



Dépassement
Respect
Excellence
Réussite

DÉVELOPPEMENT DU JOUEUR

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE RÉGIONAUX



Les objectifs d'apprentissage régional



ARSEQ

ASPECTS

TECHNIQUE

TACTIQUE

PHYSIQUE

PSYCHOLOGIQUE

U9

U10

U11

U12

<ul style="list-style-type: none"> -La passe -La réception du ballon 	<ul style="list-style-type: none"> -Conduite du ballon simple -Le tir -Protection du ballon 	<ul style="list-style-type: none"> -Conduite du ballon avancée -Les feintes 	<ul style="list-style-type: none"> -Jeux aériens -Enchaînements d'habiletés techniques avec vitesse
<ul style="list-style-type: none"> -Déplacement après la passe -Comportements avec et sans ballon 	<ul style="list-style-type: none"> -Prise d'information -Duel 1 vs 1 -Conservation -Notion d'espace 	<ul style="list-style-type: none"> -Principes offensifs (changer de rythme, jouer vers l'avant, changer le point d'attaque) -Principes défensifs (Cadrage, couverture) 	<ul style="list-style-type: none"> -Principes offensifs avancés -Principes défensifs avancés -Positionnement sur le terrain
<ul style="list-style-type: none"> -Flexibilité -Équilibre -Changements de direction 	<ul style="list-style-type: none"> -Agilité (fluidité dans les mouvements) -Réactivité (temps de réaction) 	<ul style="list-style-type: none"> -Coordination -Vitesse 	<ul style="list-style-type: none"> -Efforts répétés (endurance)
<ul style="list-style-type: none"> -Respect -Travail d'équipe -Plaisir -Compréhension des règles du jeu 	<ul style="list-style-type: none"> -Prise de risque -Combativité -Prise de décision 	<ul style="list-style-type: none"> -Sentiment d'appartenance -Créativité 	<ul style="list-style-type: none"> -Éthique de travail -Dépassement de soi -Culture du soccer

CATÉGORIES

Les objectifs d'apprentissage régional



ARSEQ

ASPECTS

DONC À 13 ANS, L'ARSEQ S'ATTEND À CE QUE LE JOUEUR TYPE AIT LES QUALITÉS TECHNIQUES SUIVANTES :

TECHNIQUE

À 13 ans, l'ARSEQ s'attend à ce que le joueur type ait acquis les qualités techniques suivantes :
La passe, la réception du ballon (contrôle), la conduite du ballon (avancé avec une vitesse et des changements de direction), le tir (précision et force), les feintes (le dribble), jeu aériens et amortis, enchainements de plusieurs habiletés techniques avec de la vitesse.

TACTIQUE

À 13 ans, l'ARSEQ s'attend à ce que le joueur type ait acquis les qualités tactiques suivantes :
Le joueur se déplace après sa passe (joueur en mouvement), comportement avec et sans ballon, Prendre l'information, réussite en duel 1vs1, comprendre les principes de jeu enseignés (conservation, jeu vers l'avant et autres), utilise l'espace adéquatement, se positionne adéquatement selon le poste

PHYSIQUE

À 13 ans, l'ARSEQ s'attend à ce que le joueur type ait acquis les qualités physiques suivantes :
Le joueur est flexible, a un bon équilibre, est agile, réagit rapidement (temps de réaction), effectue des changements de rythme et de direction, est coordonné, a une bonne vitesse, est capable d'effectuer des efforts répétés.

PSYCHOLOGIQUE

À 13 ans, l'ARSEQ s'attend à ce que le joueur type ait acquis les qualités mentales suivantes :
Le joueur est respectueux, travail en équipe, a du plaisir, comprend les règles du jeu, prend des risques, est combatif, prend de bonnes décisions, est créatif,

CATÉGORIES