

MÉTHODOLOGIE D'ENTRAÎNEMENT : EXEMPLES DE MATCHS DANS LES SÉANCES DE SOCCER DE BASE

Méthodologie de jeu et d'entraînement dans les séances de soccer de base

En plus d'avoir la chance de représenter leur club dans les matchs sur le terrain, les enfants devraient avoir l'occasion de participer à une variété de matchs à effectifs réduits au sein des séances pour stimuler leur technique, leur capacité à résoudre des problèmes, leur résilience, leur prise de décision et le développement de leurs habiletés. Les programmes de soccer de base devraient proposer des matchs dans toutes les séances, ainsi qu'un festival ou une ligue de compétition hebdomadaire plus formels.

Les clubs décident de leur méthodologie d'entraînement, car aucune preuve ne démontre qu'une méthode est la meilleure. Les clubs devraient offrir diverses idées et formats d'entraînement à tous les enfants. L'approche par rotation de stations est particulièrement valorisée, car elle peut soutenir :

1. Variété des séances
2. Mentorat par les entraîneurs
3. Rencontrer de nouveaux amis
4. Pouvoir exprimer ses habiletés dans diverses activités
5. Travailler avec différents entraîneurs

Exemples de matchs dans les séances

Festivals de matchs en surnombre

Les matchs seront joués selon le principe des matchs en surnombre. Exemple : 3 contre 2, 4 contre 3, 5 contre 4, etc. Chaque équipe affrontera toutes les autres équipes dans chaque format. Le vainqueur sera déterminé par le nombre total de buts marqués.

Festivals sur grands et petits terrains

Ces festivals favorisent le sentiment d'appropriation et encouragent les joueurs à résoudre des problèmes et à devenir des décideurs indépendants, tout en développant leur résilience et leurs habiletés. Les joueurs doivent travailler en équipe, ce qui encourage le leadership, la communication et l'esprit d'équipe, et leur permet de reconnaître quand, pourquoi et comment utiliser les espaces disponibles.

Festivals de l'avantage musical

Ces festivals se jouent comme des matchs à effectifs réduits normaux, mais avec l'ajout de l'avantage musical. Pendant les matchs, la musique est diffusée à des intervalles aléatoires. Quand la musique joue, chaque but marqué compte pour deux buts.

Festivals dirigés par les joueurs

Les joueurs de différents clubs joueront dans les mêmes équipes et auront l'occasion de socialiser et de collaborer tout au long de la journée, tandis que le personnel et les entraîneurs n'interviendront pas activement. L'accent est mis sur le fait de laisser les joueurs jouer et trouver des solutions aux problèmes, afin de développer leur confiance, leur leadership et leur esprit d'équipe, en les sortant de leur zone de confort.

La troisième mi-temps

Les enfants joueront un match à effectifs réduits adapté à leur âge, mais il y aura une « troisième mi-temps » au cours de laquelle les enfants décident de la formation et de la manière de jouer. Les entraîneurs s'écartent de l'apprentissage et laissent les enfants diriger le match et décider des règles.

Festivals Futsal

Le format cinq contre cinq permet aux joueurs de développer leurs techniques, d'améliorer leur prise de décision dans des situations un contre un et leur protection du ballon. Ces festivals peuvent se dérouler sur une surface dure, comme un gymnase scolaire ou un terrain de type tennis.

Matchs à buts multiples

Dans les festivals de matchs à quatre buts, les joueurs participent à un match utilisant quatre buts (2 buts à chaque extrémité). Tous les enfants aiment marquer des buts, et avec davantage de cibles disponibles, les chances de trouver le fond du filet augmentent, ce qui favorise l'estime de soi, les actions techniques et le développement des habiletés.