

Joueur concerné : _____

Fonctionnement du programme

Ce formulaire a pour but de poser les bases du programme de développement individualisé de l'athlète. Il est conçu en commun avec l'entraîneur, l'athlète et ses parents afin d'avoir le meilleur suivi de progression. Les séances seront organisées pour faire développer l'ensemble des qualités essentielles pour jouer au soccer mais également pour se conditionner en tant que sportif.

Il y aura 3 séances évaluatives : une première pour fixer les attentes et les besoins ; une seconde à mi-parcours pour mesurer la progression ; une troisième pour faire le bilan.

En fonction des résultats de la séance d'évaluation de mi-parcours, il sera possible d'adapter les objectifs prévus au début du programme.

// LES SEANCES PEUVENT ETRE PRISES EN DISCONTINUE //

Exemple : Votre enfant à une autre activité sur un samedi où il y a une pratique, sa pratique sera reportée à un autre samedi.

Exemple 2 : Vous pouvez faire une partie des pratiques au début puis le reste en fin d'année scolaire.

Votre enfant est disponible quelques mois (Septembre à Décembre) puis absent quelques mois avant d'être à nouveau disponible (mars).

Une programmation technico-tactique sera mise en place pour chacun des joueurs mais également pour le groupe.

L'objectif final est de répondre aux besoins compétitifs de l'athlète en prenant en compte les particularités de chacun.

Déroulement type d'une pratique :

11 :50 Arrivée au vestiaire

12 :00 Echauffement sans ballon

12 : 05 Echauffement avec ballon

Pause hydratation

12 : 15 Explications de la pratique et répartition des groupes par atelier de travail lié aux programmations individuelles

Pause hydratation

13 :15 Répartition des groupes pour le travail tactique

13 :50 Fin de la pratique / Etirement

14 :00 Retour au vestiaire / Récupération des parents

Objectifs personnels de l'athlète

Quelles sont les attentes de l'athlète ?

Quelles sont les attentes des parents de l'athlète ?

Quel niveau de jeu souhaite atteindre l'athlète ?

	Local / Sport loisir	Ligue A / Sport Estival	Ligue AA / RSEQ	Ligue AAA / Sport-Etudes	National / Universitaire	International / Centre de formation étranger
Ambition						

Critères d'évaluations

	Techniques			Slalom	Athlétiques		Mental	Tactique	
	Jonglerie				10m	4x10m	Prise d'info	3vs3	4vs4
	Gauche	Droite	Tête						
R E S U L T A T S									
M A X									

Objectifs à atteindre à la fin du programme

	Techniques			Slalom	Athlétiques		Mental	Tactique	
	Jonglerie				10m	4x10m	Prise d'info	3vs3	4vs4
	Gauche	Droite	Tête						
O B J S									

Contrat « moral » entre les acteurs du projet

Je m'engage à fournir les efforts et tous les moyens nécessaires afin d'atteindre les objectifs fixés entre moi, mes parents et mon entraîneur. Je m'engage à respecter le matériel mis à ma disposition, mes partenaires et les locaux.

Signature du joueur : _____

Je m'engage à respecter l'organisation ainsi que les partenaires de mon enfant quant à mes obligations d'informations (absences, retards).

Signature du/des parents : _____

Je m'engage à fournir tous les moyens et les ressources disponibles pour aider le joueur à atteindre ses objectifs et à se développer dans de bonnes conditions. Je m'engage à prévenir dans un délai raisonnable les modifications éventuelles liées à l'horaire, le lieu, l'entraîneur présent ou le report d'une séance.

Signature de l'entraîneur : _____