



Bonjour chers entraîneurs,

Voici quelques informations qui vous seront utiles pour passer une merveilleuse saison avec votre équipe. Ce qui est important, c'est de ne pas hésiter à nous poser vos questions.

- **En U4 et U5,**

- La séance commence par un entraînement d'environ 40 à 45 minutes suivi d'un «mini match» de 15 minutes maximum. L'idée ici n'est pas de faire un match formel, mais bien de stimuler les joueurs et joueuse et leur faire prendre connaissance qu'il faut dribbler le ballon vers le but (adverse SI possible, mais pas très grave sinon!) Plaisir, encouragements et animation sont les principales consignes lors de la partie.
- Pour planifier vos entraînements, je vous invite à consulter le lien suivant : <https://www.csvr.ca/guide-de-l-entraîneur>.
- La joute se déroule avec la présence de 4 joueurs de chaque équipe (et on peut ajouter un 5^e lors des séances où il y a 10 ou 11 joueurs présents afin d'éviter de laisser un enfant trop longtemps sur le banc).
- Les règles du jeu qui sont appliquées dans ce niveau sont les suivantes :
 - L'objectif est d'aller chercher le plus de rythme possible dans la partie. On vous propose d'avoir des ballons dans les mains. Lorsqu'un ballon sort du jeu, il est possible de tout simplement en remettre un dans le jeu. Cette façon de fonctionner permet aussi de cibler (avec ce ballon remis en jeu) des enfants qui ont un peu moins la chance ou l'habileté de pouvoir y toucher souvent. On le relance en criant « le ballon est ici» par exemple, et on le glisse dans le pied de ce joueur. Même si ce n'est que pour quelques secondes, il pourra au moins l'avoir à lui pour un instant (l'impliquer dans le jeu). **Par moment, même s'il y a plus d'un ballon en jeu, ce n'est pas grave! Ça ne fait que multiplier les occasions pour les petits de toucher au ballon!!!**
 - Les fautes qui peuvent être enseignées aux enfants sont : ne pas toucher le ballon avec les mains et ne pas bousculer un adversaire. Si ces fautes sont commises, on peut tout simplement remettre un ballon en jeu (celui dans vos mains) en favorisant l'équipe qui n'a pas commis la faute
 - exemple : le donner de façon volontaire à un joueur de cette équipe.
 - Les substitutions peuvent se faire à tout moment évidemment.



- **U6 et U7**

- La séance commence par un entraînement de 30 à 35 minutes suivi d'un match de deux demies de 20 minutes chacune. La partie peut débuter pour 19 h 05. Il est important de ne pas devancer l'heure de la partie et respecter le temps d'entraînement.
- Pour planifier vos entraînements, je vous invite à consulter le lien suivant : <https://www.csvr.ca/guide-de-l-entraîneur>.
 - Vous pouvez consulter le guide U4-U6 et le guide U7-U8 si vous le désirez.
- En U6-U7, la joute se déroule avec la présence de 4 joueurs et un gardien de but pour chaque équipe (pour un total de 5 en même temps).
 - Il n'y aura pas d'arbitre.
 - Faire des touches lors de la sortie du ballon sur ligne de côté.
 - Il n'est pas nécessairement conseillé de passer beaucoup de temps sur l'apprentissage de la touche à cet âge. Les grandes règles de la touche sont : ballon à deux mains, qui doit aller derrière la tête, et lancer vers l'avant (dans le jeu) alors que les deux pieds doivent rester au sol! Vous avez droit de passer quelques minutes à l'enseigner à vos joueurs. Surtout, ne pas ralentir la reprise du jeu lors d'une touche pendant une partie car un enfant en fait une mauvaise et en lui faire reprendre plusieurs fois (éviter aussi l'humiliation «de ne pas être capable»). L'idée, en U6 et en U7, est l'initiation graduelle afin qu'en U8, la touche puisse être intégrée au déroulement du match plus facilement.
 - La reprise de jeu pour la sortie derrière le filet doit se faire avec un coup de pied de but si c'est l'équipe offensive qui sort le ballon et par un coup de pied de coin lorsque c'est l'équipe en défensive qui sort le ballon. Lors d'un coup de pied de but, le ballon est placé au sol, arrêté, n'importe où dans la petite zone du gardien.
 - Il faut éviter que ces reprises prennent beaucoup de temps. Lorsqu'un joueur ou une joueuse «réfléchit» un peu trop longtemps, il faut trouver le moyen d'accélérer la remise en jeu du ballon.
- Les fautes qui peuvent être enseignées aux enfants sont : ne pas toucher le ballon avec les mains et ne pas bousculer un adversaire. Si ces fautes sont commises, il faut arrêter le jeu et faire reprendre le jeu par un coup franc par l'équipe adverse (coup de pied à l'endroit de l'infraction).
- Les substitutions peuvent se faire à tout moment.



CLUB DE SOCCER DE LA VALLÉE-DU-RICHELIEU

FIERTÉ • PASSION • ENGAGEMENT

- Si un parent se joint à vous en tant qu'adjoint, vous devez me le signaler. Il est important, en tant que club, de procéder à la vérification des antécédents judiciaires de tous les adultes qui s'impliquent avec les enfants.
N'hésitez pas à solliciter vos parents afin de leur demander un peu d'aide ! En fait, en U4 et en U5 surtout, on encourage à ce que vous les intégriez le plus possible aux éducatifs ! Aucun entraîneur ne peut interdire la présence des parents sur le terrain en U4 et U5. En U6 et U7, y aller de façon progressive au besoin en diminuant si possible.
- Ajustement des équipes :
 - Certaines équipes sont composées de beaucoup de filles ou de beaucoup de garçons. Il sera discuté avec certains entraîneurs de procéder à quelques ajustements afin d'éviter d'isoler un ou deux enfants du même sexe dans une équipe !
 - exemple : une équipe n'a qu'une seule petite fille en U4 alors que certaines en ont 6 ou 7. Elle serait seule! On veut éviter ce genre de situations donc nous proposerons des modifications.
- Période de vacances :
 - Lors des semaines où le taux d'absentéisme sera un peu plus élevé, nous vous conseillons tout simplement de vous joindre à une autre équipe sur place et travailler ensemble!

POUR TOUS LES ENTRAÎNEURS, SI VOUS DÉSIREZ AVOIR DE L'AIDE D'UN MONITEUR, RÉPONDEZ À CE COURRIEL EN LE MENTIONNANT.

Si vous avez besoin de plus amples informations, n'hésitez à communiquer avec nous.

Passez une belle saison estivale!

L'équipe du C.S.V.R.

