Football – Sport des enfants J+S: Au centre, il y a l'enfant

Chaque week-end, 60 000 enfants âgés de 5 à 10 ans jouent au football sur les pelouses suisses. Le football des enfants représente la plus grande porte d'entrée vers une vie sportive active.

Le nouveau concept de l'Association suisse de football ASF pour le football des enfants apporte sa contribution à la réussite de cette entreprise.

Les enfants doivent en premier lieu pouvoir exercer leur droit de jouer au football. Ils sont au centre de ce projet et sont, à ce titre, le point de départ et le fil rouge de toutes les réflexions. Avec le fair-play en toile de fond, il s'agit d'aider les enfants à s'exprimer par et dans le jeu, avec enthousiasme et passion.

Un tremplin idéal

«Chaque manifestation organisée pour les enfants doit répondre à plusieurs critères que l'on peut résumer par l'acronyme RAR: rire, apprendre, réaliser une performance. Nous devons nous demander à chaque fois si les enfants ont pu vivre ces trois moments.»

En s'appuyant sur cette vision, l'Association suisse de football a élaboré un concept de formation pour le football des enfants. Il a pour objectif d'offrir aux enfants un tremplin idéal pour se lancer avec succès dans le sport en général, et le football en particulier. Il doit contribuer au développement du potentiel individuel de chaque enfant. Par ailleurs, il offre une base pour la formation des entraîneurs de football pour enfants, pour l'organisation des entraînements en club et des compétitions destinées aux jeunes.

Théorie et pratique

Le thème de ce mois est le fruit d'une étroite collaboration avec l'Association suisse de football puisqu'il s'articule sur le nouveau concept de football des enfants de l'ASF. La première partie de ce thème explique les grandes lignes du concept. La seconde partie met l'accent sur les formes de jeu pour les catégories G, F et E.

Trois entraînements destinés aux différentes catégories avec des contenus spécifiques préparent la transition avec la dernière partie qui clarifie le rôle de l'entraîneur, le concept de jeu, l'organisation de tournois adaptés aux enfants ainsi que le rôle de l'entourage dans de telles manifestations.

Thème du mois
– Football – Sport des enfants J+S (pdf)

Articles
– Les valeurs et la vision
– Le développement de la personnalité

- Les principes de formation
- Les priorités de formation
- L'entraînement
- Les méthodes d'entraînement
- Le 3 fois 3
- L'entraîneur
- Les tournois
- Le rôle des adultes
- Les principes du jeu

Moyens didactiques
- Schéma d'entraînement (pdf)
- Conseils pour la conception d'entraînements en fonction de l'âge (pdf)
- 3 fois 3 (pdf)

Formes de jeu et d'exercices (cat. G/F/E)
- Marquer des buts
- Préparer des buts seul
- Préparer des buts ensemble
- Courageux et fort
- En rythme et habile
- Souple et agile

Propositions d'entraînement
- Conduire le ballon comme Xherdan Shaqiri (cat. G)
- Dribbler comme Lionel Messi (cat. F)
- Se créer des occasions de but comme Valentin Stocker (cat. E)

Source: Raphael Kern, responsable football des enfants ASF, Peter Knäbel, directeur technique ASF, Bruno Truffer, chef de sport J+S Football

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO