

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE U9-U10





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

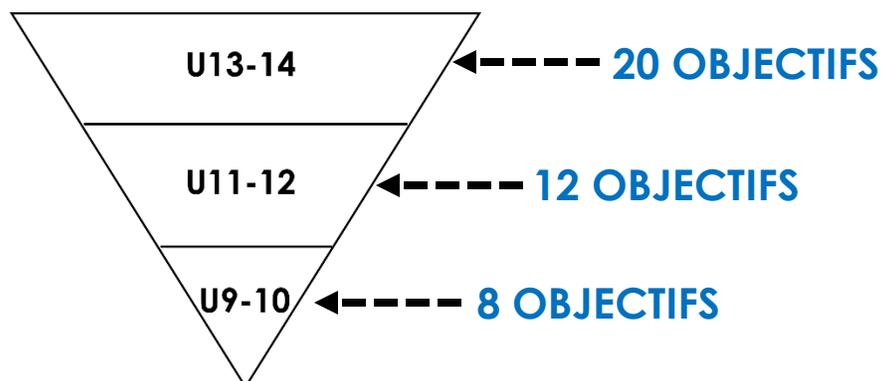


PRÉSENTATION DU DOCUMENT

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](#)



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)

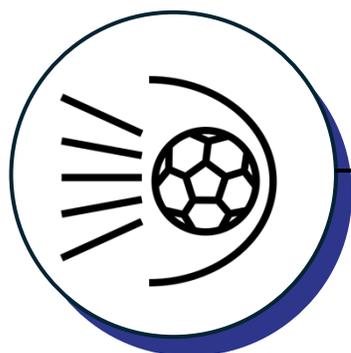
Quand mon équipe a le ballon, dans l'ordre, j'essaye de :

1

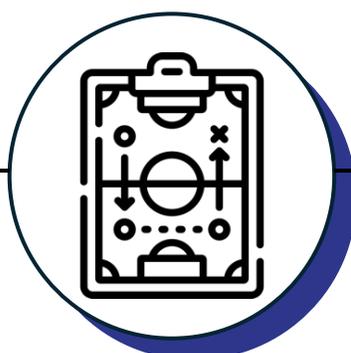
2

3

4



Marquer



Déséquilibrer



Progresser



Conserver

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



**SOCGER
QUÉBEC**

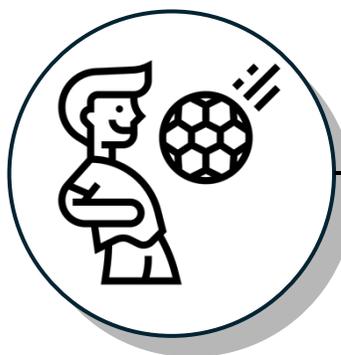
[RETOUR À L'INDEX](#)

QUATRE MISSIONS DÉFENSIVES

(Organisation défensive et transition défensive)

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

1



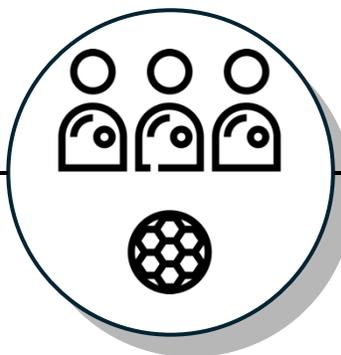
Récupérer

2



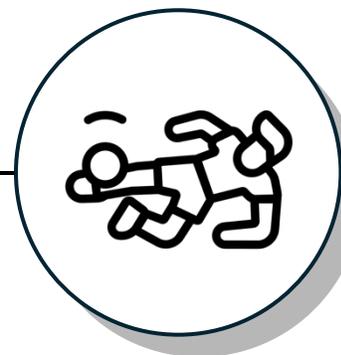
Empêcher la progression

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](#)

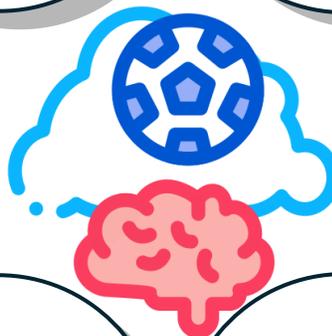


QUATRE PARAMÈTRES POUR LA PRISE DE DÉCISION

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

PARTENAIRES

ADVERSAIRES



ESPACES

BALLON



**SOCCKER
QUÉBEC**

[RETOUR À L'INDEX](#)



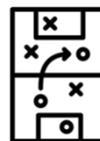
ORGANISATION / TRANSITION OFFENSIVES

1



Déplacement des
non-porteurs

2



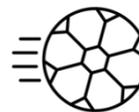
Passe

3



Contrôle

4



Conduite

5



Dribble

6



Tir



**SOCCER
QUÉBEC**



1. Déplacement des non-porteurs

1

Identifier les espaces disponibles

Offrir le maximum d'options de passe au porteur

2

Lignes de passe

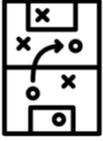
(Au pied)

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, passément 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](#)



ORGANISATION / TRANSITION DÉFENSIVES

7



Se replacer

8



Pression /
Cadrage



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