

Extrait du livret : « Une saison de Minipoussins débutants » disponible à la Fédération et à l'AFEB

Se pose pour l'entraîneur le difficile problème de la répartition des contenus dans le temps.

Cette programmation annuelle s'appuie sur plusieurs critères répartis comme suit :

- Chapitre 1 : établir un listing des contenus

Déterminer avec l'équipe d'encadrement les contenus prioritaires dans la catégorie.

Il est important d'établir ce listing en relation avec la catégorie qui précède et celle qui suit. Ceci permettra de suivre une progression logique dans les apprentissages

« Savoir ce qui a été fait pour savoir ce qu'il reste à faire »

- Chapitre 2 : établir une répartition des cycles d'apprentissage

Il s'agit là de compter le nombre de séances disponibles, de les répartir sur les 3 ou 4 cycles déterminés pour la saison.

Dans le présent document, je me suis basée 4 cycles regroupant 31 séances dont deux séances d'évaluation.

- Chapitre 3 : construire des tableaux de préparation de séance

Ces tableaux dans lesquels j'ai réparti, cycle par cycle, tous les contenus ciblés dans le chapitre 1 vont faciliter grandement la tâche par la suite.

C'est un moyen simple de ne rien oublier dans les apprentissages que l'on propose aux enfants, y compris l'évaluation qui permet à l'entraîneur de mettre en évidence la progression et/ou les difficultés de chaque enfant.

Sous la forme de jeux ou de situations d'apprentissage, ces évaluations peuvent parfaitement passer inaperçues pour les jeunes joueurs mais très utiles pour l'entraîneur

- 1^{er} Avantage pour l'entraîneur débutant : une fois ces tableaux établis, il suffit alors semaine après semaine, pour chaque séance d'associer un jeu ou une situation d'apprentissage à chaque case du tableau.
- 2^{ème} Avantage pour le responsable pédagogique ou l'équipe d'encadrement : la possibilité de remplacer au pied levé un entraîneur absent, en sachant exactement ce qu'il faut faire dans la séance. Bien sûr, chacun aura sa façon de faire et divers types d'exercices en réserve, mais en tout cas, les contenus et la progression seront respectés.
- 3^{ème} Avantage pour la progression du joueur : c'est un garde fou qui nous évitera de papillonner d'un apprentissage à l'autre, en oubliant les priorités établies en début d'année. Rien n'est pire qu'un entraîneur qui arrive à son entraînement sans savoir ce qu'il va faire, et décide aléatoirement, au dernier moment du contenu de sa séance.





- Chapitre 4 : rédiger des séances d'entraînements

Il est indispensable d'écrire ces séances à la fois pour l'entraîneur lui-même, car on oublie vite ce que l'on a fait après quelques semaines - on rejoint en ce sens les avantages cités ci-dessus – mais aussi pour l'ensemble de l'équipe d'encadrement, voire du club.

Cela permet d'étoffer un recueil d'exercices et de situations qui serviront à l'ensemble des entraîneurs du club. En annexe un exemple de fiche de séance vierge.

CONTENUS POUR LES MINIPOUSSINS DEBUTANTS

1. Généraux, à répartir tout au long de l'année :

-  **observation et arbitrage** : à utiliser comme outil pédagogique pour renforcer les acquis.
-  **activation cardio-respiratoire** : savoir courir – résistance : pouvoir courir vite – endurance : pouvoir courir longtemps – changement de rythme, de direction courses fractionnées
-  **habileté motrice** : adresse - coordination - dissociation - équilibre gainage - souplesse (sans ordre de priorité)
-  **dextérité** : manipuler et apprivoiser le ballon

2. Par objectifs, à répartir sur chaque cycle, suivant 3 modules :



Module 1 : savoir jouer

Comprendre le sens du jeu
pour organiser son placement individuel



Module 2 : pouvoir jouer

Acquérir des fondamentaux techniques
individuels solides



Module 3 : savoir jouer ensemble

S'organiser collectivement
pour atteindre un but

Pour chaque module, le nombre de séances mentionné est indicatif et correspond au nombre moyen de séances dans lesquelles doivent être travaillé spécifiquement les apprentissages concernés.

Il est évident que ce nombre sera adapté selon le niveau et la vitesse de progression du groupe. Le minimum indiqué doit cependant être respecté si l'on veut assurer des acquis suffisamment solides.

LES CYCLES D'APPRENTISSAGE

- **Cycle 1 : Septembre - octobre : 9 séances**
- **Cycle 2 : novembre - décembre : 8 séances**
- **Cycle 3 : janvier - février - mars : 7 séances**
- **Cycle 4 : avril - mai - juin : 7 séances**

Exemple de tableau de programmation annuelle des contenus

LA PROGRAMMATION PAR CYCLE - MINIPOUSSINS DEBUTANTS					Cycle 1 : septembre - octobre		
séance	Vouloir jouer Jeux pré-sportifs	Récupération dextérité	M2 : POUVOIR JOUER Geste technique	M1 : SAVOIR JOUER		Habilité motrice	M3 : SAVOIR JOUER ENSEMBLE
1	Faire connaissance Le ballon stop	Apprivoiser le ballon jonglage	Apprendre à viser Le tir de plein pied		Le coéquipier Le couloir	Savoir courir Course Relais	Coopérer pour marquer Le ballon au Roi
2	Découverte du geste de passe, réception, appuis Le ballon stop	Gestuelle du dribble	Le tir de plein pied Les zones		Le coéquipier Les déménageurs	Coordination Course relais motricité	Coopérer pour marquer Le ballon au roi
3	Apprivoiser l'espace Echapper aux adversaires Le loup et les moutons	Maîtrise du dribble Le miroir	Le tir de plein pied Les zones		Le coéquipier Les balles brûlantes	Coordination – dissociation Les deux balles	Jeu d'équipe Le béret ballon
4	Progresser en dribble Le loup et les moutons		Le tir de plein pied La cible		Le coéquipier Les balles brûlantes	Equilibre Les statues	Observer Jeu 4c4
5	Apprivoiser l'espace Echapper à un adversaire Les sorciers		Apprentissage des appuis Le compas	Utilisation de l'espace Les maisons	Le coéquipier Le passe ballon	Déplacement arrière Course relais	Jeu d'équipe Le béret ballon
6	Savoir courir longtemps Les 12 quilles	Maîtrise du dribble le triangle fou	Apprentissage des appuis Le protège ballon	Utilisation de l'espace Les maisons	Le coéquipier Le passe ballon		Coopérer pour marquer Passe à 10 + tir
7	Améliorer la course Course à la rencontre	Maîtrise du dribble Le chasse ballon	Tir de plein pied La cible		L'adversaire Le voleur de balle	Gainage La brouette	Coopérer pour marquer Passes à 10 + tir
8	Savoir courir longtemps Les 12 quilles		Tir de plein pied La cible	Utilisation de l'espace Les maisons vides	L'adversaire Le voleur de balle	Souplesse et coordination La chenille	Observer Jeu 4c4
9	Apprivoiser l'espace Echapper à un adversaire Les sorciers	Maîtrise du dribble Les 3 ronds	Tir de plein pied La cible réussite	Utilisation de l'espace Les maisons vides			Jeu d'équipe Le béret ballon