



SPORT-ETUDES / SOCCER-RELÈVE

PROGRAMME DE SOCCER

2018-2019



**COLLÈGE
FRANÇAIS**





PERSONNEL TECHNIQUE



COLLÈGE
FRANÇAIS





MARCELO CORRALES

*Directeur Technique Régional A.R.S. Rive-Sud
Licence A National, CSA*

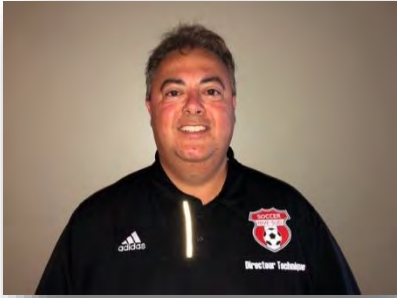


Origines : Née le 22 Juin 1970, à Buenos Aires, Argentine

En 2007, j'ai fait mes débuts en tant que Directeur Technique Régionale, l'expérience acquise depuis mes 12 dernières années m'ont permis de monter des programmes de qualité et de former et diriger du personnel technique (Entraîneurs et éducateurs) ayant une vision commune dans le développement des jeunes.

Pour moi le défi d'une région comme celle de la Rive-Sud est de permettre aux jeunes de se développer à leur plein potentiel, afin d'atteindre le haut niveau et d'avoir des opportunités qui leurs permettront toujours de progresser dans un encadrement académique et sportif supérieur.

Aujourd'hui la Rive-Sud peut être fière de compter sur plusieurs jeunes qui ont atteints les Équipes du Québec, le CNHP, l'Académie de l'Impact de Montréal et l'équipe Pro. Certains des nôtres, joue aussi au niveau des sélections canadiennes.



MARCELO CORRALES

*Directeur Technique Régional A.R.S. Rive-Sud
Licence A National, CSA*



- ***Carrière postes occupés :***
 - ARS Rive-Sud, Directeur Technique Régionale
 - FC Sélect Rive-Sud, Entraîneur-Chef PLSQ Féminine (Semi-Pro)
 - ARS Lanaudière, Directeur Technique Régionale
 - Coerver Coaching Québec
 - Pré-Académie Impact de Montréal, Entraîneur-Chef U11
 - Équipe du Québec, Entraîneur-Chef U14M et U15F
 - LSÉQ, Entraîneur-Chef AAA
 - FC Select Rive-Sud, Directeur Technique
 - A.S. Brossard, Directeur Technique

- ***Responsables des programmes suivants :***
 - Sport-Etudes / Soccer-Relève / Élèves-Athlètes (Primaire)
 - Centre de Développement Régional / CRHP
 - Sélections Régionales
 - Soutien aux clubs (ARSRS)
 - Formations des Entraîneurs (FSQ)

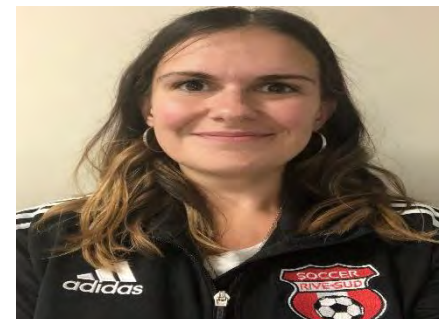


Marcelo Corrales
Directeur Technique Régional



Joe E. Landé,
Adjoint au DT à l'ARSRS

LES RESPONSABLES DU PROGRAMME



Annick Berry
Responsable administrative à l'ARSRS



Cindy Walsh
Responsable de niveau
pour les secondaires 1-2-3



Nasson Théosmy
Responsable de niveau
pour les secondaires 4-5



Philippe Davies
Soccer-Relève / Sport-Etudes Sec. 1



Joe E. Landé
Soccer-Relève Sec. 2-3 / Sport-Etudes Sec. 3-4-5F



Cindy Walsh
Sport-Etudes Sec. 1-2F

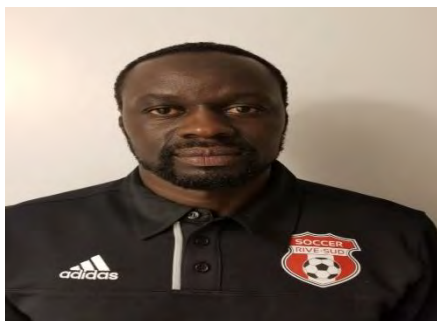
LES ÉDUCATEURS



Mathieu Rufié
Soccer-Relève Sec. 4 / Sport-Etudes Sec. 3-4



Nasson Théosmy
Soccer-Relève Sec. 5 / Sport-Etudes Sec. 3-4-5



Aziz Dieng
Sport-Etudes Sec. 2-3



Yannick Rome-Gosselin
Soccer-Relève Sec. 3



LES SPÉCIALISTES



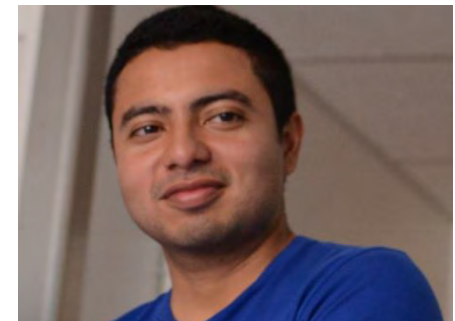
Gilbert Bayiha
Entraîneur des gardiens des buts



Florian Tertre
Entraîneur des gardiens des buts



Frédérique Allard,
Préparateur Physique



Sergio David Velasquez
Thérapeute du sport



CALENDRIER SCOLAIRE 2018-2019

Collège Français secondaire de Longueuil

AOÛT/SEPT. 26				
L	M	M	J	V
20 P1	21 P2	22 P3	23 R1	24 R
27	28	29	30	31
3 C	4 RP1	5 RP2	6	7
10 RP3	11 RP4-5	12	13	14
17	18	19	20	21
24	25	26	27	28

OCTOBRE 18				
L	M	M	J	V
1	2	3	4	5
8 C	9	10	11 PC	12 P4
15	16	17	18	19
22	23	24	25	26
29 C	30 C	31 C	X	X
			X	X

NOVEMBRE 19				
L	M	M	J	V
X	X	X	1 C	2 C
X	X	X	8 C	9 C
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
19	20	21	22 P5	23 B1
26	27	28	29	30

DECEMBRE 15				
L	M	M	J	V
X	X	X	X	X
X	X	X	X	X
3	4	5	6	7
10	11	12	13	14
17	18	19	20	21
24 C	25 C	26 C	27 C	28 C

JANVIER 18				
L	M	M	J	V
31 C	1 C	2 C	3 C	4 C
7	8	9	10	11
14	15	16	17	18
21	22	23	24	25
28	29	30 P6	31	X
				X

FEVRIER 19				
L	M	M	J	V
X	X	X	X	1
X	X	X	X	
4	5	6	7	8
11	12	13	14	15
18	19	20	21	22
25 P7	26	27	28	X
				X

MARS 15				
L	M	M	J	V
X	X	X	X	1
X	X	X	X	
8 C	9 C	10 C	11 C	12 C
11	12	13	14	15
18	19	20	21 P8	22 B2
25	26	27	28	29

AVRIL 16				
L	M	M	J	V
1	2	3	4	5
8	9	10	11	12
15 C	16 C	17 C	18 C	19 C
22 C	23	24	25	26
29	30	X	X	X
		X	X	X

MAI 20				
L	M	M	J	V
X	X	1	2	3
X	X			
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17 C
20 C	21 P9	22	23	24
27	28	29	30	31

JUIN 15				
L	M	M	J	V
X	X	X	X	X
X	X	X	X	X
3	4	5	6	7
10	11	12	13	14
17	18	19	20	21
24 C	25 C	26 C	27 C	28 C
				B3

Légende:	
R1	Rentrée sec. 1 et nouveaux élèves sec. 2 à 5
R	Rentrée générale
B1	1er bulletin
B2	2e bulletin
B3	3e bulletin
PC	Première communication
C	Congé scolaire
CV	Congé variable
P	Journées pédagogiques (9)

1re étape	53
2e étape	67
3e étape	61
Jours de classe	181

Rencontres des parents :	
RP1	1re secondaire
RP2	2e secondaire
RP3	3e secondaire
RP4-5	4e et 5e secondaire
P5	Rencontre parents bulletin 1
P6	Rencontre parents bulletin 2



PLANIFICATION TECHNIQUE

(MICROCYCLE)



COLLÈGE
FRANÇAIS



PROGRAMME SPORT-ÉTUDES

SEMAINE 1, 2, 3 ET 4



PLANIFICATION SPORT-ÉTUDES 2018-2019

AOÛT

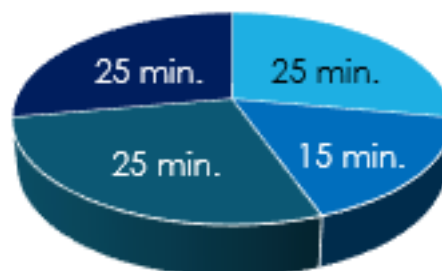
SEPTEMBRE

Séances	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
	27	28	29	30	31	4	5	6	7	10	11	12	13	14	17	18	19	20	21
RÈGLES D'ACTION	Fondamentaux (Retour)									Conservation / Progression (Préparer / Combiner)									
<i>OFFENSIF</i>										Agrandir l'espace en largeur et profondeur									
RÈGLES D'ACTION										S'opposer à la progression									
<i>DÉFENSIF</i>										Reformer le bloc équipe									
<i>SOUS-PRINCIPES</i>	Match à effectif réduit (4v4) & Match (8v8)									TA2					TA1/TA2				
<i>TECHNIQUE (Dominante)</i>	TE1/TE2/TE3									TE2									
<i>MENTAL (Dominante)</i>	Être appliquer et s'impliquer (Éthique de travail / Social)									Goût à l'effort / Estime de soi / Acceptation									
<i>ATHLÉTIQUE (Dominante)</i>	Coordination / Motricité									Coordination / Vitesse / Vivacité									



**COLLÈGE
FRANÇAIS**

TE1 - Technique 1



- Mise en train (Conduite)
- Jeu 1 (Duel à 1v1)
- Jeu 2 - Dribble (4v4, 5v5, ...)
- Forme jouer (9v9)

TE1

CONDUITE (Maîtrise du ballon)

- Utilisation des deux pieds
- Différentes surfaces de contact
- Changement de direction
- Lever la tête
- Vitesse de conduite
- Conduite de préparation

DRIBBLE

- Déséquilibrer l'adversaire par une feinte
- Protéger son ballon
- Changement de rythme (Vitesse)
- Masquer ses intentions
- Spontanéité (Provoquer)

TE2

CONTRÔLE DU BALLON

- Activité à l'attente (En mouvement)
- Insister sur la qualité de la 1ère touche
- Contrôle orienté (Orientation haut du c)
- Contrôle d'élimination (Gain de temps)
- Utilisation des deux pieds
- Différentes surfaces de contact

PASSE

- Posture du corps par rapport au ballon
- Insister sur la qualité du geste
- Passe de l'intérieur du pied (2 pieds)
- Bien appuyer sa passe (Dosage)
- Précision (Passe courte / Longue)
- Passe & Déplacement (Mouvement)
- Utilisation des deux pieds

TE3

LES FRAPPES

- Préparation de la course
- Posture du corps par rapport au ballon
- Pied d'appui à côté du ballon
- Prise d'information (Photo de la cible)
- Cadrer & Suivre sa frappe
- Utilisation des deux pieds

LES CENTRES

- Centre en retrait au sol
- Centre Court / Long (1er & 2ème pote)
- Travailler ballon selon zone (Receveur)



Programme Sport-Etudes




ENTRAÎNEUR : Marcelo

Groupe : SE 1 M/F

Semaine : 5 au 8 Septembre 2017

Cycle: TE1-TE2-TE3 / P1

Entraînement Microcycle (Semaine)	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Mise en Train	Objectif : Précision Jeu des portes (1 ballon pour 2 joueurs)	Objectif : Précision Jeu des Ballons Cibles (Cônes) (2 Groupes de 8 joueurs)	Objectif : Travail par ateliers 2 Groupes de travail	Objectif : Précision Jeu des Ballons Cibles (Cônes) (2 Groupes de 8 joueurs)	Objectif : Prise de Balle En mouvement Changement de rythme
Préparation Athlétique (PA)		Coordination - 4 Ateliers Objectif : Placer son ballon Conduite & Frappe de l'intérieur du pied	Travail de Force-Endurance Vitesse de réaction Vivacité		
Mise en Situation (Forme Jouée)	Jeu 4 v 4 (6 Buts) On défend 3 Buts On attaque 3 Buts	Jeu 4 v 4 + 2GK(2 Buts) Marquage "Man to Man"			Jeu 4 v 4 (2 Buts) Le but le plus rapide!!!
Technique (TE)	Reception/Contrôle/Frappe (Grand But)	Exercice Analytique 1 Frappe dans les 16,50M Exercice Analytique 2 4 v 4 + 4 appuis (Grand But)	Exercice Analytique 3 Dribble/Frappe Les Duels 1 v 1 avec GK		
Jeux Réduits (TE-TA)		<i>Jeux du piston</i> Cadrage & Couverture 2 v 2	<i>Jeux de Démarquage</i> Entrer et Sortir 3 v 3 avec appuis	<i>Jeux de Finition</i> Combinaison à 2, à 3 joueurs 2 v 1 3 v 2	
Tactique (TA)		<i>Animation Défensive</i> Comment faire le marquage et la couverture		<i>Animation Offensive</i> Comment se démarquer pour se créer des chances de marquer	Match
Programme GK					
Aspect Mental	Plaisir	Concentration	Détermination	Confiance en soi	Performance

FICHE DE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT



Date	Jour de la semaine	Heure	Lieu	
5 Avril	Jeudi	CF - Bloc 3 - 13h15	CF Dôme	
Nombre de joueurs	Programme		Session #	Entraîneur
26	Sport-Etudes		85	Philippe Davies



RÈGLES D'ACTION : Offensif	Déséquilibrer et Finir- Garantir principe d'appel - Garder le temps d'avance et Maitrise vers le but adverse
SOUS-PRINCIPES	1.Utilisation du corps et vitesse d'enchaînements 2. Densité zone de vérité 3. Multiplication des demandes pour le porteurs
RÈGLES D'ACTION: Défensif	Pressing toutes zones- Empêcher le passeur de s'ajuster et Protéger son but en infériorité
SOUS-PRINCIPES	Reformer le bloc équipe 2. Couverture et équilibre du bloc 3. Freiner progression des adversaires (Réduction des espaces 10
TECHNIQUE (Dominante)	TE2 : Contrôle-Passe. TE3 : Frappe et Centre (Renverser le jeu)
MENTAL (Dominante)	Goût a l'effort - Estime de soi - Acceptation
ATHLÉTIQUE (Dominante)	Coordination - Vitesse - Vivacité

Temps (Durée)	Objectifs	Mise en place	Schéma	Points Clés
15'	TE - Technique	<p>PÉDAGOGIE Pédagogie Active</p> <p>ORGANISATION 2 plateaux 2 carrés</p> <p>SIMPLIFICATION Passe et suit</p> <p>COMPLEXIFICATION Appui-soutien 3e joueur</p>		<p>1. Contrôle orienter du bon pied</p> <p>2. Position du corps à la réception du ballon / prise d'info avant</p> <p>3. Osage de la passe selon la situation Court VS long</p>

Technique: Je donne , je bouge

Dans un carré avec un joueur à l'intérieur, le ballon démarre par une passe au milieu et le joueur suit sont ballon. Le joueur du milieu joue au prochain joueur qui rejoue à l'intérieur du jeu et ainsi de suite.

Variante: Appui-soutien 3e joueur

Temps (Durée)	Objectifs	Mise en place	Schéma	Points Clés
20'	TE-TA Jeux_Réduits	<u>Pédagogie</u> Pédagogie Active <u>Organisation</u> <u>Simplification</u> <u>Complexification</u>		<p>1. Recherche du jeu à l'opposé</p> <p>2. Changer de rythme par des appels et du jeu en 1 touche lors de la transition de la phase de conservation à celle d'attaque</p> <p>2. Anticiper / Reforme le bloc équipe</p>

Jeu réduit: Délivrer 2 appuis avant de pouvoir marquer

Conserver dans un 35X35. Recherche à toucher 2 des 3 appuis avant de pouvoir attaquer le but . L'équipe qui défend doit rapidement anticiper l'attaquer et s'organiser défensivement.

2x 8 minutes

Temps (Durée)	Objectifs	Mise en place	Schéma	Points Clés
25'	TA - Forme Jouer	<p>Pédagogie Pédagogie Active</p> <p>Organisation 3 zones 3 équipes 2 jokers</p> <p>Simplification Libre dans les zones</p> <p>Complexification 1 Joueur peut dézoner franchir par la passe / zone</p>		<p>1. Recherche de l'espace libre : amener un joueur à créer une supériorité</p> <p>2. Attirer l'adversaire dans une zone pour créer le déséquilibre par la recherche du 3e joueur (joueur libre)</p> <p>3. Empêcher l'équipe de progresser dans la prochaine zone : Défendre en bloc (l'intérieur)</p>

Forme Jouée : Jeu sur 3 zones

Le ballon démarre dans la zone du fond et doit progresser en cherchant à amener un déséquilibre dans chaque zone pour finir sur 2 petits. Un joueur de l'équipe en possession peut changer de zone ou le ballon se trouve pour créer une supériorité numérique

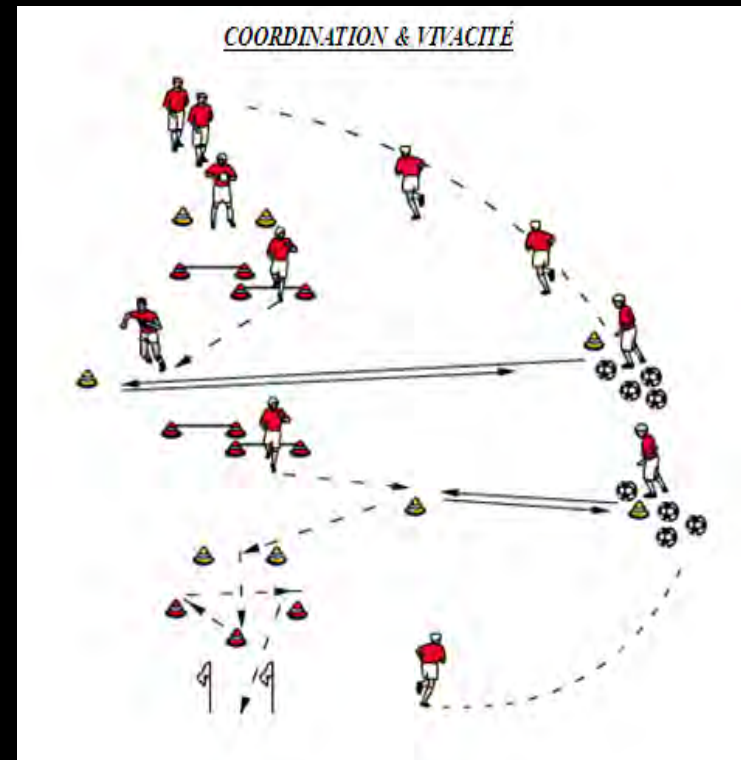
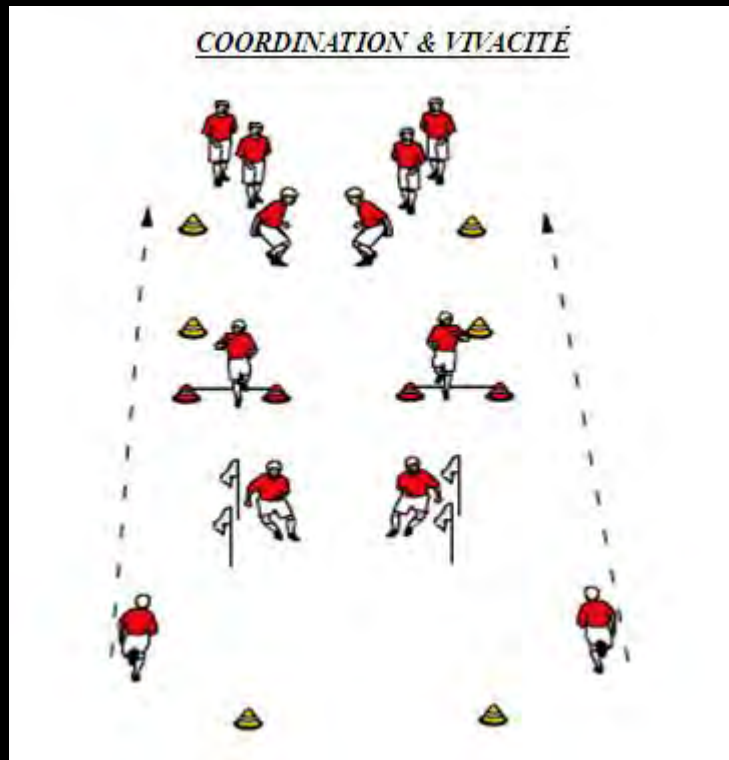
2X 12 minutes



PRÉPARATION PHYSIQUE

Le développement des qualités physiques en soccer

Coordination - Maîtrise des appuis - Motricité - Vivacité - Agilité - Vitesse





COLLÈGE
FRANÇAIS





COLLÈGE
FRANÇAIS





CONFÉRENCES & ACTIVITÉS

(Services Périphériques)



COLLÈGE
FRANÇAIS





SPORT-ÉTUDES 2018-2019

Mieux comprendre mon sport au travers des activités connexes

**Par la résolution des problèmes d'équipe
(Développement du leadership)**

**Théorie & Tactique
(Développement de l'observation)**





Hygiène de vie

(Hydratation - Nutrition - Dormir / Se reposer)



COLLÈGE
FRANÇAIS





✓ HYDRATATION

La plus facile à oublier!

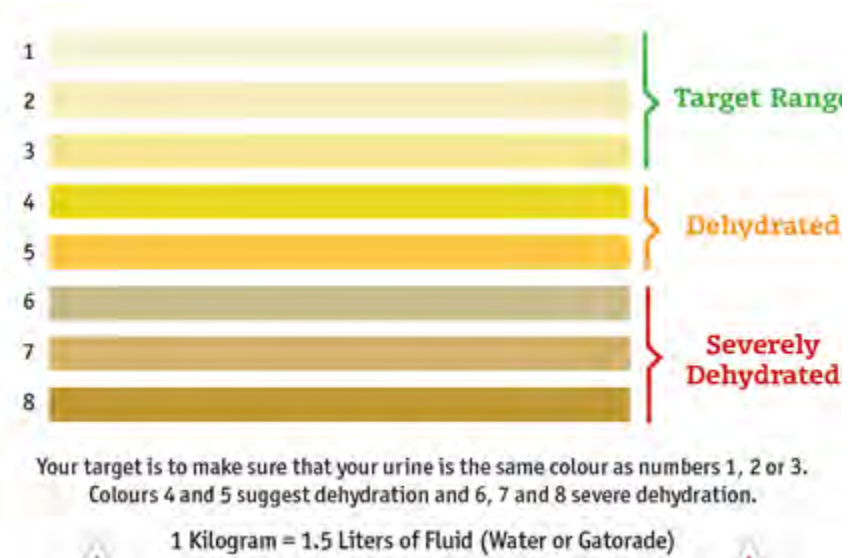
Autonomie

Effet majeur sur la performance

Éducation pour l'élève-athlète

Facile à suivre (pesée avant-après)

700 ml par livre perdue





✓ NUTRITION

Tous les détails comptent les jours de matchs

Les types de repas et aliments sont importants

Le temps de digestion avant un entraînement-match est primordial. Donc prévoir 3 petits lunches...

Des repas et collations d'après-match pour récupérer

Éviter le grignotage



✓ **DORMIR/SE REPOSER**

LE SOMMEIL EST UNE ARME!!!

ÊTRE REPOSÉ LORSQUE C'EST LE TEMPS DE PERFORMER

CHAMBRE ET ENDROIT PROPICES AU SOMMEIL

PRISE DE DONNÉES (QUANTITÉ DE SOMMEIL)

CELLULAIRES, TABLETTES, ORDINATEURS, JEUX VIDÉO



ENCADREMENT MÉDICALE

(Thérapeute du sport)



COLLÈGE
FRANÇAIS





SPORT-ETUDES / SOCCER-RELÈVE 2018-2019

Thérapeute du sport

Suivis des athlètes





SPORT-ETUDES 2018-2019



Suivis des athlètes

	Nom	Prénom	Statut	D.D.B.	Blessure	Soins/Instructions
12	Aucoin	Jade	Out		Fracture Radius G	Vélo, jog si aucune douleur
11	Barbeau	Mahélie	Sidelines	Chronique	Tendinite Tendon d'Achille	Exercices de course, étirements, glace
11	Beaulieu	Samuel				
11	Becerra Jimenez	Anahi Belen	Progressif	04-sept	Périostite Bilatérale	Retour progressif selon tolérance
12	Blais	Loïc				
12	Brown	Paulina				
12	Champagne	Aurélie				
11	Chapados	Anne	Sidelines	01-sept	Élongation Quad G	Étirements, renforcements, jog, glace
12	Cioppi	Carlo	Sidelines	Janvier 2018	Déchirure LCA G	Cardio, renforcements. Pas de mouvements latéau
12	Couture	Florence	Non-Contact	Chronique	Syndrôme de la Bandelette	Entraînement sans contact
12	Daigle	Charlie				
12	Desjardins	Karianne				
11	Do-Bui	Kiran				
12	Duguay	Emma				
11	Jetté	Isabella				
12	Lajoie	Samuel				
12	Lavoie	Thomas-Louis				
12	Montecino Rivano	Josetomas				
12	Ntap	Melvin				
12	O'Dwyer	Xavier				
11	Pajares-Castagnola	Adriano				
11	Phénix-Théosmy	Jun-Timothey	Out	01-sept	Contusion Genou G	Glace. *Médecin veut qu'il ne joue pas à cause de sc
12	Uribe Carrillo	Julian David				
11	Vincent	Louis-Thomas				
11	Wepadjuie	Kellyan-Bernice	Out	Chronique	Tendinite Tendon d'Achille	Étirements, glace
12	Wheaton	Kim				



RENCONTRE INDIVIDUELLE ET ÉVALUATION

(Mon Plan pour progresser & Bulletin Sportif)



COLLÈGE
FRANÇAIS





MON PLAN POUR PROGRESSER

Nom: _____ Prénom: _____

Catégorie: _____ Secondaire: _____

Pourquoi je viens? ... Pourquoi je suis là? ...

AUJOURD'HUI (début de l'année)

1. Analyse de mes forces et de mes faiblesses

• Mes forces

Au niveau athlétique: _____

Au niveau technique: _____

Au niveau tactique: _____

Au niveau mental: _____

• Mes faiblesses

Au niveau athlétique: _____

Au niveau technique: _____

Au niveau tactique: _____

Au niveau mental: _____

2. Quels sont les points que je veux améliorer cette année pour me démarquer et me donner vous un point fort?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

DEMAIN (mi année et fin d'année)

1. Mes objectifs "individuels" à atteindre cette année

Au niveau athlétique: _____

Au niveau technique: _____

Au niveau tactique: _____

Au niveau mental: _____

2. Mes objectifs "collectifs" à atteindre cette année

- _____
- _____
- _____
- _____

3. Les postes que je préfère jouer :

• Poste 1: _____

• Poste 2: _____

• Poste 3: _____

RÉUSSIR MON ANNÉE

Classer à partir de la liste ci-jointe 'les 5 mots' qui te semblent les plus importants pour réussir une bonne année (tu peux y ajouter tes propres mots):

Compétition, résultats, plaisir, motivation, ambiance, organisation, apprentissage, attention, concentration, respect, entraînement, progrès, émotions, dialogue, cohésion, gagner, amik, règles, discipline, détente, sport, joie, jeu, sérieux.

Par ordre d'importance: 1, 2, 3, 4 et 5

1 2 3 4 5

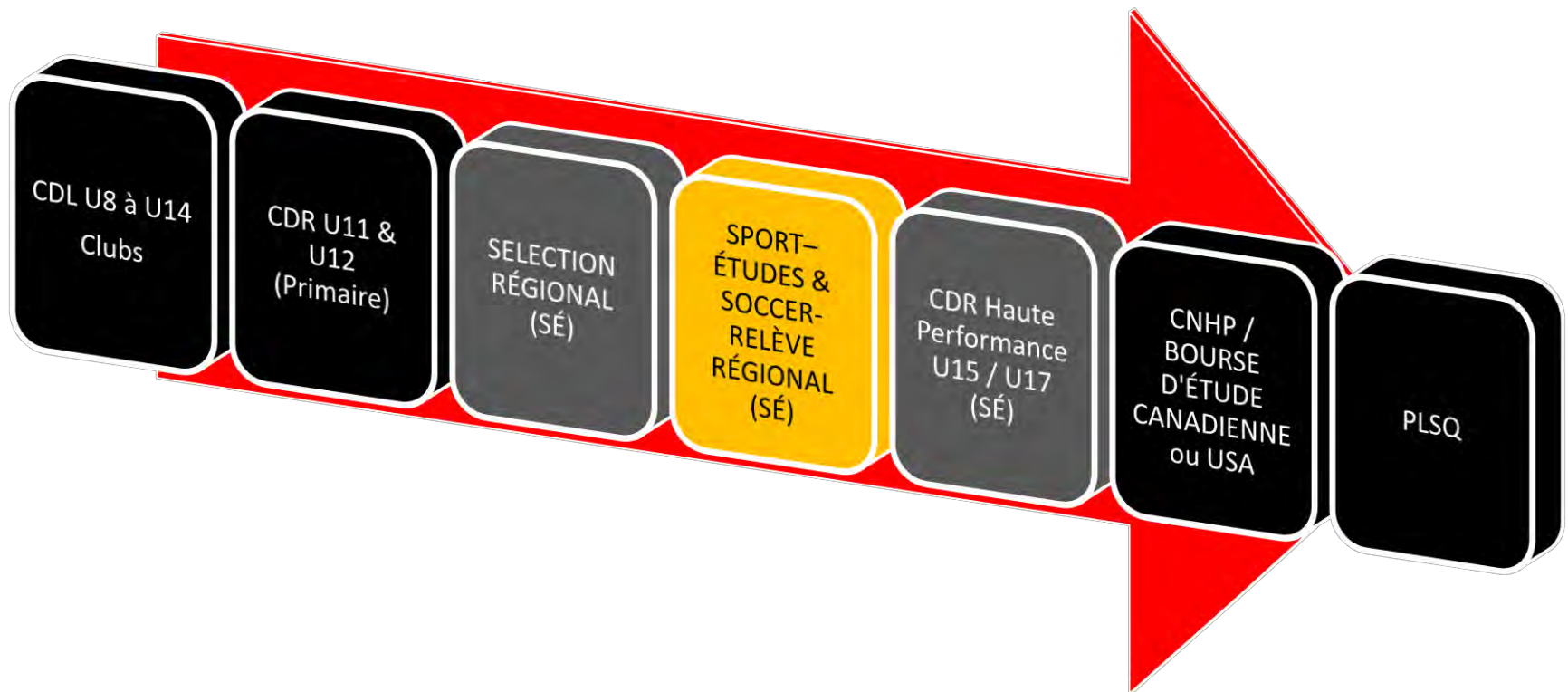
COMMENTAIRES DE L'ÉDUCATEUR

(Après chaque rencontre avec le joueur en début de saison, mi-année, fin d'année)

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



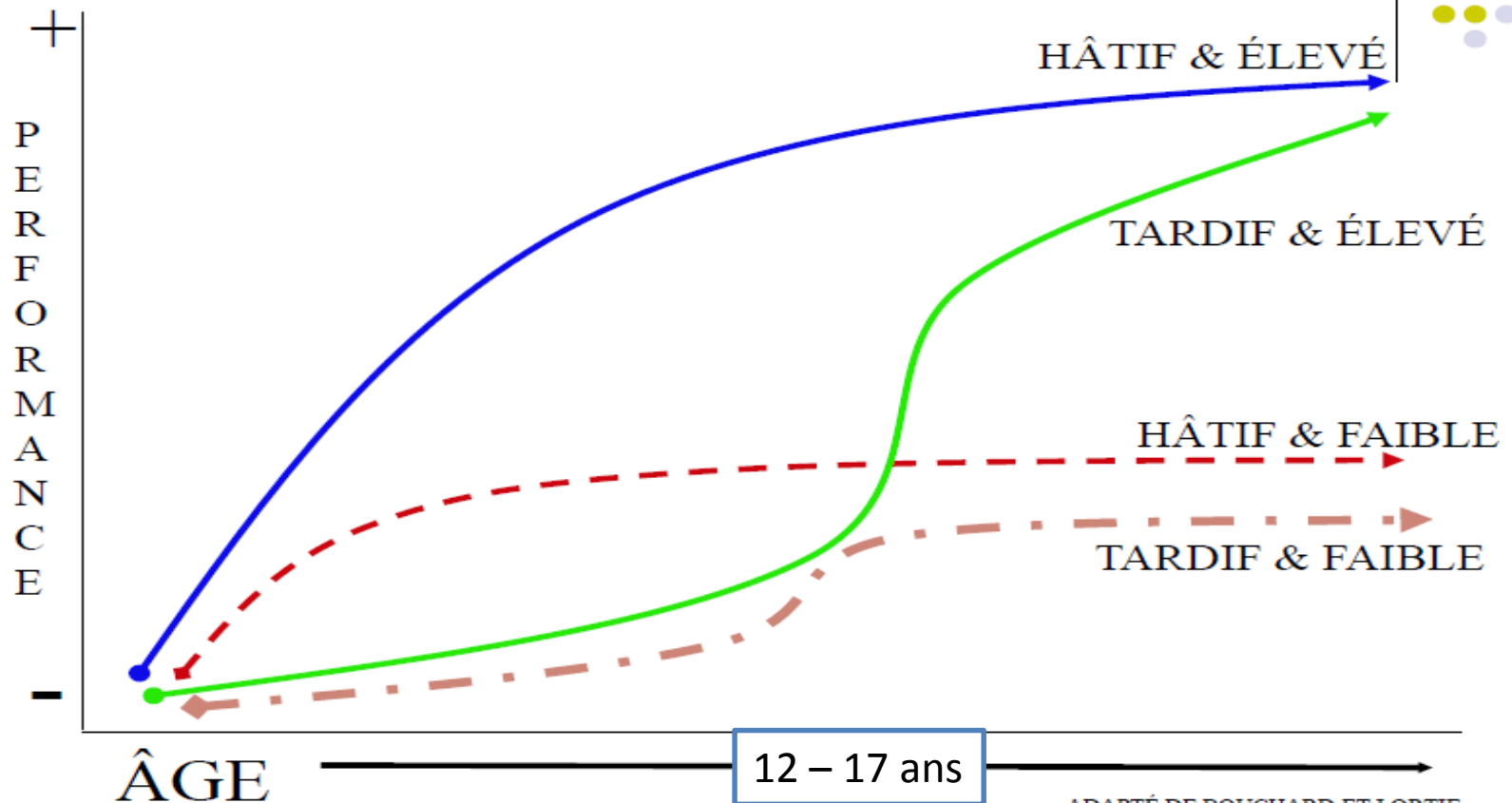
Le cheminement de l'élève-athlète





La raison pour laquelle nous devons développer **TOUS NOS JEUNES**

RYTHME DE DÉVELOPPEMENT



Nom : Pitt
 Prénom : Brad
 Responsable : Pablo Gray
 Nombre d'absences : 0
 Note : 100 %

Classe :
 1 2 3 4 5

Année Scolaire : 2014-2015
 Position :
 Joueur Gardien

Étape :
 1 2 3



SPORT-ÉTUDES 2018-2019

NIVEAU

- 5: dépasse les exigences
- 4: satisfait clairement aux exigences
- 3: satisfait minimalement aux exigences
- 2: est en deçà des exigences
- 1: est nettement en-deçà des exigences

Technico-Tactique offensif (individuel & par groupe)

SE1 SE2 SE3 SE4 SE5

Porteur du ballon : prise de balle 5

TTIO1	Capacité à maîtriser la balle grâce à une première touche (sur balle au sol) de qualité : précise, rapide et avec divers enchaînements Ta211/Te211	A	D	E	E
TTIO2	Capacité à maîtriser la balle grâce à une première touche (sur balle haute) de qualité : précise, rapide et avec divers enchaînements Ta211/Te212	A	A	D	E

Porteur du ballon : progression 5

TTIO3	Capacité à gagner du terrain, se diriger vers le but grâce à une bonne conduite de balle : précise et rapide Te240	A	D	E	E
TTIO4	Capacité à changer de direction avec la balle et pouvoir enchaîner dans les conditions de jeu idéales Te240/Te245	A	A	D	E
TTIO5	Capacité à éliminer un adversaire(s) par un dribble (+ feinte) et enchaîner dans des conditions idéales : précise et rapide Te240/241	A	D	E	E

Porteur du ballon : transmission (passe) 5

TTIO6	Capacité à réaliser une passe courte à l'arrêt ou en mouvement (du bon pied) avec le bon synchronisme, la bonne vitesse de balle vers un coéquipier qui se trouve dans de bonnes conditions de jeu Ta200/Te245	A	D	E	E
TTIO7	Capacité à réaliser une passe courte à l'arrêt ou en mouvement (rentrée en touche) avec le bon synchronisme, la bonne vitesse de balle vers un coéquipier qui se trouve dans de bonnes conditions de jeu Ta200/Te225Te240/241	A	D	E	E
TTIO8	Capacité à réaliser une passe courte à l'arrêt ou en mouvement (du mauvais pied) avec le bon synchronisme, la bonne vitesse de balle vers un coéquipier qui se trouve dans de bonnes conditions de jeu Ta251/Te226	A	A	D	E
TTIO9	Capacité à réaliser une passe longue à l'arrêt ou en mouvement (du mauvais pied) avec le bon synchronisme, la bonne vitesse de balle vers un coéquipier qui se trouve dans de bonnes conditions de jeu Ta251/Te226	*	*	A	A
TTIO10	Capacité à réaliser un centre en mouvement (du bon pied) dans le dos des défenseurs et fuyant le gardien Te261	A	A	D	E
TTIO11	Capacité à réaliser un centre en mouvement (du mauvais pied) dans le dos des défenseurs et fuyant le gardien Te261	*	*	A	A
TTIO12	Capacité à transmettre la balle ou tirer au but de la tête : précise et rapide Te270	A	A	D	E

Porteur du ballon : transmission (tir) 5

TTIO13	Capacité à frapper au but à courte distance (du bon pied) : précis (+1/2 volée et volée) et rapide Te250	A	A	D	E
TTIO14	Capacité à frapper au but à courte distance (du mauvais pied) : précis (+1/2 volée et volée) et rapide Te250	A	A	D	E
TTIO15	Capacité à frapper au but à longue distance (du bon pied) : précis (+ 1/2 volée et volée) et rapide Te251	A	A	D	E
TTIO16	Capacité à frapper au but à longue distance (du mauvais pied) : précis (+ 1/2 volée et volée) et rapide Te251	*	*	A	A

Technico-tactique défensif (individuel & par groupe)

SE1 SE2 SE3 SE4 SE5

Technico-tactique défensif (individuel & par groupe) 5

TTID1	Capacité à réaliser les situations de 1 vs 1 au sol dans toutes les situations (de face, de côté, de dos) Ta122/Te124	A	D	E	E
TTID2	Capacité à réaliser les situations de 1 vs 1 aérien dans toutes les situations	A	A	D	E
TTID3	Capacité à réaliser un marquage individuel Ta121/Te140	A	D	E	E

PP3	Doté d'une bonne coordination	A	A	D	E
PP4	Doté d'une bonne vivacité : appuis dynamiques, genoux hauts et légèrement fléchis sur les appuis	A	A	D	E
Vitesse <input checked="" type="checkbox"/> 5					
PP5	Doté d'un bon démarrage : pencher vers l'avant, bonnes fréquences des premiers appuis et premier pas est orienté vers l'avant	A	A	D	E
PP6	Doté d'une bonne vitesse maximale selon les nécessités de son poste	*	*	A	A
PP7	Doté d'une bonne vitesse de réaction : prend rapidement l'information sonore ou visuelle, oriente rapidement les épaules vers l'objectif et est toujours en position d'éveil	A	A	D	E
Endurance <input checked="" type="checkbox"/> 5					
PP8	Doté d'une bonne endurance (capacité aérobique) : capable de performer à un haut niveau pendant un match complet	*	*	A	A

Aptitudes Mentales

SE1 SE2 SE3 SE4 SE5

Comportement 5

AM1	Est engagé mentalement et physiquement avant, pendant et après l'entraînement	E	E	E	E
AM2	Démontre un comportement exemplaire	E	E	E	E
AM3	Demeure motivé et alerte pendant le cours d'arbitres, la formation d'entraîneur et les séances théoriques	E	E	E	E
AM4	Adopte un style de vie d'un joueur élite	E	E	E	E
Performance <input checked="" type="checkbox"/> 5					
AM5	Démontre de la confiance en soi	A	D	E	E
AM6	Démontre du leadership	A	A	D	E
AM7	Démontre de la combativité, aime la compétition	A	D	E	E
AM8	Démontre de la constance dans la performance, indépendamment des facteurs situationnels	A	D	E	E

Gardien : Technico-tactique (individuel & par groupe)

SE1 SE2 SE3 SE4 SE5

Empêcher des Buts

Empêcher des Opportunités

Participer dans la Possession

Diriger et Organiser

Commentaires

Légende

- **Compétence en apprentissage (A)** : objet principal d'une séance, travaillé principalement de façon analytique.
- **Compétence en développement (D)** : un des objets de la séance doit encore être travaillé de façon analytique.
- **Compétence en entretien (E)** : compétence utile à la séance, mais n'est plus travaillée de façon systématique (global ou analytique).
- **Compétence non-évaluée à ce niveau (*)**



POLITIQUES & PROCÉDURES

(Protocole disciplinaire)



COLLÈGE
FRANÇAIS



PROGRAMME SPORT-ÉTUDES & SOCCER RELÈVE POLITIQUES ET PROCÉDURES

Aux fins d'interprétation du présent document, l'utilisation du genre masculin ne traduit pas une discrimination envers l'un ou l'autre sexe.

Politiques

- Les élèves-athlètes inscrits au programme ***Sport-Etudes*** doivent évoluer au plus **haut niveau de son club** de soccer de la région (AA, AAA, Sélection régionale, etc.). Un élève qui ne respecte pas ce critère pourrait être **retiré du programme l'année suivante** *et il sera dirigé vers le programme de soccer relève.*

Voici les critères pour faire partie du programme de sport-études :

- U12 niveau A (sec 1)
- U13 niveau AA ou Sélection régionale (sec 2)
- U14 niveau AA championnat espoir (sec 3)
- U15 niveau AAA (sec 4)
- U16 niveau AAA (sec 5)

- ****Pour un élève-athlète qui ne rencontre pas les critères mentionnés ci-haut la direction technique sera en mesure de trancher dans certain cas.****
- ***** Pour le programme de soccer relève tous les athlètes devront être dûment inscrit dans un club.*****

- En aucun cas un élève-athlète devra participer à une activité à un match, tournoi ou pratique avec une entité qui n'est pas reconnue par l'Association Régional de la Rive-Sud, Fédération Soccer Québec ou par l'Association Canadienne de Soccer. Après un premier avertissement écrit, un élève qui ne respecte pas ce critère pourrait être **retiré du programme de soccer sur-le-champ**.
- Nous demandons à chaque participant au programme Sport-Etudes de faire en tout temps preuve de respect et de civisme. Les relations avec les propriétaires des installations que nous utilisons, entre les entraîneurs et les élèves-athlètes, et entre les athlètes eux-mêmes n'en seront que meilleures.
- À leur arrivée et à leur départ, les athlètes saluent leur entraîneur et lui serrent la main.
- La ponctualité est de rigueur. Tout retard, qui entraînera l'exclusion de l'athlète de la séance à laquelle il est néanmoins tenu d'assister, sera considéré comme un manquement. Le joueur retardataire devra assister l'entraîneur lors de la séance.
- Les élèves-athlètes doivent en tout temps être polis et courtois envers les entraîneurs et leurs collègues.
- Les élèves-athlètes doivent prendre soin du matériel : celui du programme, le leur et celui de leurs pairs.
- Les jeunes doivent en tout temps porter l'uniforme (maillot, short, chaussettes) prescrit pour la journée en question.
- Les membres du programme Sport-Etudes doivent en tout temps porter les chaussures appropriées à la surface de jeu utilisée.

- Les vestiaires seront utilisés au début et à la fin de l'entraînement. Les sacs et les vêtements devront être déposés dans un casier. Chaque jeune devra se munir d'un cadenas à numéro pour l'activité.
- En aucun cas, les disputes et les bagarres ne seront tolérées. Dans les deux cas, les personnes en cause seront sanctionnées.
- Il est primordial de porter une attention au bruit qui règne dans les vestiaires, dans les centres intérieurs et sur les plateaux extérieurs. Pour ce faire, nous demandons aux athlètes et aux entraîneurs de réduire au minimum le bruit ambiant qu'ils pourraient produire.
- À la fin des séances d'entraînement, les plateaux doivent être laissés propres. Papiers, bouteilles d'eau et déchets devront être mis à la poubelle.
- Les jeunes devront se changer dans un espace commun des vestiaires au lieu d'utiliser des espaces différents, et ce, afin de ne pas gêner les autres usagers des différents centres.
- L'accès à la salle de musculation n'est permis qu'en présence d'un entraîneur du programme Sport-Etudes ou d'un entraîneur autorisé.
- Les boissons énergisantes sont interdites sur les sites d'entraînement de soccer.

Procédures

- Afin de réduire les déplacements, chaque athlète devra avoir sa propre bouteille d'eau et ne pourra quitter les plateaux durant une activité sans l'autorisation préalable de l'entraîneur.
- Les athlètes doivent apporter tout leur matériel pour chaque entraînement. Le retour au vestiaire avant la fin de la séance d'entraînement ne sera pas permis.
- Les entraîneurs ne peuvent pas laisser les athlètes sans surveillance. Ils doivent arriver suffisamment tôt pour accueillir les jeunes et ne peuvent pas quitter les lieux avant le départ du dernier athlète.
- Les élèves-athlètes doivent attendre l'autobus à l'intérieur des installations, sous la supervision de leur entraîneur.
- Les élèves-athlètes qui ne peuvent pas participer à un entraînement en raison d'une blessure, d'activités de club ou autres (ex : sélection régionale, provinciale, etc.) doivent néanmoins être présents sur le site de l'entraînement et demeurer à la disposition de l'entraîneur qui pourra leur demander de le seconder. Ils doivent toutefois, selon le cas, présenter à leur entraîneur un billet du médecin (ou du thérapeute), d'un enseignant ou d'un parent qui justifie la demande d'exemption de l'entraînement.
- Chaque semaine, des athlètes seront responsables d'apporter le matériel d'entraînement, de le récupérer à la fin de la séance et de le déposer dans les endroits prévus pour leur rangement. Il incombe aux autres athlètes d'apporter leur contribution.
- Les athlètes sont tenus d'aviser leur entraîneur en cas de blessure. L'entraîneur décidera de leur participation à l'entraînement ou de leur exemption.
- En cas de blessure sérieuse exigeant un long retrait des séances d'entraînement, le responsable du programme de soccer et la direction du Collège Français planifieront la période de convalescence de l'athlète.

- **Note importante** : La Fédération de soccer du Québec (FSQ) ne permet pas aux athlètes de niveau secondaire du programme Sport-Études de participer aux activités du Réseau du sport étudiant, sauf pour le programme de Soccer-Relève. Un élève qui contrevient à cette règle sera immédiatement exclu du programme sans remboursement des frais versés.

LORS D'UN MANQUEMENT À UNE DE CES RÈGLES, LES PROCÉDURES SUIVANTES SERONT APPLIQUÉES :

1^{er} manquement :

Un billet d'avertissement remis à l'élève-athlète devant être signé par un parent et par le responsable Sport-Etudes de l'école, en plus d'une mention au Portail de l'élève.

2^e manquement :

Un billet d'avertissement remis à l'élève-athlète devant être signé par un parent et par le responsable Sport-Etudes de l'école, en plus d'une mention au Portail de l'élève.

Le responsable administratif du programme entrera en contact avec les parents.

3^e manquement :

Un billet d'avertissement remis à l'élève-athlète devant être signé par un parent et par le responsable Sport-Etudes de l'école, en plus d'une mention au Portail de l'élève.

Une convocation de l'élève-athlète avec l'entraîneur et les parents.

4^e manquement :

Un billet d'avertissement remis à l'élève-athlète devant être signé par un parent et par le responsable Sport-Etudes de l'école, en plus d'une mention au Portail de l'élève.

Une perte du privilège d'une semaine d'entraînements auxquels l'athlète devra néanmoins assister.

Les parents et l'athlète seront convoqués par l'entraîneur-cadre, l'entraîneur et le responsable du Sport-Etudes, afin que la situation soit évaluée et que chacun comprenne bien les conséquences d'un éventuel 5^e manquement.

5^e manquement :

Expulsion du programme.

ANNEXE 1

Exemples de manquements spécifiques au programme de soccer :

- Retard répétitif
- Absence non motivée
- Tenue de rigueur non portée de façon répétitive
- Langage inapproprié ou grossier envers l'entraîneur ou un autre athlète
- Absence évidente d'efforts
- Non-respect des règles de sécurité
- Mauvaise conduite
- Dispute
- Bagarre
- Bris d'équipement ou de matériel
- Cette liste, qui n'est pas exhaustive, vise à donner une idée des comportements considérés comme déviants et qui ne seront pas tolérés.
- La gravité d'un manquement (langage grossier envers l'entraîneur, bagarre, taxage, etc.) peut équivaloir à plus d'un (1) manquement. Cette gravité et la sanction seront déterminées par le coordonnateur du Programme Sport-Etudes au terme, selon le cas, d'une rencontre avec l'élève-athlète et/ou ses parents.

ANNEXE 1

Exemples de manquements spécifiques au programme de soccer :

- Retard répétitif
- Absence non motivée
- Tenue de rigueur non portée de façon répétitive
- Langage inapproprié ou grossier envers l'entraîneur ou un autre athlète
- Absence évidente d'efforts
- Non-respect des règles de sécurité
- Mauvaise conduite
- Dispute
- Bagarre
- Bris d'équipement ou de matériel
- Cette liste, qui n'est pas exhaustive, vise à donner une idée des comportements considérés comme déviants et qui ne seront pas tolérés.
- La gravité d'un manquement (langage grossier envers l'entraîneur, bagarre, taxage, etc.) peut équivaloir à plus d'un (1) manquement. Cette gravité et la sanction seront déterminées par le coordonnateur du Programme Sport-Etudes au terme, selon le cas, d'une rencontre avec l'élève-athlète et/ou ses parents.

À qui de droit

J'ai pris connaissance des Politiques et Procédures (version amendée) en vigueur pour le bon déroulement des Programmes Sport Études & Soccer -Relève- 2018--2019 et pour le développement optimal de mon enfant.

Nom d'un parent autorisé à signer un billet d'exemption d'entraînement :

Nom d'un parent (ou tuteur) : _____

J'ai pris connaissance des Politiques et Procédures en vigueur pour le bon déroulement des programmes Sport-Etudes & -Soccer-Relève 2018--2019 et je m'engage à m'y conformer.

Signature de l'élève-athlète : _____

Signature d'un parent : _____

Date : _____



MERCI

ET

BONNE ANNÉE SCOLAIRE