HOBBIT WEEKLY

POUR LES ÉDUCATEURS La semaine du football des jeunes, choisie pou…



05

Du 19 oct. au 25 oct. 2026

Règles U9 à U19

Les mêmes règles pour tous les joueurs, le meilleur buteur aussi

Trois questions en U11

Soulignez ce qui a produit la victoire, pas le score

Contrôle de la poussée de croissance

Maladresse soudaine et douleur au genou méritent attention

À la une Méthodes · Aprende Entrenando

Planifiez la réunion avec les familles d'abord

Définissez les rôles du banc et des tribunes avant votre première séance

7 langues · en ligne · PDF gratuit
hobbit.football/news

Prix
Gratuit

HW 2026 · 05

À LA UNE

01 **Guide du parent entraîneur de football des jeunes : les clés pour entraîner sans y laisser sa peau** 04
Aprende Entrenando

CETTE SEMAINE

02 **Gestion du vestiaire en football des jeunes : guide pour diriger des groupes et gérer les ego** 08
Aprende Entrenando

03 **Bilan de fin de match foot à 8 : arrêtez de féliciter la victoire, félicitez ce qui l'a produite** 12
Josselin Lebreton

04 **Comment les poussées de croissance affectent les joueurs de football des jeunes** 17
Eastern Pennsylvania Youth Soccer

05 **Realistiquement, combien de temps puis-je entraîner l'équipe de mon enfant ?** 20
r/youthsoccer · 58 commentaires

CE DONT PARLENT LES ÉDUCATEURS

06 **Sortie de balle en 3-2-1** 22
r/SoccerCoachResources · 21 commentaires

SUR LE TERRAIN

07 **Directement d'un entraîneur qui a formé de nombreux joueurs de la J.League ! Un entraînement pour apprendre les secrets du contrôle, de la frappe et de la conduite du ballon qui multiplient vos options en match** 26
サカイク

08 **Ouverture de la formation de formateurs de football de proximité, Programme Magic Moves 2026** 28
VFF

09 **Qui figure dans la base de données SafeSport ? Un sport plus sûr commence par la sensibilisation** 30
U.S. Center for SafeSport

RECHERCHE ET DONNÉES

Chaque article est publié en entier, traduit par une IA quand l'original est dans une autre langue. Les droits restent à chaque auteur et éditeur d'origine ; chaque article renvoie à son original.

Gardez le ballon et le joueur

Des enfants de neuf ans font la queue en attendant leur tour, le ballon calé sous le bras d'un coach tandis que le sifflet décide qui bouge. Cette scène, nous la connaissons.

Dans ce numéro, la même réponse revient sans cesse : mettez le ballon devant l'enfant. Le parent coach qui persévère parce que les matchs et les touches de balle enseignent ; la séance où les joueurs bougent ou ont le ballon environ 80% du temps ; le rondo 3 contre 1 qui enchaîne 12, puis 15, puis 18 passes.

Nous pouvons aussi cesser de courir après la victoire rapide. Saluer ce qui a produit le 6-0, pas le score.

Quel exercice de votre prochaine séance pourrait devenir plus de ballon et moins d'attente ?

La rédaction de Hobbit

11 sujets

10 sources

2 discussions

79 réponses lues

8 langues



POUR LES ÉDUCATEURS

Avant votre première séance, le script de la réunion de famille vaut la peine d'être copié : il fixe les rôles de banc et de tribune et vous protège quand la pression des résultats arrive.

01 Guide du parent entraîneur de football des jeunes : les clés pour entraîner sans y laisser sa peau

75 % des entraîneurs avec lesquels je travaille chez AprendeEntrenando commencent de la même manière : assis dans les tribunes à regarder comment on malmène la passion de leur enfant. Des cris démesurés, des exigences tactiques absurdes pour des enfants de sept ans, des bancs éternels et des entraîneurs qui confondent la catégorie des moins de 9 ans avec la première division. Si vous avez décidé de faire le pas pour changer cette réalité, ce guide du parent entraîneur de football des jeunes vous donnera la structure dont vos bonnes intentions ont besoin pour ne pas sombrer dès les premières difficultés.

La métamorphose : passer de spectateur à formateur

Assumer le banc exige de brûler votre rôle de supporter dès la première minute. Dans les tribunes, vous aviez la liberté de concentrer votre regard uniquement sur votre enfant. Sur le terrain, votre responsabilité se répartit à parts égales entre les 12, 15 ou 18 enfants qui forment l'effectif.

L'erreur initiale la plus fréquente est de traiter les petits comme des adultes en miniature. Un enfant en catégorie moins de 9 ans ou moins de 11 ans ne traite pas le jeu au moyen de schémas tactiques rigides. Son cerveau a besoin d'expérimenter, de se tromper et de s'amuser. Votre réussite de la saison ne se mesure pas aux trophées dans les vitrines du club, mais au nombre d'enfants qui renouvellent leur licence l'année suivante parce qu'ils sont toujours amoureux du football.

Adaptez les exigences à chaque étape de développement :

- Moins de 9 ans (8-9 ans) : découverte du jeu, coordination de base, participation maximale et zéro pression sur le résultat.
- Moins de 11 ans (10-11 ans) : maîtrise technique individuelle, compréhension du jeu collectif élémentaire et prise de décisions simples.
- Moins de 13 ans (12-13 ans) : changements physiques importants, passage au football à 11, début des concepts tactiques par lignes et gestion émotionnelle.
- Moins de 15 ans et moins de 17 ans (14-18 ans) : compétition structurée, forte exigence physique et consolidation du modèle de jeu sans négliger les valeurs.

Les trois pièges mortels du parent entraîneur

Gérer la dualité « papa/coach » est le défi psychologique le plus dur auquel vous allez être confronté. Tomber dans l'un de ces trois pièges détruira la dynamique du groupe :

1. La sur-exigence envers votre propre enfant

Par peur que les autres parents vous accusent de favoritisme, vous tendez à être plus dur avec votre enfant qu'avec les autres. Vous lui demandez plus, vous lui reprochez le double et vous exigez de lui une maturité immédiate. C'est dévastateur pour l'enfant. Votre enfant a besoin de savoir que sur le terrain il est un joueur comme les autres, mais qu'une fois dans la voiture vous redevenez son père.

2. Le « coup de télécommande »

Donner des consignes constantes en hurlant depuis la touche pendant que se joue le match liquide l'autonomie du joueur. Si vous lui dites quand passer, quand tirer et où courir, vous créez des marionnettes qui ne savent pas penser quand le ballon brûle aux pieds.

3. Mesurer le progrès au classement

Gagner 8-0 au prix de minutes résiduelles accordées à quatre joueurs n'est pas former ; c'est se leurrer. Si vous sacrifiez le développement individuel des moins doués pour grappiller trois points en catégorie moins de 11 ans, vous échouez comme formateur.

Principes pédagogiques non négociables sur le banc

Pour construire un environnement de formation de qualité, votre méthodologie de travail doit reposer sur des piliers solides. Appliquez ces principes à chaque séance :

Répartition équitable des minutes

En football à 8 (moins de 9 ans et moins de 11 ans), tous les enfants doivent jouer au moins 50 % du temps total du match. Les rotations se planifient en semaine, pas selon les caprices pendant la rencontre. Un enfant qui ne joue que cinq minutes n'apprend pas, se frustre et finit par abandonner le sport.

Cohérence entre entraînement et match

Ne demandez pas en compétition ce que vous n'avez pas travaillé lors des séances hebdomadaires. Si pendant les entraînements vous utilisez des jeux réduits et laissez la liberté de dribbler, vous ne pouvez pas crier pendant le match « débarrasse-toi du ballon ! » à la première erreur.

Normalisation pédagogique de l'erreur

L'erreur est l'outil d'apprentissage le plus puissant qui existe. Quand un joueur perd un ballon pour avoir tenté une passe risquée ou osé dribbler, applaudissez l'intention. Si vous punissez le courage en envoyant l'enfant sur le banc, vous n'obtiendrez que des joueurs effrayés qui se débarrassent du ballon.

Comment concevoir une séance d'entraînement efficace

Oubliez les files interminables d'enfants qui attendent pour tirer au but. Dans le football des jeunes, le temps de engagement moteur (le temps réel pendant lequel l'enfant est en contact avec le ballon ou en mouvement) doit frôler les 80 % de la séance.

Structurez vos entraînements en trois blocs clairs :

1. Échauffement dynamique (15 minutes) : jeux réduits de poursuite, toros modifiés ou exercices de maniement du ballon où tous ont un ballon aux pieds dès la première minute.
2. Partie principale (45 minutes) : Concevez deux ou trois tâches basées sur des situations réelles de jeu. Utilisez des conservations de balle, des jeux de position ou des situations de supériorité/infériorité numérique (2c1, 3c2). Évitez la spéculation tactique ; les enfants apprennent à jouer en jouant.
3. Retour au calme et match libre (15 minutes) : Modifiez les règles du match final pour renforcer l'objectif du jour (par exemple : les buts après un centre latéral comptent double). Réservez les cinq dernières minutes pour réfléchir avec eux sur ce qui a été appris.

Gestion des tribunes : le pacte avec les familles

Une grande partie des problèmes d'un père entraîneur ne viennent pas des enfants, mais des adultes qui s'assoient dans les tribunes. Vous devez gérer les attentes de l'entourage dès le premier jour.

Convoquez une réunion d'équipe avant le premier entraînement de l'année. Établissez les règles avec une clarté absolue :

- Les tribunes soutiennent, le banc dirige : interdit de donner des consignes tactiques aux enfants depuis la clôture. Cela crée des courts-circuits dans la tête du joueur.
- Respect absolu de l'arbitre : si les parents protestent auprès de l'arbitre, ils nuisent à l'image du groupe et apprennent à leurs enfants à chercher des excuses externes.
- La voiture n'est pas une salle de presse : demandez aux parents que le trajet de retour à la maison soit un espace sûr. La première question à l'enfant ne doit pas être « pourquoi avez-vous perdu ? », mais « tu t'es amusé aujourd'hui ? ».

La vraie valeur de votre travail

Être le formateur de votre fils et de ses coéquipiers est l'une des expériences les plus gratifiantes que vous allez vivre si vous l'abordez de la bonne manière. Dans dix ans, aucun de ces enfants ne se souviendra si vous avez terminé cinquièmes ou septièmes dans la ligue de votre région. Ce dont ils se souviendront pour toujours, c'est de la façon dont vous les avez fait se sentir, si vous avez cru en eux quand ils ont échoué et si vous avez su leur transmettre l'amour de ce jeu.

Prenez le tableau, préparez vos tâches avec rigueur, soyez juste avec les minutes et savourez le processus. Le football des jeunes a besoin de moins de stratèges obsédés du dimanche et de beaucoup plus de parents prêts à éduquer avec le ballon comme prétexte.

Source: Aprende Entrenando · Langue d'origine : espagnol aprendeentrenando.com

CETTE SEMAINE

02 Méthodes U8 à U18

Gestion du vestiaire en football des jeunes : guide pour diriger des groupes et gérer les ego

> **Pour les éducateurs** Si votre composition d'équipe suit l'investissement à l'entraînement, l'appliquer à chaque joueur, y compris à votre meilleur buteur, c'est ce qui garde le groupe de votre côté.

Pendant des années, j'ai croisé des entraîneurs capables de concevoir des exercices de sortie de balle spectaculaires, mais qui vivent un enfer au moment de franchir la porte du vestiaire. La réalité du banc dans le football des jeunes ne pardonne pas : le meilleur tableau noir vole en éclats quand vous perdez le contrôle du groupe. Savoir gérer le vestiaire, diriger le groupe et gérer les egos est la base pour construire un effectif respectueux, engagé et compétitif, des benjamins jusqu'aux jeunes. Si vous prétendez résoudre les conflits en imposant votre autorité à coups de cris, vous n'obtiendrez que distance et méfiance. Ici, je vous explique comment prendre le commandement, garder la cohérence et transformer des individualités compliquées en footballeurs engagés envers l'équipe.

L'ordre et la cohérence : la base d'où naît le respect

Beaucoup d'entraîneurs pensent que gérer le vestiaire consiste à faire des discours de motivation épiques avant un match crucial. Je vous le dis par expérience : cela ne dure même pas cinq minutes sur le terrain. La gestion commence par le travail invisible de chaque mardi et chaque jeudi.

Quand vous, en tant que technicien, n'avez pas de méthode claire, vous transmettez votre propre confusion à l'effectif. Si vous arrivez à l'entraînement en improvisant la séance sur le moment ou en essayant d'expliquer cinq concepts tactiques complexes à la fois, le joueur décroche.

1. Transparence absolue dans vos décisions

Si vous déterminez que l'engagement aux entraînements détermine la titularisation du week-end, respectez-le sans exceptions. Si le meilleur buteur de votre équipe de cadets arrive en retard deux jours de suite sans justification et que vous le faites débuter le samedi, vous aurez perdu le respect du vestiaire pour toujours. Les joueurs pardonnent que vous vous trompiez sur un changement tactique, mais ils ne pardonnent pas le manque de justice.

2. Des routines claires dès le premier jour

L'incertitude génère le désordre. Vos footballeurs doivent savoir ce qui se fait en arrivant à l'installation, comment se place le matériel, de quelle manière on s'adresse au staff technique et comment on laisse le vestiaire en terminant. L'ordre extérieur favorise la discipline mentale.

3. Des messages brefs et directs

Dans des catégories comme les poussins ou les pupilles, la capacité d'attention s'épuise vite. Si vous donnez des causeries de vingt minutes avant de sortir à l'entraînement, quatre-vingts pour cent de vos joueurs penseront à toute autre chose. Dites le juste nécessaire, avec énergie et avec un objectif clair pour la journée.

Comment gérer les egos dans les catégories de formation

Dans presque tous les effectifs, vous allez trouver ce joueur au talent supérieur qui le sait et le démontre avec suffisance, ou le footballeur au caractère dominant qui entraîne le groupe vers des dynamiques négatives. Dans le football des jeunes, l'ego démesuré naît rarement de la méchanceté ; il est souvent le symptôme d'une immaturité, d'une insécurité ou d'une pression démesurée de l'entourage familial.

Le joueur « star » chez les pupilles et les cadets

N'essayez jamais d'humilier en public le joueur le plus talentueux pour démontrer qui commande. Si vous l'exposez devant tous, vous le transformerez en victime aux yeux de ses coéquipiers et vous briserez la communication avec lui. La stratégie correcte est le face-à-face en privé.

Faites-lui comprendre que sa qualité est une responsabilité envers l'équipe, pas un permis de faire ce qu'il veut. Assignez-lui des tâches de leadership positif : « Tu as une qualité énorme pour déséquilibrer, mais j'ai besoin que tu sois le premier à déclencher le pressing après la perte du ballon. Si tu le fais, tes coéquipiers vont se tuer sur le terrain en te voyant le faire ».

Le leader négatif qui contamine le vestiaire

Coupez à la racine tout geste de mépris envers un coéquipier sur ou en dehors du terrain. Si vous permettez qu'un joueur reproche à un autre une passe ratée avec un geste de dépit et que vous ne dites rien, vous validez ce comportement devant tout le groupe.

Quand vous détectez une attitude toxique, arrêtez la tâche immédiatement ou parlez au concerné dès qu'il pose le pied sur la touche. Le groupe a besoin de voir que l'entraîneur protège la cohésion de l'effectif au-dessus de toute individualité.

Le footballeur frustré par les minutes de jeu

Gérer celui qui ne joue pas est l'épreuve du feu de tout technicien. Dans la catégorie des jeunes, le banc pique plus que jamais. Expliquez vos décisions à partir de la performance collective et de l'analyse objective, jamais à partir de l'attaque personnelle.

Dites-lui avec une clarté absolue quels aspects concrets de son jeu il doit améliorer pour gagner l'opportunité et félicitez-le ouvertement quand vous voyez des progrès aux entraînements. Le joueur remplaçant doit sentir qu'il reste utile au bloc.

Les règles non négociables du vestiaire

Remplir le mur du vestiaire d'une liste de vingt interdictions imprimées ne sert absolument à rien. Personne ne les lit et personne ne les respecte. Établissez quatre ou cinq règles fondamentales que tous doivent mémoriser et respecter dès le début de la préparation.

- Respect absolu envers le groupe et le personnel du club : celui qui manque de respect à un coéquipier, au staff technique ou au responsable des installations reste hors de la convocation.
- Ponctualité rigoureuse : le rendez-vous avant l'entraînement ou le match se respecte à la seconde. Le retard d'un seul nuit à la préparation de tous.
- Respect du matériel et des installations : ramasser les ballons, les chasubles et les plots est la responsabilité de l'effectif complet, pas seulement des nouveaux arrivants ou des plus jeunes.
- Zéro écran dans le vestiaire : les téléphones portables restent dans le sac dès que vous franchissez la porte du vestiaire et n'en ressortent pas avant la fin de la causerie qui suit le match ou l'entraînement. Le vestiaire est là pour se regarder dans les yeux et créer un groupe.

Adapter le leadership selon la catégorie

On ne peut pas diriger un groupe de U9 de la même manière qu'un effectif de U19. Vous devez ajuster votre communication au degré de maturité de vos footballeurs.

U9 et U11 (8 à 11 ans)

À ces âges, l'objectif principal doit être le plaisir, l'apprentissage et l'inclusion. Les egos sont souvent le reflet des attentes des parents dans les tribunes. Votre travail consiste à relativiser le résultat, à faire tourner les postes et à garantir que chacun se sente une partie importante du groupe. Les consignes doivent être extrêmement simples et visuelles.

U13 et U15 (12 à 15 ans)

Vous entrez de plain-pied dans la phase de l'adolescence. Les insécurités apparaissent, les groupes fermés se forment dans le vestiaire et l'autorité est remise en question. Ici, vous devez beaucoup écouter. Montrez de l'empathie envers leurs problèmes personnels, mais maintenez fermement la ligne de la discipline sur le terrain. Cherchez à ce qu'ils comprennent la logique derrière chaque décision.

U17 et U19 (16 à 18 ans)

La gestion se rapproche de celle d'une équipe senior, mais avec une dimension formative encore indispensable. Le footballeur U17 ou U19 cherche le respect et exige des arguments tactiques solides. Si vous prétendez imposer quelque chose « parce que c'est moi qui le dis », vous perdrez en crédibilité. Expliquez le pourquoi tactique des choses, repérez les capitaines naturels et appuyez-vous sur eux pour maintenir l'ordre interne.

Feuille de route pour redresser un vestiaire incontrôlé

Si vous avez repris une équipe en cours de saison avec de mauvaises dynamiques ou si vous notez que le groupe vous a échappé ces dernières semaines, appliquez cette séquence pour reprendre le contrôle du vestiaire :

1. Pause et autocritique du staff technique : analysez quelles limites vous n'avez pas su poser ou à quels moments vous avez manqué de cohérence dans vos décisions. Le changement commence dans votre attitude.
2. Réunion de remise à zéro : parlez à l'effectif en toute honnêteté. Reconnaissez les points où l'équipe a perdu son identité, fixez les nouvelles limites non négociables et clarifiez qu'une nouvelle étape s'ouvre sans garder de rancune.
3. Entretiens individuels courts : parlez seul à seul avec les footballeurs qui ont le plus de poids dans le vestiaire. Posez-leur des questions directes : comment vois-tu l'équipe ? Que penses-tu que nous devons améliorer ? Demandez-leur leur engagement explicite pour faire avancer le projet.
4. Application immédiate des conséquences : au premier non-respect des règles convenues, appliquez la conséquence prévue sans hésiter. Le groupe vérifiera que le discours est totalement pris au sérieux.

Fermez la porte du vestiaire et commencez à construire

Le football des jeunes se pratique sur le terrain, mais les matchs commencent à se gagner ou à se perdre dans le vestiaire. Si vous parvenez à créer un environnement sûr, exigeant et juste, où chaque footballeur connaît son rôle et fait passer le bénéfice du collectif avant sa mise en valeur personnelle, la performance viendra comme une conséquence naturelle.

Prenez votre classeur, entrez dans le vestiaire avec des idées très claires et démontrez à vos footballeurs que diriger ne signifie pas crier plus fort, mais les guider avec cohérence et conviction chaque jour.

Source: Aprende Entrenando · Langue d'origine : espagnol aprendeentrenando.com

03 Méthodes U11

Bilan de fin de match foot à 8 : arrêtez de féliciter la victoire, félicitez ce qui l'a produite

> **Pour les éducateurs** Essayez de fixer un critère de jeu avant votre prochain match et de poser ces trois questions à vos U11 après le coup de sifflet final, victoire ou défaite, pour garder l'attention sur le jeu.

Après une victoire 6-0, j'ai félicité mes joueurs pour le score et pour les buts. Au match suivant, il n'y avait plus de jeu. C'est là que j'ai compris que ce qu'on célèbre après le coup de sifflet final façonne le match d'après.

La réponse courte : après une victoire en U11, les enfants oublient vite comment ils ont joué et comment ils doivent jouer. Il ne reste que le score, et être obnubilé par le score freine leur progression. La solution n'est pas de supprimer la joie de gagner, mais de corriger votre bilan de fin de match : l'organiser autour de ce qui a été travaillé, pas autour du résultat. Ce n'est pas facile, et nous verrons pourquoi, puis comment s'y prendre.

Mon erreur de jeune éducateur : un 6-0, puis plus de jeu

Au début de ma carrière d'éducateur, mon équipe a gagné 6-0. J'ai félicité les enfants pour la victoire et pour les buts inscrits. Cela paraissait naturel : ils avaient gagné, ils avaient marqué.

Au match suivant, il n'y avait plus de jeu. Chacun cherchait son rapport individuel au ballon, sans aucune intention collective. Tous les joueurs voulaient marquer, ou faire le geste qui amène un but, au détriment du jeu.

Le problème venait de moi. J'avais trop mis en avant la réussite des buteurs. Je n'avais rien dit des passeurs, ni des milieux qui avaient récupéré le ballon et organisé le jeu pour que l'on puisse marquer ces six buts. Les enfants avaient parfaitement compris ce qui était valorisé. Ils ont fait exactement ce que j'avais applaudi.

Pourquoi le score freine la progression en foot à 8 ?

Un score en U11 dit peu de choses sur la qualité du travail collectif. Il dépend de la maturité physique, du niveau de l'adversaire du jour, d'une part de chance et du choix de jeu : une équipe qui balance devant peut gagner largement sans progresser.

Surtout, ce que vous félicitez, vos joueurs le reproduisent :

- Si vous félicitez le but, ils chercheront le but, seuls si besoin.
- Si vous félicitez la victoire, ils retiendront le score et oublieront le jeu.
- Si vous ne parlez pas du travail invisible (la récupération, la passe qui lance l'action, le démarquage), ceux qui le font se sentent inutiles. Côté rétention, c'est un vrai risque.

Les erreurs fréquentes après le match

Une erreur fréquente consiste à improviser. Voici les pièges les plus courants :

- Parler du score en premier : tout ce qui suit passe au second plan.
- Féliciter seulement les buteurs, les plus visibles, pas toujours les plus utiles.
- Faire un bilan différent selon le résultat : on survole après une victoire, on analyse après une défaite. Les enfants comprennent que l'analyse est une punition.
- Le discours trop long : au-delà de trois minutes, plus personne n'écoute.
- Chercher des coupables : nommer l'erreur d'un joueur devant le groupe.
- Faire le bilan devant les parents : l'enfant se protège et répond pour eux.

Le vrai chantier : corriger son bilan de fin de match

On pourrait se dire : « Il suffit de féliciter autre chose. » Dans les faits, c'est difficile, parce que le bilan arrive au pire moment :

- Les émotions sont à vif, celles des enfants comme les vôtres.
- L'éducateur est lui-même pris par le résultat. Vouloir gagner est naturel, et on célèbre spontanément.
- Le temps est court : les parents attendent, le match suivant approche, il faut libérer le terrain.
- Le réflexe est installé : le bilan est souvent un discours improvisé, pas une méthode.

Pour changer, il ne s'agit donc pas de se maîtriser davantage. Il faut un cadre simple, préparé avant le match et appliqué de la même façon, que l'équipe gagne ou perde.

Avant le match : un seul critère de jeu

Choisissez un objectif lié à la séance de la semaine et annoncez-le aux joueurs : « Aujourd'hui, on cherche à ressortir court quand le gardien a le ballon. » Ce critère sert de base au bilan. Sans lui, on retombe sur le score.

Voici quelques critères utilisables en U11 :

Thème | Critère annoncé aux joueurs | Ce que vous observez

Sortie de balle | « On ressort en passes courtes quand le gardien a le ballon. » | Combien de sorties réussies sur combien tentées

Jouer vers l'avant | « On cherche une passe vers l'avant avant de dribbler. » | Le premier réflexe du porteur

Soutien | « Le porteur a toujours une solution de passe. » | Le nombre de joueurs qui se proposent

Après la perte | « Quand on perd le ballon, on réagit tous ensemble. » | La réaction immédiate de l'équipe

Jeu collectif | « Avant de tirer, je regarde si un partenaire est mieux placé. » | Les tirs forcés contre les passes décisives

Largeur | « On utilise les côtés pour faire avancer le jeu. » | L'occupation des couloirs

Temps 1 : laisser retomber (1 minute)

Pas de discours à chaud. Les joueurs boivent, soufflent, se regroupent en cercle. L'émotion doit baisser avant les mots.

Temps 2 : trois questions (1 à 2 minutes)

1. Une chose réussie par rapport au critère du jour : « Qu'est-ce qu'on a bien fait de ce qu'on avait travaillé ? »
2. Une chose à retravailler : « Qu'est-ce qui nous a posé problème ? »
3. Un coéquipier à remercier : « Qui a aidé l'équipe sans que ça se voie ? »

Laissez les enfants répondre avant de parler. Votre rôle est d'orienter, pas de commenter à leur place.

Temps 3 : une phrase tournée vers la prochaine séance

Terminez simplement : « Mardi, on retravaille la sortie de balle. » Le bilan se ferme sur l'entraînement, pas sur le score.

Exemple de dialogue après un match

Voici un échange type, pour montrer à quoi peut ressembler le bilan avec des U11.

> Éducateur : Avant de parler du score, on avait un objectif aujourd'hui. Lequel ?Un joueur : Jouer court. Éducateur : Oui. Quelqu'un a un moment où on l'a bien fait ? Un joueur : Quand Léo a donné le ballon à Sam. Éducateur : Léo, qu'est-ce que tu as vu pour faire cette passe ? Léo : Sam était libre. Éducateur : Exactement. Et un point à améliorer ?

Si un enfant répond simplement « On a gagné ! », accueillez-le sans le corriger : « Oui, et je suis content pour vous. Et dans ce qu'on avait travaillé, qu'est-ce qui a marqué ? » Il faut quelques matchs pour que le réflexe change.

Ce que j'aurais dû dire après mon 6-0

Avec ce que j'ai compris depuis, voici ce que j'aurais pu dire : « Qui a récupéré le ballon avant le premier but ? Qui a fait la passe qui a lancé le deuxième ? Qui s'est démarqué pour que ce but existe ? »

Ces trois questions auraient mis en lumière les passeurs et les milieux, pas seulement les buteurs. Elles auraient montré aux enfants que marquer est la dernière étape d'une chaîne dont chacun fait partie.

« Au lieu de… » / « Essaie… » : les phrases à changer dès samedi

« Bravo, on a gagné ! » | « Qu'est-ce que vous avez réussi aujourd'hui qu'on avait travaillé ? »

« Bien joué, tu as marqué ! » | « J'ai aimé ta passe avant le but. Qu'est-ce que tu as vu ? »

« Dommage, on a perdu. » | « Quel moment vous a rendus fiers, même sans le score ? »

« Qui a raté cette occasion ? » | « Qu'est-ce qu'on peut essayer différemment la prochaine fois ? »

« Vous n'avez pas assez couru. » | « Quand a-t-on eu du mal à se mettre à disposition du porteur ? »

« Bravo à nos buteurs ! » | « Qui a permis à l'équipe de bien jouer sans marquer ? »

L'enfant qui pleure après une défaite

Laissez-lui d'abord le temps de retomber, sans discours. Parlez-lui seul à seul, avec une phrase simple sur ce qu'il a fait de bien dans le jeu, pas sur le résultat. Le bilan collectif peut attendre.

La victoire large sans le jeu demandé

C'est la situation de mon 6-0 : le score est là, le jeu non. Il faut alors avoir le courage de dire : « On a gagné, et ce n'est pas ce qu'on a travaillé. » Les enfants l'entendent très bien, à condition que vous ne soyez pas le premier à célébrer le score.

La défaite avec un bon jeu

Dites-le clairement : « Vous avez fait ce qu'on avait travaillé. » C'est le moment le plus utile pour montrer que le jeu compte plus que le score.

Et les parents ?

Les parents copient votre réaction. Si vous parlez du score, ils en feront un enjeu dans la voiture. En début de saison, expliquez en deux phrases comment vous faites le bilan et pourquoi : vous voulez que les enfants aient envie de progresser et de rester.

Les objections que vous allez entendre

« Mais les enfants veulent gagner ! » Oui, et c'est normal. On ne supprime pas la joie, on la déplace : on peut être heureux d'une victoire sans en faire la mesure de la valeur de chacun.

« Vous enlevez la compétition ! » Non, vous l'éduquez. Un enfant qui apprend à progresser entre dans la compétition avec de meilleures bases qu'un enfant qui n'a retenu que le score.

Conseils pratiques pour samedi

- Notez sur votre carnet un seul critère de jeu avant le match.
- Ne parlez pas du score pendant la première minute du bilan.
- Posez les trois questions dans le même ordre à chaque match.
- Citez un joueur dont le travail ne se voit pas dans les statistiques.
- Gardez le même bilan, quel que soit le résultat.

Faut-il vraiment ne jamais parler du résultat en U11 ?

Non. Le score existe, les enfants le connaissent. Il s'agit de ne pas en faire le point de départ ni le critère de valeur. Vous pouvez le mentionner, puis revenir à ce qui a été travaillé.

Félicitez le but ET ce qui l'a rendu possible : « Beau but, et bravo à celui qui a récupéré le ballon avant. » La chaîne compte autant que la finition.

Quel critère choisir si mon équipe est très débutante ?

Partez d'un critère simple et observable, par exemple « chercher un partenaire libre avant de tirer ». Un seul critère suffit : mieux vaut un objectif clair que cinq objectifs oubliés.

Cette méthode fonctionne-t-elle dans les autres catégories ?

Oui, avec des adaptations. En U13 et au-delà, les joueurs peuvent mener une partie de l'analyse eux-mêmes.

Conclusion : le bilan de fin de match est le dernier exercice du match

Ce que vous dites après le coup de sifflet final fait partie de la séance. Mes joueurs ont retenu mon applaudissement pour les buts, pas mes consignes de la semaine. Si vous valorisez ce qui a été travaillé, osé et construit ensemble, vous obtenez plus qu'un résultat : vous formez des joueurs qui aiment jouer ensemble.

Source: Josselin Lebreton josselinlebretoneducateur.com

04 Sécurité et bien-être

Comment les poussées de croissance affectent les joueurs de football des jeunes

> **Pour les éducateurs** Quand un joueur semble soudain maladroit ou signale une douleur au genou ou au talon après une semaine d'entraînement intense, traitez cela comme un point à surveiller et non comme une croissance normale. Des programmes structurés comme FIFA 11+ Kids sont cités pour réduire les blessures.

Auteurs : Adrian Oppong, MD et Stephen Stache, Jr., MD, FAMSSM

Les jeunes joueurs de football peuvent sembler changer du jour au lendemain. Une saison, ils paraissent coordonnés et confiants, et la suivante, ils peuvent avoir du mal avec l'équilibre, la vitesse ou de nouvelles douleurs. Pour beaucoup de jeunes athlètes, ces changements sont liés aux poussées de croissance.

Les poussées de croissance sont une partie normale de l'enfance et de l'adolescence, mais les périodes de croissance rapide peuvent temporairement affecter la performance sportive et augmenter le risque de certaines blessures. Comprendre comment la croissance affecte les jeunes athlètes peut aider les parents et les entraîneurs à reconnaître quand les changements sont normaux et quand une blessure peut nécessiter une attention particulière.

Comment les poussées de croissance affectent le corps et la performance

Une poussée de croissance est une période pendant laquelle un enfant connaît des augmentations relativement rapides de taille et de poids. Bien que la croissance se produise tout au long de l'enfance, la poussée de croissance la plus visible se produit généralement pendant la puberté. Les filles la connaissent généralement plus tôt que les garçons, mais le moment et le rythme de la croissance varient considérablement d'un individu à l'autre.

Pendant la croissance rapide, des changements dans la longueur des os, la souplesse musculaire et la tension des tendons peuvent temporairement affecter la façon dont un athlète se déplace. Ces changements peuvent être particulièrement visibles au football, où la course, les changements de direction, les sauts, les frappes et les changements d'appui imposent des exigences considérables aux membres inférieurs.

À mesure que les athlètes accèdent à des niveaux de compétition plus élevés, l'intensité et le volume de leur entraînement augmentent souvent aussi. Lorsque ces exigences coïncident avec une croissance rapide, certains athlètes présentent un risque plus élevé de blessures de surutilisation.

Les parents et les entraîneurs peuvent également remarquer des changements temporaires de coordination, d'équilibre, de vitesse ou d'agilité. À mesure que le corps grandit, les athlètes ont parfois besoin de temps pour s'adapter aux changements de leur taille et de leurs schémas de mouvement. Une raideur musculaire, particulièrement au niveau des ischio-jambiers, des quadriceps et des mollets, peut également apparaître.

Ces changements n'affectent pas tous les athlètes, et la plupart sont temporaires. Cependant, une douleur ou une baisse notable de performance ne doit pas être automatiquement écartée comme une partie normale de la croissance.

Blessures liées à la croissance fréquentes chez les jeunes joueurs de football

Plusieurs affections sont particulièrement fréquentes chez les adolescents actifs pendant les périodes de croissance rapide.

La maladie d'Osgood-Schlatter est une cause fréquente de douleur au genou chez les athlètes en croissance. Elle se développe lorsque le stress répété du tendon rotulien irrite l'os en développement juste sous la rotule. Des activités comme la course, les sauts et les frappes peuvent aggraver cette affection.

Les athlètes signalent généralement une douleur et une sensibilité juste sous la rotule, parfois accompagnées d'une bosse visible. Les symptômes s'aggravent souvent pendant ou après les entraînements et les matchs.

Maladie de Sever (apophysite calcanéenne)

La maladie de Sever est une cause fréquente de douleur au talon chez les jeunes athlètes. Semblable à la maladie d'Osgood-Schlatter, elle résulte d'un stress répété sur une zone d'os en développement, en l'occurrence à l'endroit où le tendon d'Achille s'attache au talon.

Les athlètes peuvent ressentir une douleur au talon pendant l'activité, boiter après le football, ou remarquer une gêne accrue après les tournois ou les périodes d'entraînement plus intense.

Les plaques de croissance sont des zones de cartilage en développement près des extrémités des os. Comme ces zones sont encore en développement, elles peuvent être plus vulnérables aux blessures que l'os mature, particulièrement pendant les périodes de croissance rapide.

Le stress répété comme les blessures aiguës peuvent affecter les plaques de croissance. Une douleur persistante, particulièrement lorsqu'elle est associée à un gonflement ou à une difficulté à supporter la charge, doit être évaluée par un professionnel de la santé.

Raideur musculaire et irritation des tendons

La croissance rapide peut également contribuer à des changements de souplesse musculaire et à une tension accrue autour des articulations. Chez les joueurs de football, cela peut affecter les fléchisseurs de hanche, les ischio-jambiers, les quadriceps, les mollets et les tendons d'Achille. Combinés à une activité répétitive, ces changements peuvent contribuer à une gêne et à des symptômes de surutilisation.

Prévenir les blessures et savoir quand consulter

Bien que les poussées de croissance ne puissent pas être évitées, il existe plusieurs façons pour les parents et les entraîneurs d'aider les jeunes athlètes à gérer ces changements et à réduire le risque de blessure.

Un sommeil suffisant, une bonne hydratation et une nutrition adéquate sont essentiels à la croissance normale, à la performance physique et à la récupération. Les jeunes athlètes ont besoin d'une énergie suffisante pour soutenir à la fois leur corps en développement et les exigences de l'entraînement et de la compétition.

Encouragez une préparation physique appropriée

Des échauffements dynamiques, des exercices de renforcement, du travail d'équilibre et des exercices de mobilité peuvent aider les athlètes à maintenir leur souplesse et leur contrôle du mouvement. Des programmes structurés de prévention des blessures, comme le FIFA 11+ Kids, ont également montré qu'ils réduisent les blessures chez les jeunes joueurs de football.

À mesure que les athlètes grandissent, il est important d'équilibrer les exigences de l'entraînement avec une récupération adéquate. Jouer dans plusieurs équipes, pratiquer toute l'année et participer à de fréquents tournois peuvent augmenter le stress physique. Les parents et les entraîneurs doivent porter une attention particulière aux augmentations soudaines d'activité et laisser un temps de repos approprié.

Les jeunes athlètes doivent se sentir à l'aise pour signaler une douleur, une fatigue ou un changement de performance. Signaler une douleur tôt peut empêcher une blessure mineure de devenir un problème plus important.

L'une des choses les plus importantes que les parents doivent comprendre, c'est que la douleur ne fait pas toujours partie normale de la croissance. Bien que des courbatures occasionnelles après l'activité soient courantes, une douleur persistante ou qui s'aggrave mérite une attention.

Les signes d'alerte qui doivent conduire à une évaluation médicale comprennent une douleur qui persiste malgré le repos, un gonflement, une boiterie, une difficulté à supporter le poids du corps, une douleur qui limite la participation ou des symptômes récurrents après les entraînements et les matchs. Une douleur nocturne, en particulier lorsqu'elle est persistante ou inexpliquée, doit également être évaluée.

De nombreuses pathologies de surmenage liées à la croissance peuvent être prises en charge avec succès par une modification de l'activité, une rééducation et un retour progressif au jeu. Une reconnaissance précoce et un traitement approprié peuvent aider à prévenir des symptômes prolongés et une absence inutile des terrains de football.

Aider les jeunes athlètes à rester dans le jeu

Les poussées de croissance font partie normale du développement sportif, mais elles peuvent créer des défis temporaires pour les jeunes joueurs de football. Les parents et les entraîneurs doivent reconnaître que chaque athlète se développe à un rythme différent et que des changements de performance ne sont pas toujours une raison de s'inquiéter. Cependant, une douleur persistante ne doit jamais être simplement écartée comme des douleurs de croissance. Avec un entraînement et une récupération appropriés, la plupart des jeunes athlètes peuvent continuer à jouer en toute sécurité pendant ces périodes de croissance rapide.

Source: Eastern Pennsylvania Youth Soccer · Langue d'origine : anglais epysa.org

---

05 Méthodes U5 à U13

Realistiquement, combien de temps puis-je entraîner l'équipe de mon enfant ?

> **Pour les éducateurs** En U6, gardez le plaisir et donnez à chaque enfant beaucoup de touches de balle. Essayez "tire sur le coach" : les enfants dribblent et essaient de vous toucher, et vous tombez de façon théâtrale quand vous êtes touché.

Mon fils joue en U6 loisir cette saison et j'envisage d'entraîner son équipe la saison prochaine. Je n'ai aucune expérience du football et je regarde peut-être 5 matchs professionnels par saison, mais je m'entraîne avec lui dans le jardin 4 jours par semaine et il progresse grâce à ces entraînements. Je m'invite souvent au début des entraînements et des matchs pour faire des petits jeux de football amusants avec les enfants afin de les échauffer pendant que l'entraîneur arrive et se prépare. Devrais-je tenter l'expérience d'entraîner son équipe la saison prochaine ? À quel âge quelqu'un comme moi devrait-il se retirer et laisser les entraîneurs plus expérimentés prendre le relais ?

Meilleures réponses, les plus votées en premier

- (+31) Voilà le truc : continuez à entraîner et vous deviendrez cet entraîneur plus expérimenté. Vous entraînez jusqu'à ce que vous n'ayez plus rien à enseigner (facile à éviter avec toutes les vidéos et tous les livres qui existent sur l'entraînement), ou jusqu'à ce que vous en ayez assez. Tant qu'il y a un besoin et que vous pouvez y répondre sans que cela vous enlève, à vous ou à votre enfant, le plaisir du sport, continuez à entraîner.

- (+15) S'il s'agit juste de loisir, vous pouvez simplement faire quelques recherches et les enfants, les parents et l'organisation auront de la chance de vous avoir, quel que soit l'âge.
- (+10) À cet âge, vous êtes tout à fait à la hauteur. J'ai fait la même chose, sans jamais avoir entraîné auparavant. Tout ce dont ils ont besoin, c'est de s'amuser et de toucher beaucoup le ballon. Les requins et les petits poissons, stop/go, de petits matchs... Petit conseil : une chose qu'ils adoreront, c'est « tirez sur l'entraîneur ». Ils dribblent et essaient de vous toucher avec le ballon, vous esquivez. Quand vous êtes touché, tombez de façon aussi dramatique que possible. Je vous garantis qu'ils vont rire comme des petits fous.
- (+6) Je pense qu'à partir de 13 ans et plus pour un enfant, il profite davantage d'entraîneurs sérieux et formés.
- (+5) Ce qui est particulier avec les enfants de cette tranche d'âge, c'est qu'on n'a besoin d'aucune connaissance du football pour être un excellent entraîneur. À cet âge, le jeu peut être le professeur.
- (+3) Le football loisir avec des parents entraîneurs dévoués a bien servi mes enfants jusqu'en U12. En U13, ils sont passés à des entraîneurs rémunérés. Aucun des deux enfants ne veut jouer au-delà du lycée, donc je ne suis pas vraiment un parent qui se prend la tête avec l'acronyme de la ligue dans laquelle ils jouent. Si c'est important pour quelqu'un, je pense qu'il devrait inscrire ses enfants dans des programmes d'académie avec des entraîneurs rémunérés en U10.
- (+3) Tout dépend vraiment du temps et des efforts que vous êtes prêt à consacrer à l'apprentissage du jeu et du niveau auquel votre enfant parviendra. Cela dépend aussi de votre base actuelle comme leader et comme entraîneur. Si vous êtes un bon communicateur, si vous savez déjà créer un plan à long terme, créer des plans quotidiens et hebdomadaires pour atteindre ce plan à long terme, et surtout contrôler vos émotions, vous aurez une longueur d'avance. Ce sera plus difficile si vous n'avez jamais dirigé un groupe et n'avez jamais pratiqué le football. J'ai commencé avec une bonne base de leadership, mais je ne connaissais rien au football. J'ai passé plus de 20 heures par semaine à apprendre le...
- (+2) Évidemment, il y a plein de variables, mais mon estimation à vue de nez, c'est autour de U11-U12. À ce moment-là, vous allez avoir besoin d'une aide supplémentaire (un entraîneur adjoint) ou vous assurer de monter en compétence, peut-être avec quelque chose de plus sérieux qu'une licence de base. Après, si vous jouez dans une ligue de niveau inférieur ou si c'est surtout pour créer des liens et s'amuser, alors il n'y a rien à craindre.

- (+2) S'il est en loisir, que vous vous souciez des autres joueurs et de votre communauté, et que vous ne vous énervez pas trop sur les victoires et les défaites, continuez à entraîner aussi longtemps que vous le souhaitez. Et si un jour vous avez l'impression d'avoir besoin d'en savoir plus ou d'en faire plus, il y a des moyens de gérer cela. Vous pouvez vous former grâce à des cours en ligne. Vous pouvez aller voir des équipes de niveau supérieur. Vous pouvez recruter un co-entraîneur plus connaisseur. Et si vous arrivez au point où vous n'êtes pas sûr de vouloir continuer à entraîner... rejoignez le bureau et proposez votre aide pour faire tourner les choses.
- (+2) Oui. Portez-vous volontaire pour la saison prochaine. Aidez même officiellement l'entraîneur dès maintenant chaque fois qu'il en a besoin. La plupart des entraîneurs de jeunes ont peu ou pas d'expérience de l'entraînement, à part peut-être avoir commencé avec un enfant plus âgé. Si votre ligue ou votre club finit d'une manière ou d'une autre avec trop d'entraîneurs (peu probable à cet âge), décidez alors si vous voulez vous retirer ou non. Quand l'enfant grandira, vers U10 ou plus, si vous vous sentez dépassé, décidez de ce que vous voulez faire en fonction de son niveau de jeu et des entraîneurs disponibles. Votre enfant adorera que vous soyez son entraîneur aussi.
- (+2) Je suis allé jusqu'en U14 en étant un gars de basket
- (+2) Je n'avais presque aucune expérience du football quand j'ai commencé à entraîner ma fille en U5. Je l'ai fait parce que personne d'autre ne s'était porté volontaire et je l'entraînais en grande partie comme du hockey. J'ai essentiellement continué à progresser dans les formations et les cours de licence à mesure qu'elle grandissait et je l'ai entraînée jusqu'à ses U9. Ce n'était pas parce que j'étais incapable d'entraîner plus longtemps, mais ma fille et la fille de mon adjoint étaient les deux meilleures joueuses de l'équipe et leur comportement avec nous relevait bien plus du « papa » que de l'entraîneur de football. Elles étaient bien plus concentrées avec les techniciens qu'avec ce que nous pouvions obtenir d'elles pendant les entraînements...

Source: r/youthsoccer · 58 commentaires · Langue d'origine : anglais reddit.com

CE DONT PARLENT LES ÉDUCATEURS

06 Méthodes U9 à U10

Sortie de balle en 3-2-1

> **Pour les éducateurs** Écartez les trois derrière avec le défenseur central qui redescend à côté du gardien, et gardez les deux milieux décalés plutôt que côte à côte.

Salut les coachs

Je pense à passer mon équipe de U10 au 3-2-1. Quels sont les bons schémas de relance que vous avez utilisés avec succès ? J'ai fait du 2-1-3 exclusivement pendant 3 ans maintenant, donc je connais bien la stratégie dans ce système. Mais le 3-2-1 est nouveau pour moi, alors j'essaie juste d'apprendre. Merci !

Meilleures réponses, les plus votées en premier

- (+10) Jouez en 2-3-1. Jouer en 3-2-1 vous rend la relance plus difficile, car il y a moins d'options de passes vers l'avant. De plus, votre gardien est probablement directement derrière votre défenseur central, ce qui réduit son utilité comme option de passe. Le 2-3-1 signifie que vos deux défenseurs peuvent s'écarter en possession, permettant au gardien de former une ligne de trois avec eux. Vous avez maintenant 3 milieux de terrain à qui passer (plutôt que 2). Cela vous rend aussi plus solide défensivement, car les deux défenseurs doivent jouer comme des défenseurs centraux (à l'inverse, dans une ligne de trois, le latéral gauche et le latéral droit finissent souvent par monter comme des latéraux offensifs, laissant votre seul défenseur central isolé), et votre milieu central peut...
- (+3) Voici mon traité sur le 3-2-1. https://www.reddit.com/r/youthsoccer/comments/1udgscp/the_benefits_of_the_321_formati Le point important, c'est que nous insistons sur le fait que nos latéraux sont des pistons qui montent et portent le ballon. L'autre piston pivote pour couvrir, donc fonctionnellement, c'est toujours un 2-3-1 en attaque. Nos relances étaient simples et efficaces, avec des gardiens entraînés à lire la défense. L'attaquant fixe toujours 2 défenseurs centraux le plus haut possible, en se proposant du côté où est le ballon. Nous avons des noms pour tous les schémas et le gardien peut les appeler. 1) Percée du piston. Un milieu le long de la ligne, un dans l'axe. Le piston prend l'espace. 2)...
- (+3) Le 3-2-1 va être une forme plus défensive, mais si vous avez des latéraux gauche et droit talentueux, cela peut être une formation précieuse pour apprendre aux ailiers et aussi enseigner aux enfants l'importance du centre du terrain. Face à un 2-3-1, vos milieux centraux seront en 2 contre 1 face au milieu central du 2-3-1. Assurez-vous simplement que le latéral droit et le latéral gauche montent pour aider la progression.
- (+2) Un avantage du 3-2-1 est que le latéral gauche et le latéral droit ont plus de liberté pour être créatifs avec et sans le ballon que les défenseurs centraux dans un 2-3-1 pendant la relance et tout au long du match, grâce aux fréquentes occasions de 2 contre 1. Par exemple, quand le latéral gauche reçoit le ballon du gardien, il peut exécuter un une-deux avec le milieu central gauche pour avancer sur l'aile. Une autre option est d'envoyer une passe le long de la ligne pour le milieu central gauche pendant que le latéral gauche pivote pour remplacer le milieu central gauche dans l'axe, montant de là pour soutenir l'attaque. Le latéral gauche peut aussi simplement dribbler sur l'aile si on lui laisse l'espace. Ce ne sont que quelques-unes des choses qu'il peut faire en...

- (+2) Honnêtement, je pense que c'est un bon changement. Vous encaisserez moins de buts et la relance deviendra bien plus facile. La principale différence avec le 2-1-3, c'est que vous avez moins de joueurs devant, donc les latéraux doivent monter une fois que vous avez passé leur première ligne. Quelques choses qui devraient fonctionner avec ce changement : 1. Écartez vraiment la ligne de trois, avec le joueur du milieu qui descend à côté du gardien. Cela donne des passes faciles au gardien. 2. Ne laissez pas les 2 milieux se placer côte à côte. L'un descend pour recevoir le ballon, l'autre reste plus haut. 3. Si un côté est encombré, repassez le ballon au défenseur central et changez de côté. Les enfants assimilent cela vite. 4....
- (+2) Votre équipe est-elle toutefois assez bonne pour pouvoir passer le ballon au gardien ? Si oui, envisagez un 2-3-1.
- (+2) Je préfère la formation 3-2-1 si vos joueurs ou votre équipe sont « en difficulté » ou n'ont pas une bonne qualité globale. Pour la relance, mon approche a été défenseur central vers latéral droit ou latéral gauche, selon le côté d'où le gardien dégage. Le latéral gauche ou le latéral droit qui reçoit le ballon doit rester large, en dehors de la surface, à quelques pas de la ligne de touche. Cela leur donne de la largeur pour recevoir le ballon. L'option 2 est défenseur central vers milieu, si vous avez un milieu à l'aise avec le ballon. À l'entraînement, je placerais des cônes pour montrer à chaque joueur où il doit se trouver au coup d'envoi. Si vous avez un défenseur central qui frappe fort, il peut aussi passer au-dessus du pressing...
- (+2) Génial. Je compare juste les stratégies de coup de pied de but. J'enseigne généralement à mes défenseurs centraux à jouer serré pour avoir le temps d'évaluer et de faire une passe. Cependant, dans un 3-2-1, je suppose que les défenseurs doivent jouer plus large. Je réfléchis donc aux meilleurs schémas pour qu'ils ne soient pas pressés si vite qu'ils perdent immédiatement le ballon.
- (+1) J'exploiterais davantage la ligne de relance. Gardez vos défenseurs extérieurs en retrait, même à hauteur du gardien, ainsi ils ont plus de temps pour prendre une décision sur le jeu. Si vous les placez plus près de la ligne de relance, une équipe agressive avec un bon pressing haut soit leur retirera leurs options, soit prendra simplement le ballon. Même dans ce cas, ils auront très probablement deux touches, passe comprise. Placez vos deux milieux de terrain sur la ligne de relance, à environ un tiers du terrain de chaque côté. Quel que soit le côté où va votre ballon, ce milieu se dirige vers la zone de la ligne de touche pour recevoir la passe. Généralement, le joueur...

- (+1) Bon choix. Je dois faire quelques suppositions sur votre façon de jouer, alors partons sur ceci : les deux milieux jouent dans l'axe, et les latéraux attaquent si le ballon est de leur côté du terrain, et reviennent quand ce n'est pas le cas. La relance ressemble assez à ce que vous faites déjà. Vos latéraux vont s'écarter, comme le faisaient vos défenseurs centraux. Le défenseur central peut soit rester court, soit monter sur le terrain de la même manière que votre milieu le faisait. Cherchez vos latéraux pour dribbler, ou combinez avec un milieu central pour un une-deux. Votre seul attaquant peut prendre des tirs opportunistes, mais je chercherais plutôt quelqu'un qui peut conserver le ballon...
- (+1) OP pourquoi changez-vous ? Je pense que le 2-3-1 est le meilleur pour le développement. Les défenseurs et les ailiers font approximativement ce qu'ils feront plus tard sur un plus grand terrain. (Voir Coach Rory pour une explication plus détaillée) De plus, c'est plus facile en U10 pour deux défenseurs (plutôt que 3) de se coordonner pour monter, rester resserrés, presser et couvrir
- (+1) Oui. Je pense que c'est plutôt une expérimentation. Mon équipe a été placée dans la division la plus haute cette année et nous nous faisons démolir à chaque match. Quelques-uns de mes garçons ne se sont tout simplement pas assez développés pour jouer à ce niveau, donc franchement je cherche des moyens de limiter les dégâts. Cependant, la plupart de mon équipe est très compétente en défense. Donc je pense passer à une organisation plus défensive où j'aurais au moins deux défenseurs en retrait même quand l'un des défenseurs monte pour attaquer. Je peux laisser certains de mes joueurs plus faibles au milieu puisque franchement ils ne revenaient jamais aider en défense dans un 2-3-1. Je veux juste essayer pour voir...

Source: r/SoccerCoachResources · 21 commentaires · Langue d'origine : anglais reddit.com

SUR LE TERRAIN

07 Méthodes

Directement d'un entraîneur qui a formé de nombreux joueurs de la J.League ! Un entraînement pour apprendre les secrets du contrôle, de la frappe et de la conduite du ballon qui multiplient vos options en match

Pour les éducateurs Les trois points de contrôle vous donnent des repères simples à annoncer dans votre propre rondo : placez le premier contrôle là où vous pouvez passer des deux côtés, conduisez vers l'extérieur si le défenseur est proche et jouez en une touche si vous le pouvez.

M. Mori a connu un titre national au lycée municipal de Tokushima lors de l'Inter-High et de la Coupe du Prince Takamado, puis est passé par l'université Keio avant de jouer au Kawasaki Frontale.

Après sa retraite, il a participé au lancement de l'académie de ce club, puis est passé par le Kawasaki Frontale, l'équipe première du Nagoya Grampus et le Tokyo United FC ; il est aujourd'hui entraîneur du Nankatsu SC U-15.

Comment faire s'exprimer, face à un adversaire, le « contrôler, passer, porter, se tourner vers l'avant, sa propre position » acquis dans la première partie ?

Dans cette seconde partie, on travaille le contrôle du ballon suivi d'un déplacement vers l'avant, puis un jeu de conservation à 3 contre 1. (Texte : Tomoyuki Suzuki)

Sa propre position est aussi « une position d'où l'on peut porter le ballon »

Le premier exercice de cette seconde partie est un « jeu du loup ». Le joueur reçoit une passe venue de l'arrière en diagonale, se tourne vers l'avant, observe les déplacements du loup, porte le ballon en dribble et vise le but.

La règle veut que le loup puisse partir à l'instant où le receveur touche le ballon ; si le joueur porte le ballon dans la zone carrée avant d'être touché, il marque un point.

Le coach Mori explique ainsi l'objectif de l'entraînement.

« Contrôler le ballon ne sert pas seulement à passer, mais aussi à porter le ballon. Sa propre position, c'est une position d'où l'on peut passer, et aussi une position d'où l'on peut porter le ballon. Si l'on exécute correctement toutes les techniques, on ne devrait pas se faire attraper par le loup. »

Pendant l'entraînement, il a arrêté le jeu pour parler à un joueur qui n'avait pas réussi à contrôler le ballon et l'avait laissé bouger.

« Quand le ballon glisse, le loup peut venir de cette direction et te toucher. Si tu contrôles bien le ballon au centre, tu peux réagir quel que soit le côté d'où vient le loup. »

Le coach Mori a ensuite fait une démonstration de la manière de dribbler.

« Une fois que tu es dans une position d'où tu peux partir des deux côtés, ne laisse pas le ballon s'éloigner de ton corps. Essaie de franchir l'adversaire comme si tu tenais le ballon à la main. »

Sa façon d'enseigner en montrant l'exemple est à coup sûr une source d'inspiration.

Relier « contrôler, passer, porter » dans un 3 contre 1

Vient ensuite un jeu de conservation à 3 contre 1 dans un carré. La contrainte est de deux touches maximum, et le joueur qui perd le ballon entre au centre. L'objectif est de 12 passes ; une fois atteint, on monte à 15, puis à 18.

« Les techniques travaillées jusqu'ici, contrôler, passer, porter, et recevoir, sont importantes. Si on les exécute correctement, le ballon se met à circuler. »

Tout en montrant le lien avec l'entraînement précédent, le coach Mori a organisé trois critères de décision.

- Si l'on contrôle le ballon, le placer dans une position d'où l'on peut passer des deux côtés
- Si le défenseur est proche, porter soi-même le ballon pour sortir
- Si l'on peut le passer sans porter le ballon, le donner en une touche

Il a demandé aux joueurs extérieurs qui n'ont pas le ballon de créer des lignes de passe sans se superposer au défenseur adverse.

Penser dès la première touche, sans paniquer et avec précision

Cependant, à trop se concentrer sur le contrôle du ballon, on laisse à l'adversaire le temps de venir presser. Les joueurs voyaient se multiplier les passes décalées parce que l'adversaire était proche, ou les ballons touchés contre l'adversaire.

« Il suffit de déplacer le ballon avant que l'adversaire ne vienne. Essayez de penser dès la première touche. Ce n'est pas obligatoirement en une touche, mais le simple fait d'y penser facilite le déplacement du ballon et réduit le risque de le perdre contre l'adversaire. »

Sur la fin, quand les erreurs se sont enchaînées dans la panique, il a rassemblé les joueurs et expliqué les raisons en faisant une démonstration.

« La raison de la panique, c'est que le ballon ne s'arrête pas, et que les lignes de passe disparaissent. C'est justement pourquoi il faut exécuter chaque action avec précision. »

L'entraînement s'achève ainsi.

Pour finir, le coach Mori a conseillé aux lecteurs de COACH UNITED ACADEMY : « Quel que soit l'entraînement, ce qui compte, ce n'est pas seulement la mise en place, mais ce que l'on recherche et ce que l'on veut que les joueurs acquièrent. Pour cela, la manière d'intervenir, démonstration comprise, est importante, je crois. »

« Je serais heureux que vous abordiez votre travail quotidien d'entraîneur en prenant plaisir aux changements et à l'évolution des enfants », a-t-il conclu.

Un entraînement pour contrôler et passer, afin de multiplier les options de jeu en match.

Comme il est facile à adopter, il devrait pouvoir se pratiquer quel que soit l'âge.

【Intervenant】Kazuya Mori / Il a joué au lycée municipal de Tokushima, à l'université Keio et au Kawasaki Frontale, et a connu un titre national au lycée lors de l'Inter-High et de la Coupe du Prince Takamado. Après sa retraite, il a participé au lancement de l'académie du Kawasaki Frontale, où il a commencé sa carrière d'entraîneur. Il s'est principalement occupé des équipes de jeunes et a encadré des joueurs de J.League et des internationaux japonais encore en activité aujourd'hui. Après le Kawasaki Frontale, l'équipe première du Nagoya Grampus et le Tokyo United, il est aujourd'hui entraîneur du Nankatsu SC U-15 et dirige aussi le MORI FOOTBALL ACADEMY.

Source: サカイク · Langue d'origine : japonais sakaiku.jp

---

08 Méthodes U6 à U9

Ouverture de la formation de formateurs de football de proximité, Programme Magic Moves 2026

> **Pour les éducateurs** Si vous travaillez avec des filles de cet âge, la planification de la journée de festival et l'accent mis sur le plaisir plutôt que sur les résultats sont les éléments que vous pouvez reprendre pour vos propres séances.

Le matin du 23 octobre, à Cần Thơ, la Fédération vietnamienne de football (FVF), en collaboration avec la Fédération de football de Cần Thơ et les unités concernées, a organisé la cérémonie d'ouverture de la formation d'animateurs de football communautaire du Programme de développement du football destiné aux filles de 6 à 9 ans pour l'année 2026, Magic Moves (Những bước chân nhiệm màu), soutenu par l'UEFA et l'AFC.

À la cérémonie d'ouverture étaient présents M. Đỗ Minh Trưởng, président de la Fédération de football de Cần Thơ ; M. Nguyễn Hoàng Chương, représentant du Service de l'éducation et de la formation de la ville de Cần Thơ ; des représentants du Centre d'entraînement et de compétition sportive de la ville de Cần Thơ. Pour la FVF, était présent M. Lưu Quang Điện Biên, chef du département du football de masse, de la formation et des organisations membres. Les formateurs de la session sont l'ancienne internationale vietnamienne Đỗ Thị Ngọc Châm et M. Huỳnh Việt Nam. La formation réunit 32 stagiaires issus des écoles primaires et des collèges de la ville de Cần Thơ.

S'exprimant à la cérémonie d'ouverture, M. Đỗ Minh Trưởng, président de la Fédération de football de Cần Thơ, a exprimé sa reconnaissance de voir la localité continuer à participer à des programmes de développement du football communautaire, après le projet de football communautaire soutenu par la Norvège. M. Đỗ Minh Trưởng a salué le choix de la FVF de faire de Cần Thơ la première localité à déployer la formation d'animateurs de football communautaire du Projet de développement du football féminin pour la période 2024-2027, et a exprimé l'espoir que les stagiaires sauront appliquer efficacement les connaissances acquises pour créer, avec les jeunes filles, des pas magiques et contribuer ainsi au développement du football féminin à l'avenir.

Au nom de la FVF, M. Lưu Quang Điện Biên a remercié la Fédération de football de Cần Thơ d'avoir collaboré à l'organisation de la formation, contribuant ainsi à la mise en œuvre du programme et au développement du mouvement de football féminin pour les enfants dans la localité.

M. Lưu Quang Điện Biên a indiqué que, dans le souhait d'offrir davantage d'occasions aux filles de 6 à 9 ans de découvrir et de vivre le football dès leurs premières années, la FVF a lancé le programme de développement du football féminin à partir de 2024 avec le soutien de l'UEFA et de l'AFC. Le 15 octobre dernier, la FVF a organisé la cérémonie de lancement du programme avec le message « Magic Moves, Những bước chân nhiệm màu », qui illustre l'effort visant à rapprocher le football des jeunes filles et à poser les bases d'un développement durable du football féminin vietnamien.

Selon M. Lưu Quang Điện Biên, le programme ne met pas l'accent sur les résultats en compétition mais vise à éveiller le goût du football, à offrir aux enfants des expériences joyeuses et positives, tout en développant progressivement leurs habiletés motrices et les compétences footballistiques de base. Après la formation, les stagiaires retourneront dans leurs écoles et leurs localités pour encadrer directement et organiser des activités d'entraînement pour les jeunes filles.

« J'espère que chaque stagiaire deviendra un acteur positif, contribuant à diffuser l'esprit de “Magic Moves, Những bước chân nhiệm màu” et à faire découvrir le football à un nombre croissant de jeunes filles dans tout le pays », a souligné M. Lưu Quang Điện Biên.

S'exprimant lors de la cérémonie, l'ancienne internationale vietnamienne Đỗ Thị Ngọc Châm, formatrice de la session, a indiqué que le programme vise à créer un espace de jeu utile et sain pour que les jeunes filles découvrent tôt le football, renforcent leur condition physique et développent leurs compétences de vie, contribuant ainsi à détecter et à former de jeunes talents pour le football national.

Forte de près de 20 ans de carrière de joueuse et de 10 ans d'activités de football communautaire, Đỗ Thị Ngọc Châm a exprimé le souhait de partager les connaissances et l'expérience accumulées avec les stagiaires, afin d'aider les enseignants à déployer avec confiance des activités de football communautaire à la base, à éveiller la passion et à diffuser les valeurs positives du football auprès des jeunes filles.

Au nom des stagiaires, le délégué de classe Lê Nguyễn Hải Đăng a remercié le projet et la FVF pour leur intérêt et pour avoir permis aux stagiaires d'acquérir des connaissances et des compétences supplémentaires au service de l'enseignement et du développement du football féminin à Cần Thơ. Les stagiaires se sont engagés à suivre la formation avec assiduité et à assimiler les connaissances afin de les appliquer efficacement sur le terrain une fois la formation terminée.

La formation se déroule sur 3 jours, jusqu'au 25 octobre, à Cần Thơ. Les stagiaires seront formés aux principes de l'encadrement en football communautaire, aux principes SMILES, à la méthode STEPS, et participeront à des sessions de discussion sur les obstacles à la participation des filles au football, à la préparation de plans de séance pour les journées de football, à la répartition des responsabilités et des tâches pour ces journées, etc. À l'issue de la formation, les stagiaires recevront de la FVF un certificat attestant l'achèvement du programme.

Source: VFF · Langue d'origine : vietnamien vff.org.vn

---

09 Sécurité et bien-être

Qui figure dans la base de données SafeSport ? Un sport plus sûr commence par la sensibilisation

> **Pour les éducateurs** Avant d'accueillir un nouvel entraîneur, un bénévole ou un club, une recherche rapide par nom ajoute une vérification de plus aux contrôles d'antécédents et de casier judiciaire.

Qui figure dans la base de données SafeSport ?

Comment la base de données SafeSport aide à protéger les athlètes

Avant de choisir une ligue de sport pour les jeunes ou d'engager un entraîneur, faites de la consultation de la base de données SafeSport une étape de votre routine de sécurité des athlètes.

Qu'est-ce que la base de données disciplinaire de SafeSport ?

La base de données SafeSport est une liste nationale d'adultes actuellement restreints ou interdits de participation au sport olympique et paralympique américain pour maltraitance ou mauvaise conduite. La base de données SafeSport est aussi appelée base de données disciplinaire centralisée ou CDD.

La base de données SafeSport est :

- Mise à jour en temps réel. La base de données comprend chaque adulte actuellement soumis à certaines restrictions ou sanctions. Cela signifie qu'elle change constamment, de nouvelles personnes étant ajoutées et d'autres retirées.
- Facile à consulter. Recherchez des personnes par nom, sport, ville ou État.
- Gratuite et accessible à tous. La base de données est accessible à toute personne.

De la compétition d'élite aux terrains de jeu de base, la base de données de SafeSport a été créée pour accroître la transparence et la sensibilisation concernant les personnes actuellement exclues du sport.

En consultant la base de données, vous apprendrez l'existence d'adultes de votre communauté qui sont soit sous restrictions temporaires dans l'attente d'une enquête de SafeSport, soit qui ont été sanctionnés pour avoir enfreint les règles énoncées dans le Code SafeSport.

Que vous soyez un parent, un administrateur sportif, un athlète, un programme destiné aux jeunes ou toute autre personne concernée par la sécurité, vous pouvez consulter la base de données pour savoir si une personne que vous connaissez a été restreinte par SafeSport.

Pour utiliser la base de données SafeSport, effectuez une recherche par nom, sport, ville ou État dans la barre de recherche en haut. Vous pouvez également trier par date ou appliquer des filtres.

Consultez la base de données avant :

- D'inscrire votre enfant à un sport ou à une autre organisation destinée aux jeunes
- D'engager un entraîneur ou un membre du personnel
- De choisir un centre d'entraînement, une ligue ou un club
- D'accueillir un bénévole

La consultation de la base de données peut susciter de nombreuses émotions.

Lancez une recherche : pour la sécurité dans le sport et au-delà

Même si votre sport, votre ligue, votre équipe ou votre organisation n'est pas affilié au mouvement olympique et paralympique américain, nous vous encourageons à utiliser la base de données SafeSport, en complément d'autres vérifications de sécurité, comme les contrôles des antécédents et les vérifications du casier judiciaire, pour aider à protéger votre communauté.

Si vous remarquez qu'une personne inscrite dans la base de données SafeSport participe à un sport ou si vous avez des raisons de croire qu'elle enfreint une restriction, faites un signalement. Ensemble, nous pouvons faire de la sensibilisation une priorité pour rendre le sport plus sûr pour tous.

Source: U.S. Center for SafeSport · Langue d'origine : anglais uscenterforsafesport.org

RECHERCHE ET DONNÉES

10 Recherche

La formation des joueurs dans le football brésilien : entre vulnérabilités sociales, lacunes éducatives et défis structurels

> **Pour les éducateurs** À lire avant votre prochaine réunion de centre de formation : l'étude demande si votre club traite l'école et le football comme des exigences concurrentes ou comme un seul plan de développement.

Le football brésilien s'est historiquement imposé comme une référence mondiale dans la production de talents, notamment par la qualité technique de ses athlètes. Toutefois, les transformations du football contemporain ont considérablement élargi les exigences liées à la formation. Outre les composantes techniques et physiques, le jeu exige de plus en plus d'intelligence tactique, de capacité de lecture, de prise de décision, de discipline, d'autonomie et de compétences cognitives, émotionnelles et sociales.

Ces aspects liés au comportement de l'athlète sur le terrain sont également associés à son processus de développement en dehors de celui-ci. En ce sens, une perspective de formation intégrale est défendue, comprise comme le développement du jeune non seulement dans ses capacités techniques et physiques, mais aussi dans ses dimensions cognitives, émotionnelles, sociales et éducatives.

La mise en œuvre de cette perspective rencontre encore d'importants obstacles dans le contexte brésilien. Le modèle de formation reste traversé par des conceptions historiquement consolidées qui, bien que naturalisées dans le quotidien du football, doivent être questionnées face aux transformations contemporaines du sport.

Dans ce contexte, trois perspectives récurrentes sont discutées comme problématiques : l'association entre vulnérabilité sociale et plus grande prédisposition au succès sportif ; la conception de l'éducation formelle comme plan secondaire dans la trajectoire de l'athlète ; et la valorisation des résultats immédiats dans les catégories de jeunes au détriment des processus de formation à long terme.

1. La vulnérabilité sociale comme supposé avantage pour le succès

Une idée historiquement présente dans l'imaginaire du football brésilien associe la pauvreté, la difficulté économique et la vulnérabilité sociale à une plus grande motivation pour atteindre le succès sportif. Dans cette perspective, l'athlète issu de contextes plus vulnérables posséderait une plus grande « faim de vaincre », tandis que les jeunes venus de familles aux meilleures conditions socioéconomiques auraient moins de disposition à affronter les difficultés inhérentes à la formation.

Cette interprétation déplace des conditions sociales structurelles (comme les inégalités, la pauvreté et l'absence de droits) vers le cœur de caractéristiques individuelles liées à la motivation, à la détermination et à la capacité sportive.

Il y a, dans cette conception, une première contradiction : des conditions comme une bonne éducation, une structure familiale, une alimentation adéquate, un logement et des perspectives professionnelles au-delà du football correspondent à des droits qui devraient être garantis à tous les enfants et adolescents. La vulnérabilité ne devrait donc pas être comprise comme un attribut positif ou une condition nécessaire à la production de grands athlètes.

L'association entre pauvreté et succès sportif produit également une seconde fragilité. Lorsque la principale motivation construite pendant le processus de formation est la transformation de la réalité financière familiale, le succès professionnel lui-même peut retirer à l'athlète ce qui fonctionnait comme principal élément motivateur.

En atteignant la professionnalisation et en améliorant les conditions socioéconomiques de sa famille, le jeune a besoin de nouveaux objectifs capables d'orienter sa trajectoire. Si des dimensions comme l'éducation, l'autonomie, le projet de vie, la gestion de carrière et le développement émotionnel ont été négligées, l'athlète peut rencontrer des difficultés à donner un nouveau sens à ses objectifs et à soutenir une carrière de haut niveau.

La responsabilité déposée sur les enfants et les adolescents mérite également attention. Dans de nombreuses familles, l'attente de professionnalisation réorganise des projets familiaux entiers, avec des changements de ville, des abandons d'emplois et une concentration des ressources sur la trajectoire sportive du jeune. L'athlète en vient ainsi à porter précocement la responsabilité de transformer les conditions économiques de sa famille.

Le football possède un potentiel indéniable de mobilité sociale, en particulier dans les communautés et les territoires vulnérables. Le problème surgit lorsque la vulnérabilité cesse d'être une condition qui doit être affrontée et commence à être interprétée comme un avantage compétitif ou un carburant nécessaire à la formation.

2. L'éducation comme « plan B »

Une autre perspective récurrente consiste à comprendre l'éducation formelle comme une alternative en cas d'échec de la carrière sportive. Dans cette logique, étudier serait important principalement parce que la majorité des jeunes des catégories de jeunes n'atteindront pas le football professionnel.

Bien qu'elle semble valoriser l'éducation, cette compréhension la positionne de manière secondaire dans le processus de formation.

La relation entre l'école et le football

Au quotidien des catégories de jeunes, la relation entre l'école et le football est souvent marquée par des conflits. Les entraînements, les matchs et les déplacements rivalisent avec les horaires scolaires, tandis que les compétitions organisées en semaine peuvent provoquer plusieurs jours consécutifs d'absence. L'expansion de l'enseignement secondaire à temps plein ajoute de nouveaux défis à la conciliation entre formation sportive et formation scolaire.

En outre, le talent sportif peut produire différents niveaux de tolérance institutionnelle à l'égard des résultats scolaires. Plus l'attente sportive placée sur un athlète donné est élevée, plus la tendance à relativiser ses difficultés éducatives peut être forte.

Cependant, les lacunes de la formation scolaire n'affectent pas seulement ceux qui quitteront le football.

Le football contemporain est devenu progressivement plus complexe. Le développement tactique exige la capacité d'interpréter les espaces, de comprendre les fonctions, d'anticiper les comportements et de prendre des décisions rapidement. En dehors du terrain, l'athlète doit gérer l'alimentation, le sommeil, les contrats, les ressources financières, la communication, les réseaux sociaux, la planification de carrière et, dans de nombreux cas, l'adaptation à d'autres cultures et à d'autres langues.

L'excellence technique isolée ne garantit plus la capacité de répondre à toutes ces exigences.

En ce sens, l'éducation et la formation sportive ne devraient pas être comprises comme des trajectoires concurrentes. L'éducation ne constitue pas seulement une préparation à une éventuelle carrière en dehors du football, mais une dimension pertinente pour le développement même de l'athlète de haut niveau.

Des expériences internationales démontrent différentes possibilités d'intégration. L'Allemagne, l'Espagne et la France ont développé des modèles qui, bien que distincts, articulent à différents niveaux la formation sportive, l'éducation formelle, le développement cognitif et l'accompagnement psychosocial. En Allemagne, par exemple, la refonte réalisée après les résultats insatisfaisants du début des années 2000 a impliqué des centres régionaux de développement et des écoles de football d'élite intégrées à la formation éducative.

Il ne s'agit pas de reproduire des modèles étrangers de manière non critique. La culture footballistique brésilienne possède des caractéristiques propres et historiquement pertinentes, comme la créativité, l'improvisation et la qualité technique. Cependant, préserver cette identité ne signifie pas rester attaché à des processus qui ne répondent plus pleinement aux exigences du football contemporain.

3. Le résultat immédiat comme mesure du succès de la formation

La troisième perspective problématique concerne la valorisation excessive des résultats compétitifs dans les catégories de jeunes.

La compétition constitue une partie importante de la formation sportive. Le problème survient lorsque gagner des championnats oriente des décisions qui devraient prioriser le développement des athlètes à moyen et long terme.

Dans ce contexte, les catégories de jeunes finissent par reproduire certaines des pressions caractéristiques du football professionnel sans nécessairement disposer de la même structure de soutien. La nécessité de résultats immédiats favorise les remplacements constants d'athlètes, les libérations, les recrutements de joueurs considérés comme plus prêts et la réduction du temps disponible pour l'adaptation et le développement.

Comme il n'existe pas de périodes spécifiques pour l'admission et la libération des athlètes dans les catégories de jeunes, des changements peuvent survenir à différents moments de la saison. Pour les enfants et les adolescents, ces décisions peuvent signifier le retour dans la ville d'origine, un nouveau déménagement, des interruptions scolaires, la rupture de liens et l'entrée ultérieure dans un autre club.

Ainsi, des processus institutionnels apparemment simples peuvent produire des impacts significatifs sur la trajectoire des jeunes.

La logique du résultat interfère également dans les transitions entre catégories, surtout dans les étapes proches du football professionnel. Au lieu de respecter les processus individuels de maturation et d'adaptation, les clubs peuvent opter pour des athlètes plus préparés à répondre immédiatement aux nécessités compétitives.

Cependant, établir des processus capables de préparer les joueurs à atteindre le football professionnel dans les meilleures conditions possibles devrait constituer l'objectif principal des catégories de jeunes. Dans cette perspective, la quantité et la qualité des athlètes développés, leur capacité d'adaptation au haut niveau et la durabilité de leurs trajectoires sont des indicateurs au moins aussi pertinents que la conquête de compétitions pendant le processus de formation.

La transition vers le professionnalisme exige également une attention particulière. Le succès peut produire des changements abrupts dans la vie d'un jeune : augmentation significative des revenus, exposition publique, croissance sur les réseaux sociaux, sollicitations de différents agents et nouvelles responsabilités. Un athlète qui n'a pas développé suffisamment de ressources émotionnelles, sociales, éducatives et comportementales peut rencontrer des difficultés précisément au moment où il atteint ce pour quoi il a été sportivement préparé.

Les trois perspectives analysées convergent vers une même question : le modèle brésilien présente encore des difficultés pour comprendre la formation sportive comme un processus multidimensionnel et de long terme.

La formation intégrale suppose d'offrir les conditions pour que les enfants, les adolescents et les jeunes développent leurs capacités sportives sans négliger les dimensions éducatives, sociales, émotionnelles et familiales. Cela exige des structures adéquates de logement et d'alimentation, un suivi scolaire, un accompagnement médical, psychologique et social, une éducation financière et citoyenne, une planification de carrière et le renforcement des liens familiaux.

Cela exige aussi des équipes pluriprofessionnelles intégrées au quotidien des catégories de jeunes. Les assistants sociaux, les psychologues et les pédagogues ne doivent pas intervenir exclusivement dans la résolution de situations d'urgence de nature comportementale, disciplinaire ou sociofamiliale. Leur participation doit atteindre la planification et les décisions stratégiques liées au processus de formation.

En février 2026, la Confédération brésilienne de football a institué, par l'arrêté PRE nº 02/2026, un groupe de travail destiné à évaluer et à proposer des améliorations du modèle de formation des catégories de jeunes. Parmi ses objectifs figurent la réorganisation des calendriers et des tranches d'âge, l'intégration entre développement sportif et éducation, la définition de critères minimaux d'infrastructure et de qualification et la construction de mécanismes de suivi et de protection des athlètes.

L'initiative démontre que la nécessité de réviser le modèle a déjà atteint l'agenda institutionnel du football brésilien. Toutefois, des changements effectifs exigent une participation qualifiée des différents domaines liés à la formation intégrale et la capacité de dépasser une perspective centrée de manière prédominante sur les dimensions sportive et compétitive.

En ce sens, des initiatives locales peuvent aussi indiquer des possibilités. Dans l'État du Ceará, une articulation entre le Ceará Sporting Club et le Secrétariat de l'éducation de l'État est en cours de développement pour la reconnaissance de la formation en football comme formation technique et professionnelle dans le cadre de l'enseignement secondaire. La proposition vise à rapprocher la formation sportive du volume horaire scolaire, en facilitant la compatibilité avec l'enseignement à temps plein et en élargissant les responsabilités formatives des clubs.

La construction d'alternatives de cette nature renforce la nécessité de comprendre l'école et le football non comme des institutions concurrentes, mais comme des espaces qui peuvent partager des responsabilités dans la formation des jeunes.

Le football brésilien reste capable de produire des athlètes de grande qualité technique. Toutefois, les transformations contemporaines du sport démontrent que le talent technique, isolément, ne répond pas à toutes les exigences du haut niveau.

Repenser la formation exige de rompre avec des perspectives historiquement naturalisées. La vulnérabilité sociale ne doit pas être utilisée comme carburant motivationnel ; l'éducation ne peut pas être réduite à la condition d'alternative pour ceux qui n'atteindront pas la professionnalisation ; et les résultats compétitifs des catégories de jeunes ne doivent pas se superposer aux processus de développement de long terme.

La formation intégrale requiert l'articulation entre développement technique, tactique, cognitif, éducatif, émotionnel et social. Cela implique d'élargir la responsabilité des clubs, de renforcer l'intégration avec les familles et les institutions d'enseignement et d'insérer des professionnels des domaines psychosocial et éducatif non seulement dans le traitement des demandes d'urgence, mais aussi dans la dimension stratégique de la formation.

Les autorités publiques et les entités régulatrices ont également une responsabilité dans ce processus. Au-delà d'établir des normes, il est nécessaire de construire des mécanismes permanents de suivi et de contrôle qui assurent des conditions adéquates d'éducation, de protection psychosociale et de développement humain.

Le défi ne consiste donc pas à abandonner des caractéristiques historiquement associées au football brésilien, mais à créer les conditions pour que créativité, habileté et talent puissent se développer dans un modèle compatible avec les exigences du sport contemporain.

La formation des athlètes doit être comprise comme un investissement structurel et de long terme. Plus que de préparer des joueurs à gagner des compétitions dans les catégories de jeunes, il est nécessaire de former des sujets capables d'arriver dans le football professionnel dans de meilleures conditions pour soutenir leurs carrières et, également, d'offrir des conditions de développement à ceux qui suivront d'autres voies.

Surmonter ces fragilités exige de reconnaître que le développement du football brésilien et le développement humain de ses athlètes ne constituent pas des objectifs concurrents. Ils font partie d'un même processus de formation.

Fernando Martillis, assistant social au Ceará Sporting Club. Master en service social (UECE). Titulaire d'un diplôme de troisième cycle en didactique de l'enseignement supérieur et en jeunesse dans le monde contemporain. Diplômé en service social de l'UECE. LinkedIn : https://www.linkedin.com/in/fernandomartilis/

Source: Universidade do Futebol · Langue d'origine : portugais universidadedofutebol.com.br

11 Recherche

Entraîner des sportifs du football des jeunes présentant des difficultés liées à l'attention : une revue de portée de la littérature sur 25 ans

Pour les éducateurs Si un joueur de votre groupe a du mal à maintenir son attention, les routines et les consignes claires en plusieurs étapes présentées ici valent la peine d'être essayées lors de votre prochaine séance.

Cette revue de portée examine l'étendue, la nature et les principaux résultats de la littérature consacrée à l'entraînement des jeunes athlètes présentant des difficultés liées à l'attention, y compris le trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité. Guidée par le cadre méthodologique d'Arksey et O'Malley, les recherches dans les bases de données SPORTDiscus, PsycInfo et Web of Science ont permis d'identifier 13 articles pertinents évalués par les pairs, publiés entre 2001 et 2025. Les résultats indiquent que la recherche dans ce domaine reste limitée et fragmentée, avec une prédominance de la littérature pratique ou appliquée et de petits groupes d'auteurs contributeurs. D'une étude à l'autre, les difficultés liées à l'attention sont décrites au moyen d'une terminologie variée et souvent large (par exemple, le trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité et les handicaps invisibles), ce qui complique la transposition des résultats dans la pratique. L'analyse thématique a fait ressortir cinq catégories de stratégies d'entraînement : l'organisation environnementale et structurelle, le soutien et le renforcement comportementaux, la communication et la clarté, la représentation et la différenciation pédagogiques, ainsi que la planification stratégique et la pédagogie. Les stratégies courantes comprenaient le recours à des routines prévisibles, le renforcement positif, une communication simple et claire et un enseignement multimodal. Bon nombre de ces stratégies s'alignent sur les principes de la conception universelle de l'apprentissage, ce qui suggère un cadre pédagogique transférable pour un entraînement inclusif. Dans l'ensemble, les résultats soulignent la nécessité de davantage de recherches empiriques propres à chaque sport et d'initiatives de formation des entraîneurs afin de mieux soutenir les jeunes athlètes présentant des difficultés liées à l'attention.

Source: International Sport Coaching Journal · Langue d'origine : anglais journals.humankinetics.com

HOBBIT WEEKLY

Ce que vous lisez, à votre prochaine séance.

Dites à Hobbit l'âge de votre équipe et ce que vous voulez travailler cette semaine : il écrit une séance complète à partir d'une phrase, avec un schéma pour chaque exercice.

Scannez pour l'édition web
et tous les numéros

Traductions réalisées par une IA ; chaque article renvoie à son original