



CONTINUUM DES COMPÉTENCES DU JOUEUR / DE LA JOUEUSE

DE U6 À U13



TECHNIQUE



COMPORTEMENT



MOTRICITÉ

Accompagner le développement progressif du joueur et de la joueuse à travers les compétences essentielles du football d'animation.

TECHNIQUE	U6 – U7	U8 – U9	U10 – U11	U12 – U13
	Conduire le ballon en changeant de direction	Réussir des enchaînements simples à partir d'un contrôle	Réussir des enchaînements techniques divers	Réussir des enchaînements après une maîtrise aérienne du ballon
	Tirer au but pour essayer de marquer	Effectuer une passe de l'intérieur du pied	Faire des passes avec les deux pieds	Maîtriser les différentes surfaces de frappe de balle
	Contrôler le ballon et essayer de faire une passe	Conduire des deux pieds en changeant de direction	Marquer en 1 contre 1 avec la pression d'un adversaire	Marquer en une touche Dribbler et frapper au but
	Essayer de prendre le ballon à l'adversaire	Marquer face au but	Tenter et réussir des dribbles	Enchaîner feintes et dribbles
		Reprendre le ballon à un adversaire	Récupérer le ballon dans les pieds de l'adversaire	Maîtriser les gestes défensifs

COMPORTEMENT	U6 – U7	U8 – U9	U10 – U11	U12 – U13
	Écouter les consignes	Être concentré et à l'écoute de l'éducateur	Respecter partenaires, adversaires et arbitres	Être capitaine
	Respecter les camarades	Être persévérant après les échecs	Continuer à se dépasser dans toutes les situations du match	Respecter les règles du jeu Arbitrer
	S'engager dans l'activité	Encourager et féliciter les équipiers	Soutenir les équipiers en difficulté	Être tolérant vis-à-vis des erreurs des autres
				Être un équipier exemplaire

MOTRICITÉ	U6 – U7	U8 – U9	U10 – U11	U12 – U13
	Avancer, s'arrêter, changer de direction	Réagir à un signal sonore ou visuel	Exécuter un déplacement le plus vite possible en changeant de direction	Répéter des efforts intenses de courte durée
	Se déplacer dans un espace limité	Courir et sauter dans différentes directions	Associer vitesse de réaction et vitesse d'exécution	Effectuer des efforts longs à intensité modérée
	Changer de rythme	Changer de direction et de rythme dans un petit espace	Réaliser des feintes avec son corps	Coordonner des mouvements aériens
	Jonglerie 10 → 3	Jonglerie 20 → 5	Jonglerie 30 → 10	Jonglerie 50 → 20

APPRENDRE • PROGRESSER • PRENDRE DU PLAISIR

DIRECTION TECHNIQUE NATIONALE

