

Pédagogie des 8 à 11 ans

C'est par son action que l'enfant va construire son bagage moteur (gestes techniques, déplacements...). Il est donc primordial de le laisser agir et de le laisser jouer. Votre programme devrait laisser une large part au jeu. De plus, c'est le meilleur moyen pour maintenir intacts la motivation et le plaisir que les enfants de cet âge éprouvent en jouant en soccer. Il faut donc éviter les explications trop longues ou trop fréquentes. Elles ne font que briser le rythme des jeux et des exercices. Laisser le plus de place possible à l'action des enfants, vos interventions étant requises principalement sur les points techniques.

Pour arriver à la perfection technique, vos joueurs doivent éviter d'automatiser des gestes incorrects. La qualité des gestes lors des séances d'entraînement est essentielle, d'où l'importance pour l'entraîneur de **connaître** les points clés, de les **reconnaître** et de les **corriger**.

Pour bien faire comprendre les consignes d'un **jeu, débiter en jouant à la main et passer progressivement aux pieds**.

S'assurer d'avoir **un ballon par enfant** le plus souvent possible;

Privilégier les formes jouées (petits matchs, jeux...) pour débiter l'apprentissage d'un geste technique pour aller ensuite vers une forme plus analytique (exercices) et alterner ensuite. **La forme jouée** devrait cependant toujours dominer;

Privilégier aussi les **formes jouées** pour débiter la séance;

Faites les **corrections de façon individuelle**. Cela ne dérangera pas les autres joueurs.

Ne sous-estimez jamais l'importance de la **démonstration**. Il faut bien démontrer le geste technique que l'on veut que le joueur réalise, il faut lui donner dès le départ une bonne image à imiter. C'est ainsi que le joueur débute l'apprentissage d'un geste technique. Il pourra doucement s'approprier ce geste en entrant lui-même en action. Nous vous proposons d'obtenir l'aide d'un bon joueur du club (junior ou senior) qui possède de bonnes aptitudes techniques.

Laisser la place à la **découverte**. Ainsi on peut aménager des situations qui favoriseront une réponse correcte. ex : demander aux joueurs de frapper le

ballon sur un banc suédois couché, les incitera à trouver des moyens de garder le ballon au sol.

Nous devons également être très **patients**. Les résultats seront rapides dans certains cas et lents avec d'autres enfants. L'important est de donner les bonnes bases.

Adapter les exercices en fonction du niveau des joueurs, c'est-à-dire que si un exercice est trop difficile ou trop facile, il faut arrêter et changer d'exercice.

La Répétition : il faut répéter continuellement les **points clés d'entraînement** (ex : bloquer la cheville, pied d'appui en direction de la cible...)

La **répétition** pour l'apprentissage des gestes techniques; l'enfant apprend en agissant donc il ne faut pas interrompre trop souvent. Le travail technique peut s'effectuer de façon efficace sur un mur, un par un.

L'importance de la **variabilité** : Pour obtenir une technique souple (adaptée aux situations changeantes du jeu) il faut varier les situations, les exercices, l'espace, le nombre de joueurs, varier les angles (des passes, des contrôles...) les trajectoires de course (croisées, de reculons, latérale...), les trajectoires et vitesse du ballon...

Favoriser l'apprentissage des gestes sous une forme dynamique plutôt que statique, **c'est-à-dire courir, contrôler le ballon en course et enchaîner avec une passe**, plutôt que d'apprendre le contrôle en étant arrêté.

N'oubliez pas que le jeu permet de lier tous les éléments du soccer : la technique (la passe) la tactique (à qui, où et avec quelle intention faire la passe), l'aspect mental (ex. être concentré sur le ballon lors de la frappe), et l'aspect physique (courir pour faire une passe). **Il faut jouer.**

Il est intéressant de donner des **devoirs** ou tout au moins d'inciter les jeunes à améliorer à la maison les gestes techniques qui sont vus et travaillés lors des séances d'entraînement.