



JE DECOUVRE UNE PASSION U6 U7

CF L'INTERNATIONAL



cflinternationaldeqc



cflinternationaldeqc



www.cflinternational.ca



info@cflinternational.ca



SPORTS
CONTACT



SOMMAIRE

- Objectifs généraux
- Objectifs techniques
- Objectifs tactiques
- Objectifs physiques et moteurs
- Objectif affectifs et sociaux



OBJECTIF GÉNÉRAUX



À cet âge, les enfants découvrent le jeu collectif. Les objectifs doivent viser le plaisir, la motricité et la découverte du ballon, bien plus que la performance. Les apprentissages se concentrent sur le développement global :

- **Plaisir de jouer** : créer un environnement ludique et motivant.
- **Autonomie et confiance** : apprendre à faire seul, à écouter et à collaborer.
- **Respect des règles et des autres** : Moniteur, coéquipiers, adversaires.



OBJECTIFS TECHNIQUES



L'idée est d'apprendre à dompter le ballon :

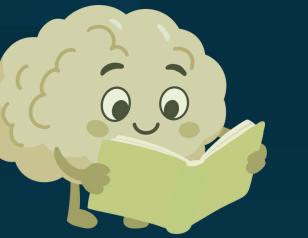
- **Conduite de balle** : avancer avec le ballon, changer de direction, garder le contrôle.
- **Dribbles simples** : éviter un adversaire, feintes de corps.
- **Passes** : apprendre à passer à un coéquipier proche.
- **Réception / contrôle** : amortir le ballon du pied ou de la semelle.
- **Tir** : frapper dans le ballon avec précision (pas encore en puissance).

 **Priorité** : chaque enfant doit toucher souvent le ballon.

Éviter les exercices statiques : privilégier les petits jeux (1v1, 2v1, 2v2, 3v3).



OBJECTIFS TACTIQUES



À 6-7 ans, les notions collectives doivent rester simples et concrètes :

- **Se situer sur le terrain** : savoir où est le but, où se placer.
- **Regarder autour de soi** : lever la tête avant d'agir.
- **Coopération** : jouer ensemble, faire une passe à un partenaire.
- **Se replacer après une action** : revenir défendre ou se replacer pour attaquer.

Les jeux réduits (ex. 3 contre 3 sans gardien) sont parfaits pour développer ces réflexes.



OBJECTIFS PHYSIQUE ET MOTEURS



Les capacités motrices se développent rapidement à cet âge. Les séances doivent inclure :

- **Équilibre et coordination** : Courses, sauts, changements de direction.
- **Vitesse d'exécution** : Réagir vite à un signal.
- **Adresse** : frapper une cible, viser un cône.
- **Endurance ludique** : Enchaîner les jeux sans fatigue excessive.



OBJECTIFS AFFECTIFS ET SOCIAUX



- Apprendre à respecter les règles simples du jeu.
- S'intégrer à un groupe.
- Développer la confiance et la fierté de progresser.
- Accepter la défaite et la réussite des autres.
- Apprendre à célébrer

