



## Été 2017- Déroulement de la saison

**Niveau U4 (nés en 2013)**

**Philosophie : « s’amuser avec le ballon »**

À ce stade, le développement du joueur est de premier ordre. Le club Soccer Boréal se donne les moyens de créer un environnement d’apprentissage stimulant où l’atmosphère est « au plaisir » et à la liberté de bouger.

Nous avons adopté la formule suivante pour cette catégorie, à savoir : une heure d’entraînement par semaine

### Informations générales.

**Coût : \$90**

**Début saison :** 3 ou 4 juin 2017 journée d’accueil et d’information

**Fin :** Fin de semaine du 19- 20 août 2017 avec le FESTI-BORÉAL

**Vacances de la construction :** Entraînements et matchs à confirmer selon les présences.

### Programme selon le jour choisi lors de l’inscription :

- Lundi de 17h30 à 18h 30  
OU
- Mercredi de 17h30 à 18h30

**Terrain** Les entraînements auront lieu sur le terrain de l’école secondaire La Source.

### Équipement nécessaire

Ballon #3  
Bas de soccer  
Protège-tibia (nous suggérons avec protège-cheville)  
Short de soccer  
Souliers de soccer extérieur



## Été 2017- Déroulement de la saison

### Chandail

À la formation des équipes, un chandail sera remis à votre enfant. Il devra être retourné en bonne condition à la fin de la saison

### Évènements importants au cours de la saison

#### **CAMP DE SOCCER :**

- 26 au 30 JUIN
- 3 au 7 JUILLET
- 7 au 11 AOÛT
- 14 au 18 AOÛT
- 

#### **FESTI BOREAL ET PRÉINSCRIPTION POUR LA SAISON D'HIVER**

19-20 août 2017





## Été 2017- Déroulement de la saison

### Programme d'entraînement

STADE 1 : Départ actif	
CATEGORIE U4 à U6 Filles et Garçons "premiers pas, premiers tirs"	
A ce premier stade, l'objectif visé est de commencer à bouger et de continuer à bouger !	
Pourquoi ?	Pour leurs offrir des possibilités supplémentaires d'apprendre des habiletés de base du soccer
Intervenants :	Parents, éducateurs diplômés, parents-éducateurs, leader technique, S1
<b>LES OBJECTIFS :</b>	
Physique	Procurer l'environnement approprié pour l'apprentissage des fondements du mouvement, notamment courir, sauter, tourner, frapper, lancer et attraper.
Technique	Le joueur et son ballon : le dribble, la frappe et le tir.
Tactique	AUCUN
Psychologique	Plaisir, fascination et passion pour le jeu.
Structure de jeu	Aucun match compétitif, le joueur, les parents, les éducateurs s'amuse ensemble de façon informelle. Ballon n°3
Durée de l'entraînement	45 à 60 minutes maximum !!
Recommandations	Permettre à l'enfant de "marquer des buts"
	L'adulte arrête le jeu lorsque l'enfant a perdu l'intérêt.
<i>Prévoir l'hydratation des joueurs pendant les temps de pause.</i>	

Tous les renseignements se retrouvent sur notre site web.

[www.soccerboreal.org](http://www.soccerboreal.org)