



MONT-TREMBLANT

PROGRAMME

Centre de Développement du Club

SOCCER DE QUALITÉ

2021





TABLE DES MATIÈRES

INTRODUCTION

Mot du directeur technique	4
Avantage du Centre de Développement du Club pour le Club	5
Avantage du Centre de Développement du Club pour le joueur	5

PROGRAMMATION DU CDC

Programmation CDC Été 2021.....	6
Programmation CDC Hiver 2021.....	6

INFRASTRUCTURES

Liste des terrains extérieurs pour le Soccer de Base	7
Liste des terrains intérieurs pour le Soccer de Base	7

PERSONNEL TECHNIQUE

Certifications minimales du personnel technique	8
Profil des responsables de Soccer de Base U4 à U8.....	9
Profil des responsables du CDC U9 à U12.....	10
Profil des responsables de plateaux	11

DESCRIPTION DES PROGRAMMES ESTIVAUX

U4 à U6 – Départ actif	17
U7 & U8 – Les fondamentaux	21
U9 à U12 – Apprendre à s’entraîner ..	24

ORGANISATION DES PROGRAMMES ESTIVAUX

U4 à U6 – Départ actif	28
U7 & U8 Féminin – Les fondamentaux	29
U7 & U8 Masculin – Les fondamentaux	29
U9 & U10 Féminin – Apprendre à s’entraîner	30
U9 à U12 Masculin – Apprendre à s’entraîner	30



DESCRIPTION DES PROGRAMMES HIVERNAUX

U9 & U10 Féminin – Apprendre à s’entraîner	32
U9 & U10 Masculin – Apprendre à s’entraîner	33
U11 & U12 Masculin – Apprendre à s’entraîner	34

ORGANISATION DES PROGRAMMES HIVERNAUX

U9 & U10 Féminin – Apprendre à s’entraîner	35
U9 & U10 Masculin – Apprendre à s’entraîner	35
U11 & U12 Masculin – Apprendre à s’entraîner	36

ANNEXE

Annexe 1 – Standards de Soccer Québec	37
Annexe 2 – Programmation CDC été 2021	38
Annexe 3 – Programmation CDC hiver 2021	38



INTRODUCTION



Jean-Luc Ruiz
directeur technique

Mot du directeur technique

Le concept du Centre de Développement du Club est nouveau mais représente bien notre philosophie au niveau du soccer de base. Notre CDC est basé sur 4 principes directeurs :

1. Aucune sélection.
2. Pas d'équipes fermées.
3. Travail par atelier.
4. Même encadrement pour tous.

Nous sommes d'avis que tous les enfants de 12 ans et moins ont le droit d'avoir un service de qualité, peu importe leur niveau d'habileté. Nous faisons l'analogie avec l'école, où un jeune de 1^{eme} année ne se verra jamais refuser l'accès à un service car il est moins bon que les autres. C'est dans cette optique que nous opérons notre programme CDC.

Jean-Luc Ruiz

Directeur technique



Avantages pour le Club

Les avantages du CDC pour le club sont les suivants :

- Meilleure rétention des joueurs
- Meilleure Identification et suivi des joueurs
- Développement du sentiment d'appartenance du club
- Maximisation de nos terrains
- Maximisation de notre temps
- Maximisation de nos éducateurs

Avantages pour les joueurs

Les avantages du CDC pour les joueurs sont les suivants :

- Plus d'opportunités de se faire plus d'amis
 - Apprentissage venant de plusieurs éducateurs.
 - Possibilité d'être changé de groupe selon la progression.
 - Expérience d'exercices variés.
 - L'encadrement pour tous est le même.
 - Le joueur s'entraîne selon ses besoins. Tout est centré sur les besoins des joueurs.
 - Tout le monde est accepté.
-



PROGRAMMATION DU CDC

PROGRAMMATION CDC ÉTÉ 2021

catégorie	Date	Heure	jour	terrain	nombre de semaine	Nombre J/G	temps	ratio/joueurs/entraîneurs	personne responsable	DLTJ	format de jeu
CDC U9/10 F	03 mai a 11 octobre	18h00 a 19h00	lundi	nos étoiles	22/ 1 fois semaine	6/9 Gx1	max 60 min	1 pour 8	D.T LIC-B1	apprendre a s'entraîner	7 C 7
CDC U9/10 M	04 mai a 12 octobre	18h00 a 19h00	mardi	nos étoiles	22/ 1 fois semaine	20 Gx3	max 60 min	1 pour 8	D.T LIC-B1	apprendre a s'entraîner	7 C 7
CDC U11/12M	05 mai a 12 octobre	18h00 a 19h00	mercredi	nos étoiles	22/ 1 ou 2 fois semaine	32 Gx4	max 60 min	1 pour 8	D.T LIC-B1	apprendre a s'entraîner	9 C 9
U13/14 F	06 mai a 11 octobre	18h00 a 19h00	jeudi	nos étoiles	22/ 1 ou 2 fois semaine	17 Gx3	max 60 min	1 pour 8	D.T LIC-B1	S'entraîner à s'entraîner	11 C 11
U13/14 M	03 mai a 11 octobre	18h00 a 19h00	lundi	nos étoiles	22/ 1 ou 2 fois semaine	16 Gx2	max 60 min	1 pour 8	Ass/Technique	S'entraîner à s'entraîner	11 c 11
U15/16 F	03 mai a 11 octobre	19h15 a 20h15	lundi	nos étoiles	22/ 1 ou 2 fois semaine	18 Gx3	max 60 min	1 pour 8	D.T LIC-B1	S'entraîner à la compétition	11 c 11
U16/18 M	06 mai a 14 octobre	19h15 a 20h15	jeudi	nos étoiles	22/ 1 ou 2 fois semaine	15 Gx2	max 60 min	1 pour 8	Ass/Technique	S'entraîner à la compétition	11 c 11
Sénior F et M	de retour en Zone jaune	19h15 a 20h15	mardi	nos étoiles	22/ 1 ou 2 fois semaine		max 60 min	1 pour 8	Ass/Technique	apprendre a s'entraîner	11 c 11

Vous trouverez en **Annexe 2** ce tableau sous un format plus grand.

PROGRAMMATION CDC HIVER 2021

catégorie	Date	Heure	jour	terrain	nombre de semaine	relache	temps	lo/parents-animat	personne responsable	DLTJ	format de jeu	jour match	format d'entraînement
CDC U9/10 F	17 nov 2021 au 12 avril 2022	18h00 a 19h30	mercredi	gymnase 3 saisons	17/ 1 fois semaine	noel et relache scolaire mars 2021	max 90 min	1 pour 10	D.T LIC-B1	apprendre a s'entraîner	futsal	développement pas de match officiel	50% ateliers minimum
CDC U9/10 M	16 nov 2021 au 13 avril 2021	18h00 a 19h30	mardi	gymnase 3 saisons	17/ 1 fois semaine	noel et relache scolaire mars 2021	max 90 min	1 pour 10	D.T LIC-B1	apprendre a s'entraîner	futsal	développement pas de match officiel	50% ateliers minimum
CDC U11/12 M	15 nov 2021 au 11 avril 2021	18h30 a 20h00	lundi	gymnase poly mercure	17/1 fois semaine	noel et relache scolaire mars 2021	max 90 min	1 pour 10	D.T LIC-B1	apprendre a s'entraîner	futsal	développement pas de match officiel	50% ateliers minimum

Vous trouverez en **Annexe 3** ce tableau sous un format plus grand.



INFRASTRUCTURES

Liste des terrains extérieurs pour le Soccer de Base

Nom du terrain	Surface	Format	Éclairage
Parc de Nos Étoiles	Naturel	7 vs 7 9 vs 9 11 vs 11	OUI
Parc des Optimistes	Naturel	Mini Foot 7 vs 7	OUI
École Secondaire Curé-Mercure	Synthétique	7 vs 7 11 vs 11	OUI

Liste des terrains intérieurs pour le Soccer de Base

Nom du gymnase	Surface	Format	Dimension
École Secondaire Curé-Mercure	Gym	Futsal	28 mètres X 35 mètres
École Primaire Trois-Saison	Gym	3 vs 3	20 mètres X 26 mètres



PERSONNEL TECHNIQUE

Certifications Minimales du Personnel Technique

Responsable Technique Soccer de Base – U4 à U8	<ul style="list-style-type: none">- Respect et Sport- S1, S2
Responsable de Plateaux Soccer de Base – U4 à U8	<ul style="list-style-type: none">- Respect et Sport- S1, S2
Éducateurs – Départ Actif – U4 à U6	<ul style="list-style-type: none">- Respect et Sport- Parents Bénévoles- (Atout : S1 ou S2)
Éducateurs – Fondamentaux – U7 à U8	<ul style="list-style-type: none">- Respect et Sport- Parents Bénévoles- (Atout : S2 ou S3)
Responsable Technique Soccer de Base – U9 à U12	<ul style="list-style-type: none">- Respect et Sport- S3 ou S7
Responsable de Plateaux Soccer de Base – U9 à U12	<ul style="list-style-type: none">- Respect et Sport- S3 ou S7
Éducateurs – Apprendre à S’entraîner – U9 à U12	<ul style="list-style-type: none">- Respect et Sport- Parents Bénévoles- (Atout : S3 ou S7)



Responsable Technique Soccer de Base – CDC U4 à U8

Prénom et nom	Jean-Luc Ruiz
Numéro de passeport	00441915
Certification	Licence B provinciale, ESP , S1, S2, S3 , S7
Affilié au Club depuis	2008

Description du poste

Tâches administratives	Nombre d'heures administratives hebdomadaire	- 1 heure
	Description des activités à mettre en place	- aucune
	Descriptions des dossiers sous sa responsabilités	- Concevoir les groupes - Faire le lien entre le D.T et le personnel du CDC
Tâches techniques	Nombre d'heures terrain hebdomadaire	- 8 heures
	Description des activités à mettre en place	- Mise en place des plateaux
	Description des dossiers sous sa responsabilité	- Conception des plateaux - Explications aux responsable de plateaux



Responsable Technique Soccer de Base – CDC U9 à U12

Prénom et nom	Jean-Luc Ruiz
Numéro de passeport	00441915
Certification	Licence B provinciale, ESP , S1, S2, S3 , S7
Affilié au Club depuis	2008

Description du poste

Tâches administratives	Nombre d’heures administratives hebdomadaire	5 heures
	Description des activités à mettre en place	<ul style="list-style-type: none"> - S’assuré de l’Inscription des formations des éducatrices et éducateurs du CDC. - Présider la réunion pré-saison du CDC
	Descriptions des dossiers sous sa responsabilités	<ul style="list-style-type: none"> - Formation des éducateurs - Faire le lien entre le D.T et le personnel du CDC
Tâches techniques	Nombre d’heures terrain hebdomadaire	- 8 heures
	Description des activités à mettre en place	- Formation et plateau
	Description des dossiers sous sa responsabilité	<ul style="list-style-type: none"> - Responsable de l’ensemble des activités du Centre de Développement du Club - Responsable de l’encadrement des Responsables de plateaux - Responsable de l’évaluation des Responsables de plateaux



Responsable de Plateaux U4

Prénom et nom	Nicolas Telmosse
Numéro de passeport	01251760
Certification	S3 (en cours) et respect et sport leaders d'activités
Affilié au Club depuis	2018

Description du poste

Tâches administratives	Nombre d'heures administratives hebdomadaire	- Aucune
	Description des activités à mettre en place	- Aucune
	Descriptions des dossiers sous sa responsabilités	- Aucune
Tâches techniques	Nombre d'heures terrain hebdomadaire	- 5 heures
	Description des activités à mettre en place	- Mise en place des plateaux
	Description des dossiers sous sa responsabilité	- Responsable de l'ensemble des ateliers qui se déroulent sur un même plateau



Responsable de Plateaux U5

Prénom et nom	Jean-Luc Ruiz
Numéro de passeport	00441915
Certification	Licence B provinciale, ESP , S1, S2, S3 , S7
Affilié au Club depuis	2008

Description du poste

Tâches administratives	Nombre d'heures administratives hebdomadaire	- Aucune
	Description des activités à mettre en place	- Aucune
	Descriptions des dossiers sous sa responsabilités	- Aucune
Tâches techniques	Nombre d'heures terrain hebdomadaire	- 5 heures
	Description des activités à mettre en place	- Mise en place des plateaux
	Description des dossiers sous sa responsabilité	- Responsable de l'ensemble des ateliers qui se déroulent sur un même plateau



Responsable de Plateaux U6

Prénom et nom	Jean-Luc Ruiz
Numéro de passeport	00441915
Certification	Licence B provinciale, ESP , S1, S2, S3 , S7
Affilié au Club depuis	2008

Description du poste

Tâches administratives	Nombre d'heures administratives hebdomadaire	- Aucune
	Description des activités à mettre en place	- Aucune
	Descriptions des dossiers sous sa responsabilités	- Aucune
Tâches techniques	Nombre d'heures terrain hebdomadaire	- 5 heures
	Description des activités à mettre en place	- Mise en place des plateaux
	Description des dossiers sous sa responsabilité	- Responsable de l'ensemble des ateliers qui se déroulent sur un même plateau



Responsable de Plateaux U7 – U8

Prénom et nom	William Leroy
Numéro de passeport	00620148
Certification	S2/S3/S7 + respect et sport leaders d'activités
Affilié au Club depuis	2011

Description du poste

Tâches administratives	Nombre d'heures administratives hebdomadaire	- Aucune
	Description des activités à mettre en place	- Aucune
	Descriptions des dossiers sous sa responsabilités	- Aucune
Tâches techniques	Nombre d'heures terrain hebdomadaire	- 5 heures
	Description des activités à mettre en place	- Mise en place des plateaux
	Description des dossiers sous sa responsabilité	- Responsable de l'ensemble des ateliers qui se déroulent sur un même plateau



Responsable de plateaux U9 – U10

Prénom et nom	Jean-Luc Ruiz
Numéro de passeport	00441915
Certification	Licence B provinciale, ESP , S1, S2, S3 , S7
Affilié au Club depuis	2008

Description du poste

Tâches administratives	Nombre d'heures administratives hebdomadaire	- Aucune
	Description des activités à mettre en place	- Aucune
	Descriptions des dossiers sous sa responsabilités	- Aucune
Tâches techniques	Nombre d'heures terrain hebdomadaire	- 5 heures
	Description des activités à mettre en place	- Mise en place des plateaux
	Description des dossiers sous sa responsabilité	- Responsable de l'ensemble des ateliers qui se déroulent sur un même plateau



Responsable de Plateaux U11 – U12

Prénom et nom	William Leroy
Numéro de passeport	00620148
Certification	S2/S3/S7 + respect et sport leaders d'activités
Affilié au Club depuis	2011

Description du poste

Tâches administratives	Nombre d'heures administratives hebdomadaire	- Aucune
	Description des activités à mettre en place	- Aucune
	Descriptions des dossiers sous sa responsabilités	- Aucune
Tâches techniques	Nombre d'heures terrain hebdomadaire	- 5 heures
	Description des activités à mettre en place	- Mise en place des plateaux
	Description des dossiers sous sa responsabilité	- Responsable de l'ensemble des ateliers qui se déroulent sur un même plateau

DESCRIPTION DES PROGRAMMES ESTIVAUX

SOCCKER DE BASE

U4 à U6 – DÉPART ACTIF
DÉCOUVERTE – LITÉRACIE PHYSIQUE

1



Le programme a comme objectif de contribuer au mieux-être des enfants en les accueillant dans notre sport tout en leur enseignant les fondements des mouvements. À ce premier stade, le but pour le joueur est de commencer à bouger et de continuer à bouger.

Saison : Été

Début des activités : Dès le passage en **ZONE JAUNE**

Fin des activités : Dernière semaine du mois d'août

Nombre de semaine : 13 semaines

Durée des séances : 45 minutes

Surface du terrain : Naturel

Évaluation : Aucune évaluation. Suivi du développement par le DT

COMPÉTENCES À DÉVELOPPER

TECHNIQUE	Le control de son ballon, la conduite de balle, le dribble, la frappe et le tir.
PHYSIQUE	Les fondements du movement : courir, sauter, tourner, passer, tirer, lancer et attraper.
ÉMOTIONNELLE-SOCIALE	Plaisir, fascination et passion pour le jeu.
MENTALE	Confiance en soi, apprendre à être et jouer en groupe.



DÉTAILS DES ACTIVITÉS – U4

	Activité # 1 en Zone Jaune et Verte	Activité # 2	Activité # 3
Type d'activité :	Entraînement/Plateaux	-	-
Jour de la semaine :	Jeudi	-	-
Heure :	18h00	-	-
Durée :	45 minutes	-	-
Terrain :	Optimistes	-	-
Format de l'activité :	Minimum 100% ateliers	-	-
Forme jouée :	20 minutes	-	-
Format de jeu :	4 vs 4	-	-
Nombre de joueurs :	30 joueurs	-	-
Ratio éducateur/joueur :	1 pour 6	-	-
Responsable(s) de plateau :	- Nicolas Telmosse	-	-
Éducateurs :	- Laurence Bertrand	-	-
	- Cindy Lefebvre	-	-
	- Arnaud Holleville	-	-
	- Ariane Grenier-Paquette	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-



DÉTAILS DES ACTIVITÉS – U5

	Activité # 1 en Zone Jaune et Verte	Activité # 2	Activité # 3
Type d'activité :	Entraînement/Plateaux	-	-
Jour de la semaine :	Jeudi	-	-
Heure :	18h00	-	-
Durée :	45 minutes	-	-
Terrain :	Optimistes	-	-
Format de l'activité :	100% ateliers	-	-
Forme jouée :	20 minutes	-	-
Format de jeu :	4 vs 4	-	-
Nombre de joueurs :	30 joueurs	-	-
Ratio éducateur/joueur :	1 pour 6	-	-
Responsable(s) de plateau :	- Jean-Luc Ruiz	-	-
Éducateurs :	- Adek Paquette	-	-
	- J-P Provost	-	-
	- Simon Legault	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-



DÉTAILS DES ACTIVITÉS – U6

	Activité # 1 en Zone Jaune et Verte	Activité # 2	Activité # 3
Type d'activité :	Entrainement/Plateaux	-	-
Jour de la semaine :	Jeudi	-	-
Heure :	19h00	-	-
Durée :	1 heure	-	-
Terrain :	Optimistes	-	-
Format de l'activité :	Minimum 100% ateliers	-	-
Forme jouée :	30 minutes	-	-
Format de jeu :	4 vs 4	-	-
Nombre de joueurs :	30 joueurs	-	-
Ratio éducateur/joueur :	1 pour 6	-	-
Responsable(s) de plateau :	- Jean-Luc Ruiz	-	-
Éducateurs :	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-



SOCCKER DE BASE

U7 à U8 – LES FONDAMENTAUX 2

INITIATION – LITÉRACIE PHYSIQUE



À ce stade, le développement du joueur est de premier ordre. Les entraîneurs et les parents animateurs doivent créer un environnement d'apprentissage stimulant où l'atmosphère est "au plaisir" et à la liberté de bouger.

Saison : Été

Début des activités : Dès le passage en **ZONE JAUNE**

Fin des activités : Dernière semaine du mois d'août

Nombre de semaine : 13 semaines

Durée des séances : 1 heures

Surface du terrain : Naturel

Évaluation : Aucune évaluation. Suivi du développement par le DT

COMPÉTENCES À DÉVELOPPER

TECHNIQUE	Exercices de mobilité/jeux conçus pour promouvoir la sensation du ballon: améliorer son contrôle lors de la réception du ballon, le dribble, la passe à moins de 25m, la frappe de balle et le tir au but.
PHYSIQUE	Développer les fondements du mouvement et des déterminants de la condition motrice générale, notamment l'agilité, l'équilibre, la coordination et la vitesse ainsi que la course, les sauts, la rotation, passer, tirer, lancer et attraper.
PSYCHOLOGIQUE	Première étape de sensibilisation à l'environnement pour développer l'intelligence au jeu et la prise de décision.
TACTIQUE	Les jeunes enfants sont égocentriques – toucher le ballon est ce qu'il y a de plus important, cependant, ils peuvent débuter leur apprentissage de la coopération. Ils apprennent à comprendre le soccer à travers les situations de jeu.



DÉTAILS DES ACTIVITÉS – U7 & U8 Féminin

	Activité # 1 en Zone Jaune et Verte	Activité # 2	Activité # 3
Type d'activité :	Entraînement/Plateaux	-	-
Jour de la semaine :	Lundi	-	-
Heure :	18h00	-	-
Durée :	1h00	-	-
Terrain :	Parc de Nos Étoiles	-	-
Format de l'activité :	Minimum 100% ateliers	-	-
Forme jouée :	30 minutes	-	-
Format de jeu :	5 vs 5	-	-
Nombre de joueurs :	20 joueurs	-	-
Ratio éducateur/joueur :	1 pour 8	-	-
Responsable(s) de plateau :	- Jean-Luc Ruiz	-	-
Éducateurs :	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-



DÉTAILS DES ACTIVITÉS – U7 & U8 Masculin

	Activité # 1 en Zone Jaune et Verte	Activité # 2	Activité # 3
Type d'activité :	Entrainement/Plateaux	-	-
Jour de la semaine :	Mercredi	-	-
Heure :	18h00	-	-
Durée :	1h00	-	-
Terrain :	Parc de Nos Étoiles	-	-
Format de l'activité :	Minimum 100% ateliers	-	-
Forme jouée :	30 minutes	-	-
Format de jeu :	5 vs 5	-	-
Nombre de joueurs :	50 joueurs	-	-
Ratio éducateur/joueur :	1 pour 8	-	-
Responsable(s) de plateau :	- Jean-Luc Ruiz - William Leroy	-	-
Éducateurs :	- Nicolas Telmosse - Steve Provost - Arnaud Holleville - À déterminer - À déterminer - À déterminer	- - - - - -	- - - - - -



SOCCKER DE BASE

U9 à U12 – APPRENDRE À S'ENTRAÎNER 3

INITIATION – LITÉRACIE PHYSIQUE

Centre de Développement du Club

Ce stade de développement est une période importante pour enseigner les habiletés sportives de base relié au jeu. Le programme permettra d'établir une bonne éthique de travail et une bonne discipline dans le sport. Le nombre de répétition est importante pour atteindre un niveau d'excellence. L'apprentissage sera présenté dans un environnement amusant et stimulant.



Saisons : Été

Début des activités : Dès le 3 mai 2021

Fin des activités : Début septembre

Nombre de semaine : 20 semaines

Durée des séances : 1h30

Surface du terrain : Naturel

Évaluation : Aucune évaluation. Suivi du développement par le DT

COMPÉTENCES À DÉVELOPPER

TECHNIQUE	Le moment pour acquérir et développer un plus grand répertoire de techniques et de mouvements liés au soccer dans le cadre d'entraînement et de jeux réduits.
PHYSIQUE	Le moment idéal pour enseigner la vitesse, la flexibilité et les habiletés.
PSYCHOLOGIQUE	L'âge d'or de l'apprentissage; la motivation intrinsèque est développée par le plaisir et l'amusement provenant du désir de jouer; l'imagination, la créativité, les exigences plus élevées, la discipline.
TACTIQUE	Éveiller les sens à l'environnement et encourager la prise de décision - combinaisons simples ; marquer et courir dans les espaces. Développer la perspicacité.



DÉTAILS DES ACTIVITÉS – U9 & U10 Féminin

DÉTAILS DES ACTIVITÉS – U9 & U10 Féminin			
	Activité # 1	Activité # 2 en Zone Jaune et Verte	Activité # 3 en Zone Jaune et Verte
Type d'activité :	Entrainement/Plateaux	Match	Soccer libre
Jour de la semaine :	Lundi	Dimanche	Vendredi
Heure :	18h00	À déterminer	18h00
Durée :	1h30	50 minutes	1h00
Terrain :	Parc de Nos Étoiles	À déterminer	Parc de Nos Étoiles
Format de l'activité :	Minimum 100% ateliers	Match	Jeu libre
Forme jouée :	30 minutes	N/A	40 minutes
Format de jeu :	7 vs 7	7 vs 7	7 vs 7
Nombre de joueurs :	15 joueuses	N/A	N/A
Ratio éducateur/joueur :	1 pour 10	1 pour 10	1 pour 10
Responsable(s) de plateau :	Jean-Luc Ruiz	N/A	William Leroy
Éducateurs :	<ul style="list-style-type: none"> - Julien Lignier - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer 	<ul style="list-style-type: none"> - Julien Lignier - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer 	<ul style="list-style-type: none"> - N/A - N/A - N/A - N/A - N/A - N/A - N/A



DÉTAILS DES ACTIVITÉS – U9 & U10 Masculin

	Activité # 1	Activité # 2 en Zone Jaune et Verte	Activité # 3 en Zone Jaune et Verte
Type d'activité :	Entrainement/Plateaux	Match	Soccer libre
Jour de la semaine :	Mardi	Samedi	Vendredi
Heure :	18h00	À déterminer	18h00
Durée :	1h30	50 minutes	1h00
Terrain :	Parc de Nos Étoiles	À déterminer	Parc de Nos Étoiles
Format de l'activité :	100% ateliers	Match	Jeu libre
Forme jouée :	30 minutes	N/A	40 minutes
Format de jeu :	7 vs 7	7 vs 7	7 vs 7
Nombre de joueurs :	35 joueurs	24 joueurs	N/A
Ratio éducateur/joueur :	1 pour 10	N/A	N/A
Responsable(s) de plateau :	Jean-Luc Ruiz	N/A	William Leroy
Éducateurs :	<ul style="list-style-type: none"> - Serge Desjardins - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer 	<ul style="list-style-type: none"> - Serge Desjardins - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer - À déterminer 	<ul style="list-style-type: none"> - N/A - N/A - N/A - N/A - N/A - N/A - N/A

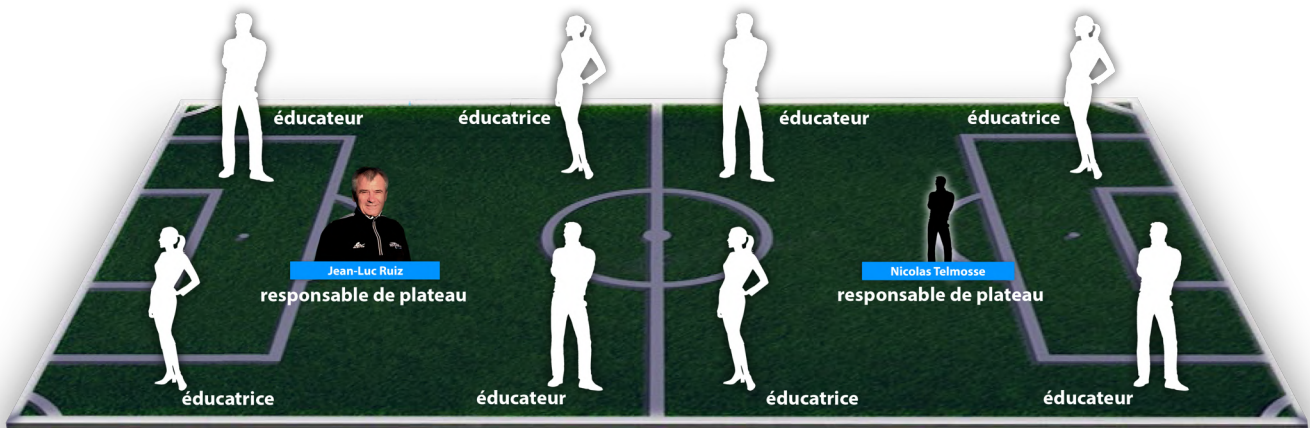


DÉTAILS DES ACTIVITÉS – U11 & U12 Masculin

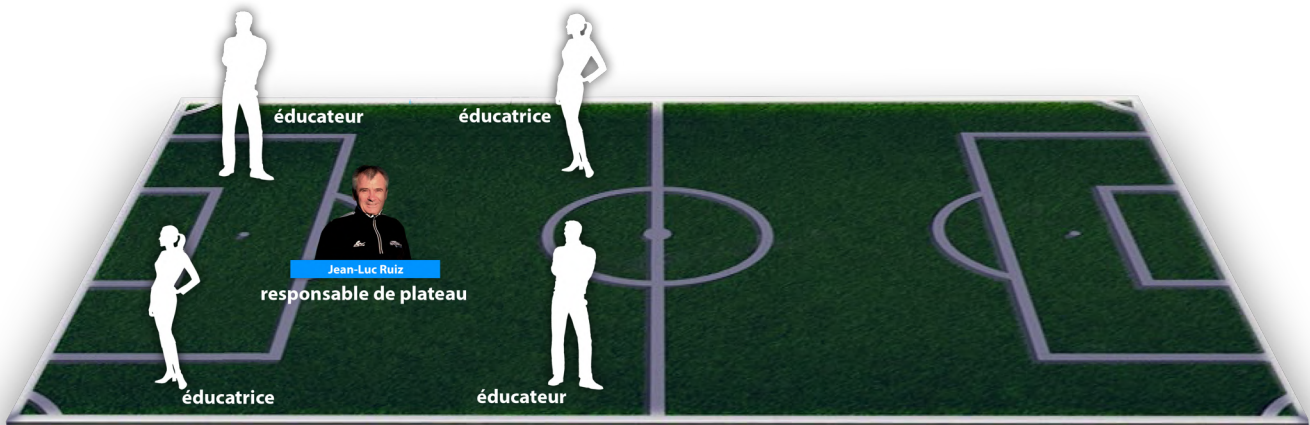
	Activité # 1	Activité # 2 en Zone Jaune et Verte	Activité # 3 en Zone Jaune et Verte
Type d'activité :	Entrainement/Plateaux	Match	Soccer libre
Jour de la semaine :	Zone Rouge et Orange : Mardi Zone Jaune et Verte : Mercredi	Samedi	Vendredi
Heure :	18h00	À déterminer	18h00
Durée :	1h30	50 minutes	1h00
Terrain :	Parc de Nos Étoiles	À déterminer	Parc de Nos Étoiles
Format de l'activité :	Minimum 100% ateliers	Match	Jeu libre
Forme jouée :	30 minutes	N/A	40 minutes
Format de jeu :	9 vs 9	9 vs 9	9 vs 9
Nombre de joueurs :	35 joueurs	28 joueurs	7 vs 7
Ratio éducateur/joueur :	1 pour 12	N/A	N/A
Responsable(s) de plateau :	William Leroy	N/A	William Leroy
Éducateurs :	- Éric Dupuis - Pascal Labelle - Carlos Lara - Steve Perreault - À déterminer - À déterminer	- Éric Dupuis - Pascal Labelle - Carlos Lara - Steve Perreault - À déterminer - À déterminer	- N/A - N/A - N/A - N/A - N/A - N/A

ORGANISATION DES ATELIERS ESTIVAUX

CDC – U4 & U5

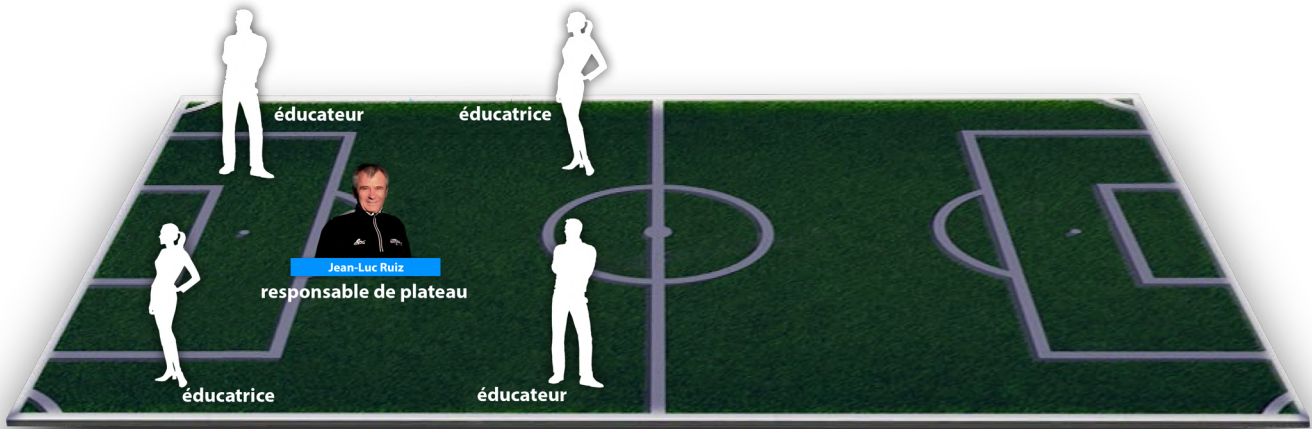


CDC – U6

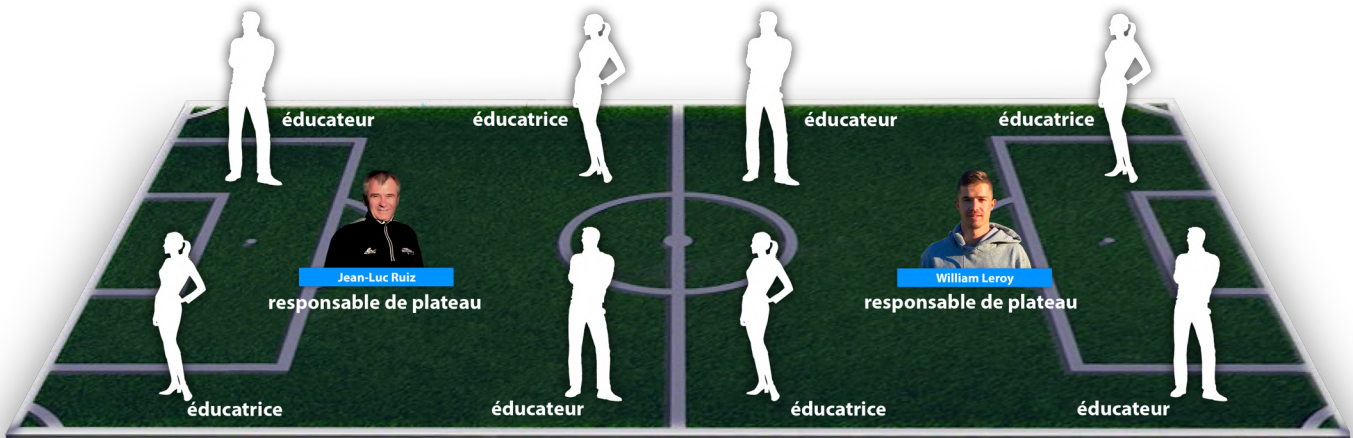




CDC – U7 & U8 Féminin

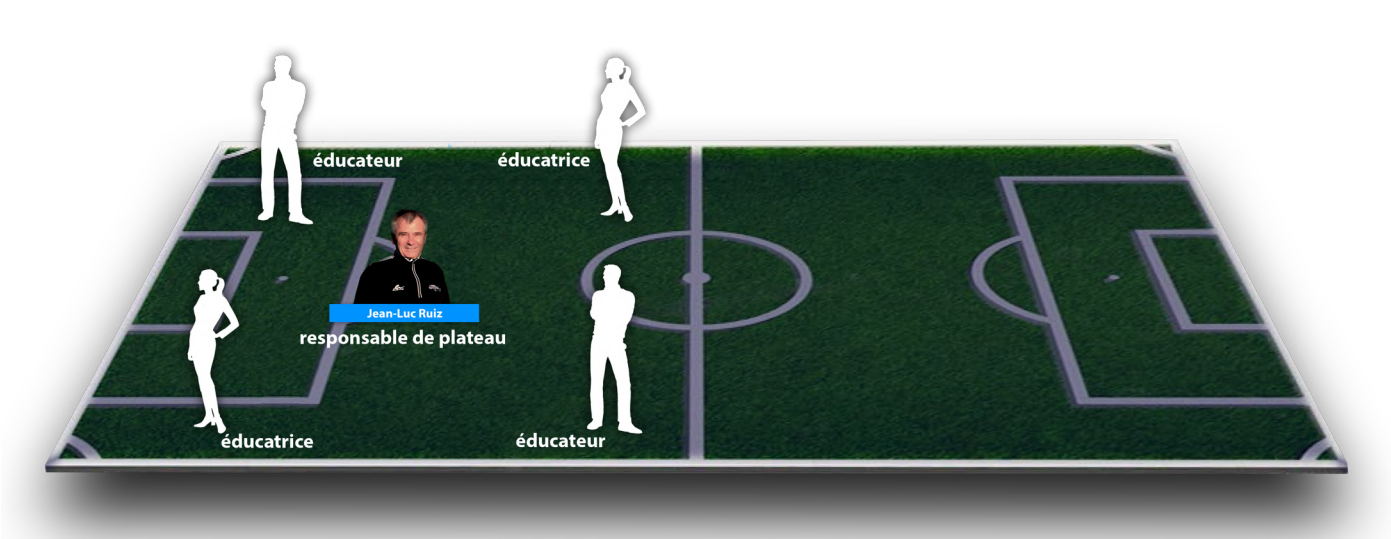


CDC – U7 & U8 Masculin

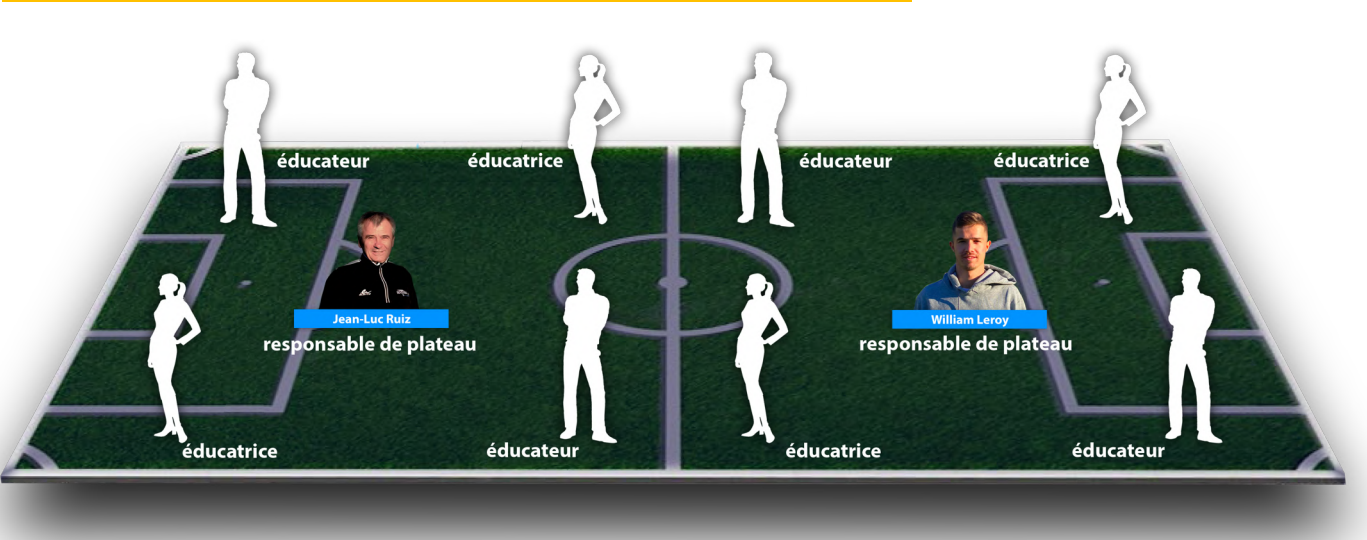




CDC – U9 & U10 Féminin



CDC – U9 à U12 Masculin



DESCRIPTION DES PROGRAMMES HIVERNAUX

SOCCKER DE BASE

U9 à U12 – APPRENDRE À S'ENTRAÎNER 3

INITIATION – LITÉRACIE PHYSIQUE



Centre de Développement du Club

Ce stade de développement est une période importante pour enseigner les habiletés sportives de base relié au jeu. Le programme permettra d'établir une bonne éthique de travail et une bonne discipline dans le sport. Le nombre de répétition est importante pour atteindre un niveau d'excellence. L'apprentissage sera présenté dans un environnement amusant et stimulant.

Saisons : Hiver

Début des activités : 17 novembre 2021

Fin des activités : 13 avril 2022

Nombre de semaine : 17 semaines

Durée des séances : 1h30

Surface du terrain : Gymnase

Évaluation : Aucune évaluation. Suivi du développement par le DT

COMPÉTENCES À DÉVELOPPER

TECHNIQUE	Le moment pour acquérir et développer un plus grand répertoire de techniques et de mouvements liés au soccer dans le cadre d'entraînement et de jeux réduits.
PHYSIQUE	Le moment idéal pour enseigner la vitesse, la flexibilité et les habiletés.
PSYCHOLOGIQUE	L'âge d'or de l'apprentissage; la motivation intrinsèque est développée par le plaisir et l'amusement provenant du désir de jouer; l'imagination, la créativité, les exigences plus élevées, la discipline.
TACTIQUE	Éveiller les sens à l'environnement et encourager la prise de décision - combinaisons simples ; marquer et courir dans les espaces. Développer la perspicacité.



DÉTAILS DES ACTIVITÉS HIVERNALES – U9 & U10 Féminin

	Activité # 1	Activité # 2	Activité # 3
Type d'activité :	Entrainement/Plateaux	-	-
Jour de la semaine :	Mercredi	-	-
Terrain :	École primaire Trois-Saisons	-	-
Heure :	18h00	-	-
Durée :	1h30	-	-
Format de l'activité :	100% ateliers	-	-
Forme jouée :	45 minutes	-	-
Format de jeu :	Futsal	-	-
Nombre de joueurs :	20 joueurs	-	-
Ratio éducateur/joueur :	1 pour 10	-	-
Responsables de plateau :	Jean-Luc Ruiz	-	-
Éducateurs :	- Julien Lignier	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-



DÉTAILS DES ACTIVITÉS HIVERNALES – U9 & U10 Masculin

	Activité # 1	Activité # 2	Activité # 3
Type d'activité :	Entrainement/Plateaux	-	-
Jour de la semaine :	Mardi	-	-
Terrain :	École primaire Trois-Saisons	-	-
Heure :	18h00	-	-
Durée :	1h30	-	-
Format de l'activité :	100 % ateliers	-	-
Forme jouée :	45 minutes	-	-
Format de jeu :	Futsal	-	-
Nombre de joueurs :	30 joueurs	-	-
Ratio éducateur/joueur :	1 pour 10	-	-
Responsables de plateau :	- Jean-Luc Ruiz	-	-
Éducateurs :	- Serge Desjardins	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-



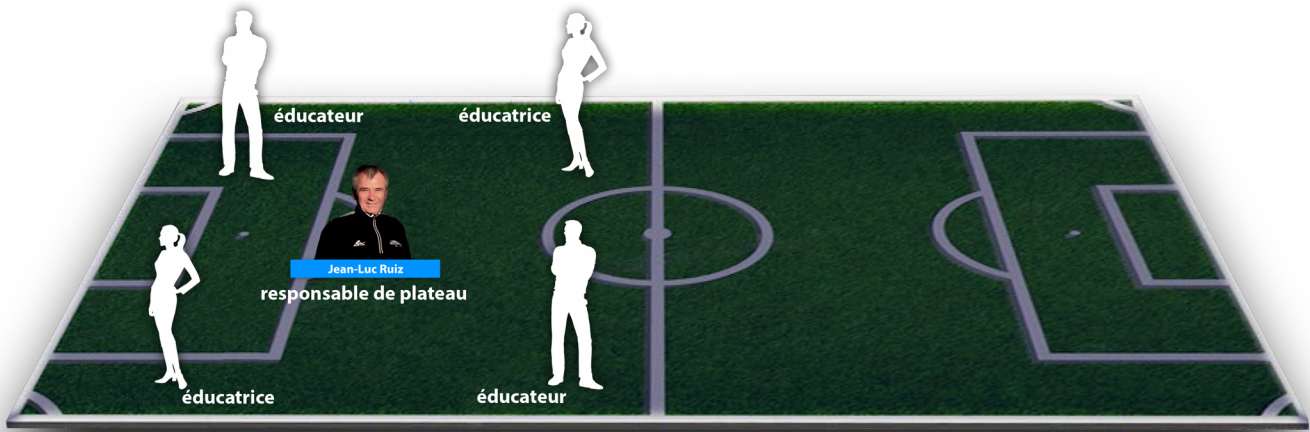
DÉTAILS DES ACTIVITÉS HIVERNALES – U11 & U12 Masculin

	Activité # 1	Activité # 2	Activité # 3
Type d'activité :	Entrainement/Plateaux	-	-
Jour de la semaine :	Lundi	-	-
Terrain :	École secondaire Curé-Mercure	-	-
Heure :	18h30	-	-
Durée :	1h30	-	-
Format de l'activité :	100 % ateliers	-	-
Forme jouée :	45 minutes	-	-
Format de jeu :	Futsal	-	-
Nombre de joueurs :	35 joueurs	-	-
Ratio éducateur/joueur :	1 pour 12	-	-
Responsables de plateau :	- Jean-Luc Ruiz	-	-
Éducateurs :	- Éric Dupuis	-	-
	- Pascal Labelle	-	-
	- Carlos Lara	-	-
	- Steve Perreault	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-
	- À déterminer	-	-

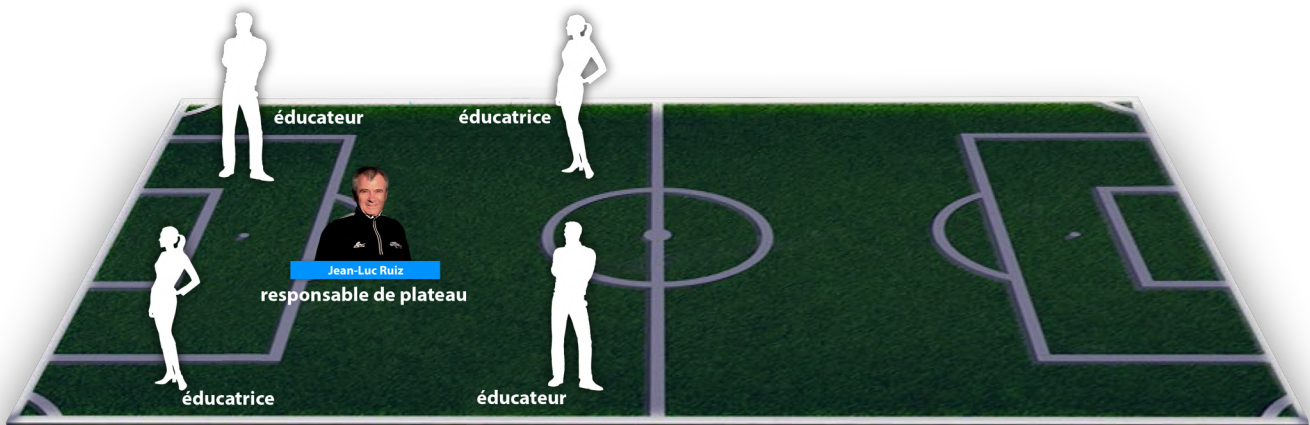


ORGANISATION DES ATELIERS HIVERNAUX

CDC HIVERNAL – U9 & U10 Féminin

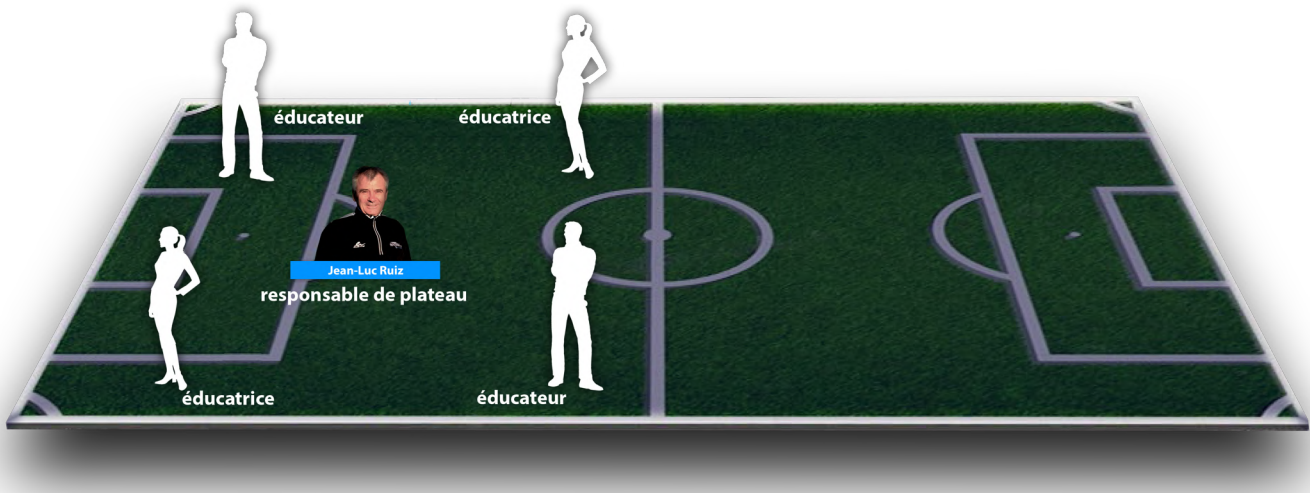


CDC HIVERNAL – U9 & U10 Masculin





CDC HIVERNAL – U11 & U12 Masculin





ANNEXE

Annexe 1

Standards de Soccer Québec – CDC de Qualité

CDC DE QUALITÉ STANDARDS POUR LE SOCCER DE BASE							
SPHÈRE DE L'INITIATION (SELON LE PLAN DE DÉVELOPPEMENT DE LA PRATIQUE)							
STADE DE DÉVELOPPEMENT	STADE 1 : DÉPART ACTIF		STADE 2 : LES FONDAMENTAUX			STADE 3 : APPRENDRE À S'ENTRAÎNER	
	U4-U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12
FORMAT DE JEU	DU 1 C 1 AU 4 C 4	5 C 5	5 C 5	7 C 7	7 C 7	9 C 9	9 C 9
FORMATION DU RESPONSABLE DE PLATEAU CERTIFICATION MINIMALE	RÉPONDANT TECHNIQUE	RÉPONDANT TECHNIQUE	RÉPONDANT TECHNIQUE	RÉPONDANT TECHNIQUE	RÉPONDANT TECHNIQUE	RÉPONDANT TECHNIQUE	RÉPONDANT TECHNIQUE
FORMATION DES ÉDUCATEURS D'ATELIER (1 PAR GROUPE)	PARENTS/BÉNÉVOLES*	PARENTS/BÉNÉVOLES*	PARENTS/BÉNÉVOLES*	PARENTS/BÉNÉVOLES*	PARENTS/BÉNÉVOLES*	PARENTS/BÉNÉVOLES*	PARENTS/BÉNÉVOLES*
FORMAT D'ENTRAÎNEMENT	PARENTS PEUVENT ACCOMPAGNER	100% SOUS FORME D'ATELIERS	100% SOUS FORME D'ATELIERS	100% SOUS FORME D'ATELIERS	100% SOUS FORME D'ATELIERS	MINIMUM 50% SOUS FORME D'ATELIERS	MINIMUM 50% SOUS FORME D'ATELIERS
NOMBRE D'ENTRAÎNEMENTS PAR SEMAINE OFFERTS PAR LE CLUB	MINIMUM 1	MINIMUM 1	1 À 2	1 À 2	1 À 2	1 À 2	1 À 3
NOMBRE DE SEMAINES	MINIMUM 12	MINIMUM 12	MINIMUM 12	MINIMUM 12	MINIMUM 12	MINIMUM 12	MINIMUM 12
RATIO ÉDUCATEUR/JOUEUR	1 POUR 6	1 POUR 8	1 POUR 8	1 POUR 10	1 POUR 10	1 POUR 12	1 POUR 12



Annexe 2

Programmation CDC Été 2021

catégorie	Date	Heure	jour	terrain	nombre de semaine	Nombre-J/G	temps	ratio joueurs/sentraîneurs	personne responsable	DJTT	format de pu
CDC U9/10 F	03 mai à 11 octobre	18h00 à 19h00	lundi	nos écoles	22/1 fois semaine	6/9 Gx1	max 60 min	1 pour 8	D.T.LIC-B1	apprendre à s'entraîner	7 C 7
CDC U9/10 M	04 mai à 12 octobre	18h00 à 19h00	marti	nos écoles	22/1 fois semaine	20 Gx3	max 60 min	1 pour 8	D.T.LIC-B1	apprendre à s'entraîner	7 C 7
CDC U11/12 M	05 mai à 12 octobre	18h00 à 19h00	mercredi	nos écoles	22/1 ou 2 fois semaine	32 Gx4	max 60 min	1 pour 8	D.T.LIC-B1	apprendre à s'entraîner	9 C 9
U13/14 F	06 mai à 11 octobre	18h00 à 19h00	jeudi	nos écoles	22/1 ou 2 fois semaine	17 Gx3	max 60 min	1 pour 8	D.T.LIC-B1	S'entraîner à s'entraîner	11 C 11
U13/14 M	03 mai à 11 octobre	18h00 à 19h00	lundi	nos écoles	22/1 ou 2 fois semaine	16 Gx2	max 60 min	1 pour 8	Ass Technique	S'entraîner à s'entraîner	11 c 11
U15/16 F	03 mai à 11 octobre	19h15 à 20h15	lundi	nos écoles	22/1 ou 2 fois semaine	18 Gx3	max 60 min	1 pour 8	D.T.LIC-B1	S'entraîner à la compétition	11 c 11
U16/18 M	06 mai à 14 octobre	19h15 à 20h15	jeudi	nos écoles	22/1 ou 2 fois semaine	15 Gx2	max 60 min	1 pour 8	Ass Technique	S'entraîner à la compétition	11 c 11
Senior F et M	de retour en Zone jaune	19h15 à 20h15	marti	nos écoles	22/1 ou 2 fois semaine		max 60 min	1 pour 8	Ass Technique	apprendre à s'entraîner	11 c 11



Annexe 3

Programmation CDC Hiver 2021

catégorie	Date	Heure	jour	terrain	nombre de semaine	relâche	temps	horaires minimums/maximums	D.L.T.U	format de jeu	jour match	format d'entraînement	
CDC U9/10 F	17 nov 2021 au 12 avril 2022	18h00 à 19h30	mercredi	Gymnase 3 saisons	17/1 fois semaine	mod et relâche scolaire mars 2021	max 90 min	1 pour 10	D.T.L.C-B1	apprendre à s'entraîner	Ensal	développement pas de match officiel	50% ateliers minimum
CDC U9/10 M	16 nov 2021 au 13 avril 2021	18h00 à 19h30	mardi	Gymnase 3 saisons	17/1 fois semaine	mod et relâche scolaire mars 2021	max 90 min	1 pour 10	D.T.L.C-B1	apprendre à s'entraîner	Ensal	développement pas de match officiel	50% ateliers minimum
CDC U11/12 M	15 nov 2021 au 11 avril 2021	18h30 à 20h00	lundi	Gymnase poly	17/1 fois semaine	mod et relâche scolaire mars 2021	max 90 min	1 pour 10	D.T.L.C-B1	apprendre à s'entraîner	Ensal	développement pas de match officiel	50% ateliers minimum



PROGRAMME 2021

Centre de Développement du Club
Soccer de Qualité



PROGRAMME 2021

Centre de Développement du Club
Soccer de Qualité