé un total de 20,3 acres pour les loisirs et la culture, la conservation et l'interprétation des terres humides ainsi que pour un nouveau centre récréatif. Mme Elizabeth Meredith et sa famille ont fait un don de 14,5 acres. La Fondation a pu bénéficier de la générosité désintéressée de plus de 150 donateurs, en plus de Mme Meredith, pour le Programme des Nouveaux Pionniers. De nombreux résidents ont aussi fait don de leur expertise au cours des années pour mettre sur pied ce projet. La Municipalité a grandement contribué tant au niveau technique que financier, ce qui a permis l'achat du terrain et la protection des terres humides. La construction des nouveaux terrains de soccer est une des réalisations tangibles de la Fondation.

ACCIDENTS ET ASSURANCES

BLESSURE

Responsabilité de l'entraîneur

Tous les entraîneurs doivent lire et comprendre les informations qui suivent, afin de connaître la marche à suivre appropriée en cas de blessure, qui aura eu lieu sur un terrain de jeu ou en voyageant vers un terrain de jeu pour un match ou un entraînement, à un joueur, un entraîneur ou toute personne enregistrée comme membre de Soccer Chelsea.

Avis

Si la blessure n'est pas grave et que la personne blessée est un mineur, l'entraîneur de la personne blessée doit informer le parent ou le tuteur de la blessure. Un entraîneur doit aussi informer les coordonnateurs du programme de toute blessure grave.

Transmission d'un formulaire d'assurance

Si la blessure est suffisamment grave et nécessite un traitement médical ou des soins, l'entraîneur doit donner à la personne blessée (ou si la personne blessée est mineure, au parent de la personne blessée ou à son tuteur) un formulaire d'assurance Citadel Preuve du sinistre : assurance contre les blessures sportives, disponible à l'Appendice 1, Annexe A.

L'entraîneur doit informer la personne blessée (ou si elle est mineure, le parent de la personne blessée ou son tuteur) que s'il/elle choisit de demander le remboursement du traitement ou des dépenses liées à la blessure, il/elle doit remplir et soumettre le formulaire Preuve du sinistre dans les 30 jours (au plus tard) qui suivent l'incident au bureau de l'ARSO situé au 96 Boulevard St Joseph à Hull.

RÉCLAMATIONS DES MEMBRES EN CAS D'ACCIDENT

Après vérification auprès de la Fédération Québécoise de Soccer-Football et auprès de l'assurance La Citadelle, voici la procédure à suivre pour les réclamations en cas d'accident :

- Lorsqu'un accident se produit, voir le médecin le plus tôt possible et remplir le formulaire officiel de la compagnie d'assurance (section médecin traitant aussi sauf pour les frais d'ambulance). La déclaration d'un physiothérapeute n'est pas valide. Toute demande incomplète entraîne un retard dans le processus de remboursement. L'ouverture de votre dossier doit donc être fait dans les trente jours suivant la date de l'accident, même si vous n'avez pas terminé vos traitements.
- Faire parvenir le formulaire de réclamation dûment rempli, toujours dans les trente jours suivant l'événement, au bureau de l'ARSO. Ce formulaire sera envoyé à la Fédération, qui le fera parvenir à l'assureur. Ces étapes sont indispensables afin de confirmer l'affiliation du membre.



Le membre doit :

- payer les coûts reliés au(x) traitement(s) reçu(s);
- Faire parvenir les reçus à son assurance personnelle, s'il en possède une et l'indiquer à la ligne 18 du formulaire. Dans ce cas, il devra présenter la portion non remboursée par ses assurances privées au bureau de l'ARSO pour obtenir un remboursement complémentaire, par la Citadelle.
- S'il ne possède pas d'assurances personnelles, il doit faire parvenir ses reçus à l'ARSO pour un remboursement selon les normes établies, par la Citadelle.

Il est clair que toutes les étapes et les dates limites doivent être respectées. Veuillez prendre note des points suivants :

- La compagnie d'assurance ne rembourse jamais plus de 80% de la facture.
- Aucun remboursement n'est accordé pour une tendinite ou une élongation musculaire.
- Si le réclamant est blessé lors d'une activité non sanctionnée par la FQSF, la réclamation sera automatiquement refusée.
- Il y a un délai minimum de 30 jours à partir de la date à laquelle la compagnie d'assurance reçoit la demande. Si vous n'avez pas reçu de remboursement 60 jours après avoir remis vos factures, veuillez communiquer avec nous afin de clarifier immédiatement la situation.

En résumé, l'assurance de la Citadelle couvre toutes activités sur les terrains de soccer au Québec, au Canada et dans les autres pays. La réclamation maximale se situe à 10 000,00\$.

Voyages à l'extérieur de la province de Québec

Lors de voyages à l'extérieur de la province de Québec, les équipes peuvent obtenir une assurance voyage avec la Croix Bleue. Si un accident survient, l'assuré devra téléphoner au numéro indiqué sur le contrat. En passant par la FQSF pour une telle assurance, les équipes obtiennent un meilleur taux. Votre requête doit être soumise **au moins deux semaines avant l'événement** et le coût varie selon la durée du séjour. Il est important de noter que la FQSF constitue uniquement un intermédiaire entre l'assuré et la compagnie d'assurance.

Si vous désirez de plus amples renseignements, vous pouvez communiquer au 776-0748 ou aller sur le site [http: www.arso.qc.ca/documents-important/assurances/](http://www.arso.qc.ca/documents-important/assurances/)

EXEMPLAIRE FORMULAIRE D'ASSURANCE

La Citadelle
Compagnie d'Assurances générales



Preuve du sinistre - assurance contre les blessures sportives

Directives

Le blessé doit remplir la «Déclaration de l'assuré», le médecin traitant la «Déclaration du médecin traitant» et le gérant de l'équipe ou l'administrateur l'«Attestation du sinistre».

Nota

Si les dents sont endommagées, remplir la «Preuve du sinistre - soins dentaires par suite d'un accident».

Retourner à La Citadelle le formulaire dûment rempli accompagné des comptes originaux du

médecin ou de l'hôpital.

Si le blessé est couvert par un autre régime d'assurance maladie, soumettre d'abord ses dépenses à ce dernier; si toutes les dépenses n'ont pas été remboursées, envoyer à La Citadelle l'Avis de paiement.

Prière d'inscrire les réponses en majuscules ou de les taper à la machine

Déclaration de l'assuré (à remplir par le blessé)

1. Nom de l'assuré
Nom de famille _____ Prénoms _____

2. Date de naissance J. ____ M. ____ A. ____

3. Sil s'agit d'un mineur, nom et prénoms d'un des parents ou du tuteur
Nom de famille _____ Prénoms _____

4. Profession _____

5. Employeur
Nom _____ Rue _____ Ville _____ Province _____ Code postal _____

6. Nom de l'équipe _____ 7. Date de l'accident J. ____ M. ____ A. ____

8. Sport _____ 9. Date du premier traitement J. ____ M. ____ A. ____

10. Lieu de l'accident _____ 11. Nom, prénoms et adresse du premier médecin traitant

12. Description de la blessure. _____

13. Description détaillée de l'accident _____

_____ 14. Nom et prénoms de tous les autres médecins traitants

15. La blessure s'est-elle produite pendant une pratique, une partie ou un déplacement autorisés? Oui Non

16. Nom de l'hôpital

17. Date de l'hospitalisation J. ____ M. ____ A. ____

18. Autres assurances hospitalisation ou maladie Oui Non
Nom du régime/police n° _____

J'atteste que, à ma connaissance, les renseignements précédents sont exacts et complets.

Signature du blessé ou, s'il est mineur, d'un des parents ou du tuteur (____) Téléphone _____ J. ____ M. ____ A. ____
Date _____

Adresse _____
Rue _____ Ville _____ Province _____ Code postal _____

Attestation du sinistre (à remplir par le gérant de l'équipe ou l'administrateur)

1. Nom de l'équipe _____ 2. Police n° 9221389

3. Nom de la ligue ou de l'association _____

4. Sport _____ 5. Date à laquelle le joueur s'est joint à l'équipe J. ____ M. ____ A. ____

6. Jouait-il de façon régulière au moment de l'accident? Oui Non

7. La blessure s'est-elle produite pendant une activité autorisée? Oui Non

Signataire autorisé Nom en majuscules _____ Titre officiel _____

Adresse _____
Rue _____ Ville _____ Province _____ Code postal _____

Téléphone (____) _____ Date J. ____ M. ____ A. ____

Déclaration du médecin traitant

1. Nom du blessé _____ 2. Âge _____

3. Diagnostic de l'état actuel. _____

a) Principal. _____

b) Secondaire _____

4. Date du premier examen. _____

5. À votre connaissance. _____

a) quelle est la date de l'accident ou de l'apparition des symptômes? J. _____ M. _____ A. _____

b) le blessé a-t-il déjà souffert d'une affection de cette nature? Oui Non

Si oui, date et précisions _____

6. Nom de l'hôpital, s'il y a lieu _____

Date d'admission J. _____ M. _____ A. _____

Date de sortie J. _____ M. _____ A. _____

7. Nature de l'opération, s'il y a lieu _____

8. Nom du médecin qui vous a confié le blessé. _____

9. Avez-vous adressé le blessé à un autre médecin? Oui Non

Si oui, précisions _____

Nom du médecin (en majuscules) _____ Signature _____

Adresse _____
Rue Ville Province Code postal

Téléphone _____ Date J. _____ M. _____ A. _____

J'autorise la divulgation à l'assureur et au contractant de tout renseignement relatif à la présente demande.

Signature du blessé _____ Date J. _____ M. _____ A. _____

Il incombe au blessé de faire remplir ce formulaire, les frais étant à sa charge.