

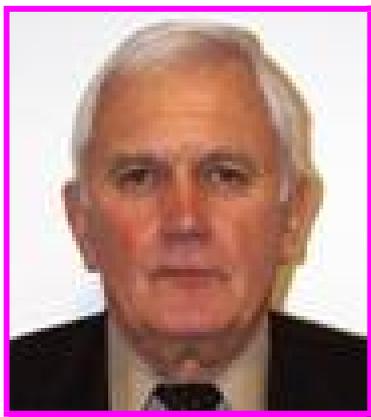


# L'amicaliste

N° 45 - Février 2018



**Vive 2018 !**



Dans le football, on vit souvent d'espoir la veille d'un match ou d'une compétition ! Cet espoir est souvent déçu... mais c'est la vie ! 2018 va nous permettre d'avoir cet espoir puisque notre pays et nos clubs vont disputer des compétitions importantes !

Il y a d'abord notre « premier club » français actuel, le P.S.G. qui va rencontrer l'ogre madrilène (le Réal) ... entraîné par un français ! On peut y croire même si le morceau est « gros » !

Il y a nos sélections de jeunes (filles et garçons). Et il y a surtout nos « bleus » qui vont disputer la coupe du monde en Russie, cet été. Les bleus de Didier Deschamps doivent aborder cette compétition, sans complexe, ayant la possibilité de « briller de mille feux » et peut-être d'aller loin, très loin ! En tous les cas, ce sont ces vœux de succès que formulent tous les éducateurs de France, premiers supporters des bleus.

Que 2018 soit, également pour vous, chers amicalistes une année de réussite pour le travail, au quotidien, que vous faites auprès de nos jeunes, en particulier, et qu'il faut louer.

Bonne année et vive 2018  
André Molle  
Président de l'A.E.F. régionale

*Le comité directeur de l'A.E.F. régionale et son Président remercient la Ligue des Hauts de France et son Président M. Brongniart pour la subvention accordée au bon fonctionnement de l'A.E.F.*

\*\*\*\*\*

**La citation  
du mois**

**Le club est plus important que l'équipe comme l'équipe est plus importante que les individualités.**

**Arrigo Sacchi**

\*\*\*\*\*

*Nos partenaires*



<http://www.mycoachfoot.com/>

Toujours **LA** pour vous écouter  
HAZEBROUCK : 2, Place du Général de Gaulle  
N° Indigo 0 820 352 104  
0,12€ TTC/MN  
ou Connectez-vous sur : [cmne.fr](http://cmne.fr)

**Crédit Mutuel Nord Europe**  
banque à qui parler  
Caisse Fédérale du Crédit Mutuel Nord Europe. SA coopérative de crédit à capital variable  
4, Place Richelieu 59000 Lille - RCS Lille 520 342 264

**Remarque** : le site Internet de mycoach (adresse de site ci-dessus) est en accès gratuit aux amicalistes ; mycoach a repris le journal « L'entraîneur français » et le site de l'amicale nationale des éducateurs de football ; n'hésitez pas à vous connecter...



# Pages techniques



## Exemple de séance « U 15 et plus »

**Phase de jeu** : s'opposer pour protéger son but

**Thème** : gérer le joueur lancé

**Effectif** : 12 joueurs de champ + 2 gardiens **Durée** : +/- 80/90 mn

**Matériel** : coupelles, chasubles de couleur, plots, ballons

### **Mise en train : ronde en fête et proprioception +/- 10 mn**

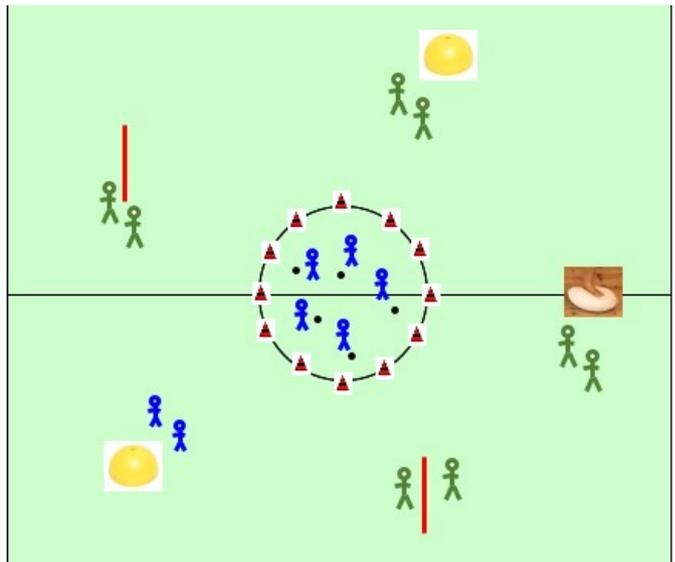
On démarre avec 5 joueurs disposant d'un ballon à l'intérieur du rond central, les autres placés par groupe de 2 sur un atelier de proprioception. Le travail de proprioception consiste à travailler l'équilibre soit sur un Waff, soit sur un socle de constri-foot, soit sur une barre posée au sol. Les porteurs de balle effectuent un (ou 2) geste technique puis transmettent à un joueur à l'extérieur et se place sur un atelier de proprio, le récepteur, prise de balle en course et vient dans le rond central en passant par une porte différente de celle où a franchi la passe.

#### Variante 1

Après les 2 gestes, je donne, il me la redonne, je lui remets.

#### Variante 2

Le récepteur fixe une quille avant d'entrer dans le rond central.



### **Jeu de découverte : +/- 20 mn**

#### Objectif

Marquer un but

#### Consignes

Jeu libre

3 défenseurs et 3 attaquants dans les zones A et B

Il n'y a pas de hors-jeu sur la 1<sup>ère</sup> passe

On ne peut pas défendre dans la zone où se trouve le joker (**rouge**)

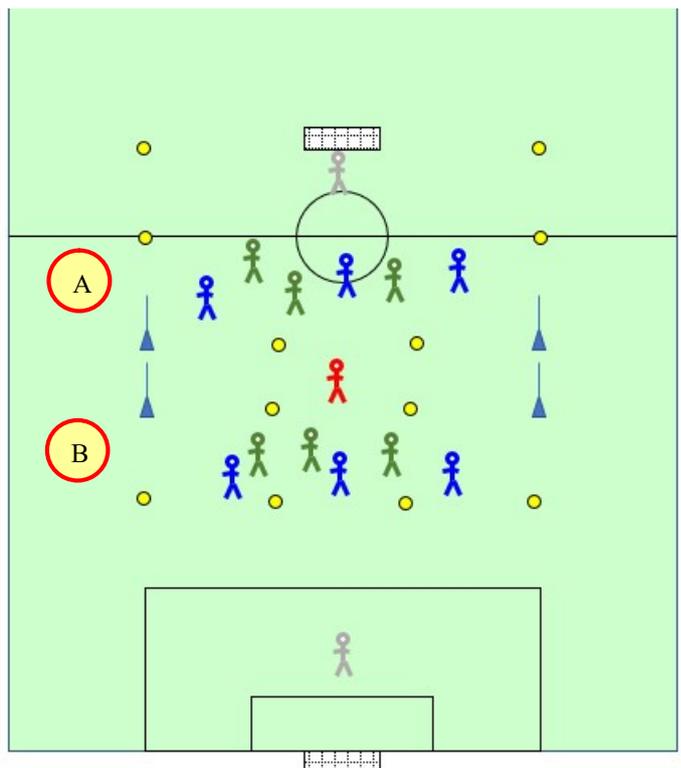
#### Variantes

Hors-jeu à la ligne de surface

Le joker se déplace où il veut

On a 5 secondes maximum pour marquer

Un joueur venant de derrière a le droit d'accompagner



**Problème à résoudre** : surnombre, joueur lancé arrivant de derrière

### Situation : +/- 25 mn (4 périodes x 5/6 mn)

Le ballon part du gardien qui se trouve dans le but amovible

Les trois bleus jouent un 3 contre 2 (et ont éventuellement un temps limite pour marquer)

Les 2 défenseurs verts doivent gérer le joueur libre lancé

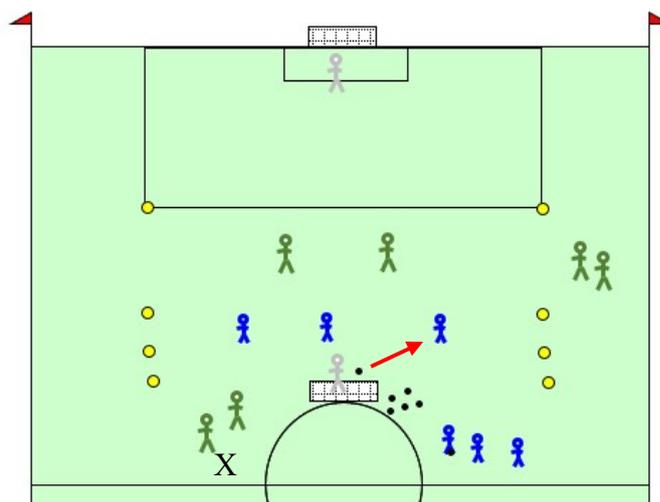
Si les défenseurs récupèrent le ballon, ils ont 5 secondes pour marquer dans le but amovible

On repart du gardien (but amovible)

Changer les rôles

#### Variante

Le 3<sup>ème</sup> défenseur (position X) peut revenir défendre dès que le 1<sup>er</sup> joueur bleu a touché le ballon



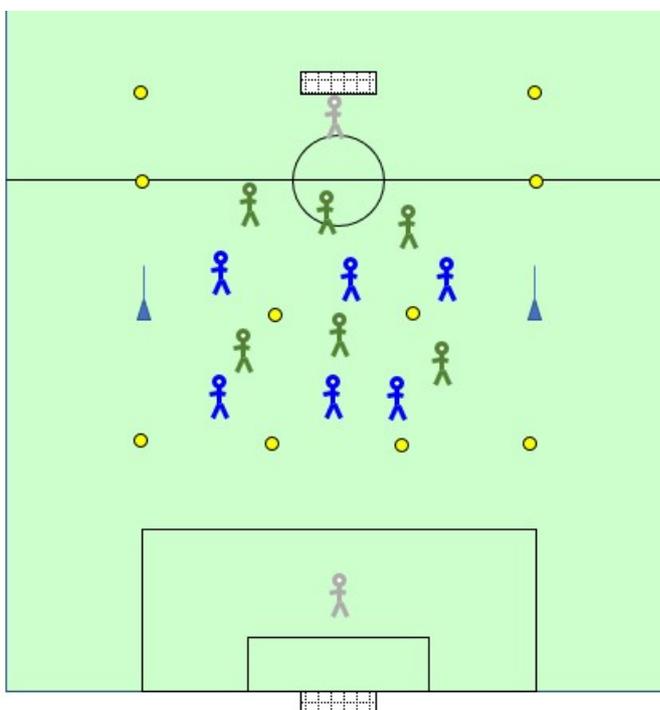
### Jeu contrôle : +/- 25 mn

Même dispositif que dans le jeu de découverte mais il n'y a plus de zone médiane ; il y a une ligne médiane (ligne des constri-foot)

On respecte la règle du hors-jeu

Un défenseur peut venir apporter de derrière

Encourager les réussites dans la gestion du joueur lancé



### Retour au calme : +/- 5 mn

Bilan de la séance

*« Sans le respect des autres rien n'est possible. La culture de l'effort, les heures de travail, le sacrifice sont au-dessus du talent individuel. »*

Johan Cruyff



## Tournoi en salle



Ce vendredi 5 Janvier 2018 a eu lieu notre tournoi en salle organisé par le bureau de l'amicale et Marius Rappéz, membre du bureau de l'amicale et employé municipal. Nous tenons à remercier tout d'abord Monsieur le Maire de Harnes qui nous a offert l'accès de la splendide salle Maréchal. Ce tournoi avait donc pour objectif de rassembler un maximum d'éducateurs amicalistes. Quatre équipes de quatre joueurs ont été formées par tirage au sort et se sont affrontées en trois matches de poule de 10 minutes. S'en est suivi un match de classement de 10 minutes également. À la suite de ces matchs, nous avons pu bénéficier du verre de l'amitié afin de continuer à faire plus amples connaissances, mais aussi d'une généreuse restauration offerte par le club de l'U.A.S. Harnes football.

Cette rencontre nous a permis de nous rapprocher et d'échanger dans une ambiance conviviale. Ce fut un succès apprécié de tous.

Pour terminer, remercions encore une fois la municipalité de Harnes pour nous avoir permis d'organiser cette rencontre ainsi que le club de l'U.A.S. Harnes, mais également tous les participants sans qui rien ne serait possible.

Au plaisir de se retrouver très prochainement sur nos terrains. A très bientôt, Rappéz Marius.



L'équipe victorieuse



<http://chtieducartois.footeo.com/>

## De l'U.S. Marquise au R.C. Strasbourg

Il est toujours réjouissant de savoir que le football peut permettre à tout le monde d'accomplir ses rêves, et l'aventure de **Florian Bailleux** en illustre encore toute cette magie. Jeune débutant à l'U.S. Marquise, il est devenu près de 25 ans plus tard préparateur athlétique du R.C. Strasbourg Alsace. Retrouvez ci-dessous son portrait...

### *Peux-tu te présenter aux amicalistes (âge, famille, profession, etc...) ?*

Bailleux Florian – 30 ans

Célibataire

Profession : préparateur physique R.C. Strasbourg Alsace (Ligue 1)



### *Peux-tu nous présenter ton parcours de footballeur et d'éducateur ?*

Parcours de joueur amateur durant 16 ans, ayant arpenté quelques clubs de la Côte d'opale (principalement au niveau régional), ayant eu la chance de participer à pas mal de détections jeunes organisées dans la région Nord/Pas de Calais. J'ai arrêté de jouer au foot, à partir de l'âge de 21 ans, quand j'ai eu l'opportunité d'allier la fin de mes études sur Lyon (Master P.P.M.R.) et d'avoir un premier poste en tant que responsable de la préparation athlétique au niveau des équipes jeunes de l'U.S. Boulogne Côte d'Opale. Depuis ce moment, je me suis consacré à 200 % à ce métier, qui est également devenu une passion :

- 2008 / 2012 : responsable de la préparation athlétique des « U 15 » jusqu'à la réserve professionnelle de l'U.S. Boulogne Côte d'Opale
- 2012 / 2013 : entraîneur adjoint et préparateur athlétique au T.A.C., Touquet Athlétique Club (Seniors D.H.)
- 2013 / 2014 : responsable de la préparation athlétique à l'U.S.J.A. Carquefou (National)
- Depuis Juillet 2014 : préparateur athlétique de l'équipe professionnelle du R.C. Strasbourg Alsace



### *Peux-tu nous dire ton rôle et tes missions dans ton club ?*

En charge de la préparation athlétique de l'équipe professionnelle du R.C. Strasbourg (*planification des contenus athlétiques, suivi des données G.P.S., réathlétisation des joueurs blessés, sensibilisation au niveau de la diététique/nutrition, gestion et quantification des charges de travail*).

Élaboration de séances individualisées en fonction des points forts/points faibles de chaque joueur, mais également afin de prévenir une potentielle blessure.

Je suis en étroite collaboration tant avec le staff technique que le staff médical.

### *Quelles sont les difficultés que tu rencontres le plus souvent dans ton club ?*

Le club ayant retrouvé le monde professionnel assez vite après le dépôt de bilan, nous manquons encore de moyens structurels et humains pour « naviguer » du mieux possible dans l'élite du football français. De ce fait, nous sommes par moment dans une certaine adaptation, mais cela fait partie d'une des compétences que doit avoir un éducateur, quel que soit le niveau où il évolue.

### *Quelles sont pour toi les principales qualités d'un éducateur ?*

Il doit être passionné par ce qu'il fait, être capable de s'adapter à n'importe quelle situation. Un bon éducateur est tout d'abord un bon pédagogue, une personne qui doit savoir transmettre son savoir et son savoir-faire à son groupe. Il doit également être un bon manager, afin d'éviter tout problème de vestiaires.

### *Depuis combien de temps es-tu amicaliste ? Pourquoi y adhères-tu ?*

Je fus amicaliste durant ma période à l'U.S. Boulogne mais depuis je n'y suis plus car j'ai rejoint l'U.N.E.C.A.T.E.F.

### *Quel est ton meilleur souvenir en tant qu'éducateur ?*

J'ai plusieurs moments forts dans ma « jeune » carrière. Tout d'abord mes deux premières montées vécues à l'U.S.B.C.O. : montée en « U 19 Nat. » + montée en C.F.A. 2 avec la réserve.

Ensuite, mes « premiers pas » en tant que préparateur physique d'une équipe professionnelle avec l'U.S.B.C.O. (*Ligue 2*), à tout juste 23 ans...

Après sans aucun doute, mes plus beaux moments en tant qu'éducateur ne sont autres que les deux dernières saisons passées avec le R.C. Strasbourg Alsace :

- 2015-2016 : champion de National,
- 2016-2017 : champion de Dominos Ligue 2.



### *Quelles sont tes influences chez les entraîneurs ?*

Étant préparateur physique, j'ai comme références françaises : Alexandre Dellal ; Philippe Lambert ; Martin Bucheit...

Au niveau international : Antonio Pintus ; Alejandro Richino ; Oscar Ortega

### *Quel est ton système de jeu de référence ?*

Jouant depuis deux saisons maintenant principalement en 4/4/2 losange, c'est un système que je trouve très intéressant. C'est un système qui demande beaucoup de dépenses énergétiques, surtout pour les excentrés, mais c'est un bon compromis pour réaliser des attaques rapides.

### *Quel type d'éducateur es-tu ?*

Je suis quelqu'un de très ouvert, qui regarde constamment ce qui se fait ailleurs. J'ai pour habitude de me dire que je ne détiens pas la vérité et la science infuse, ce qui m'oblige à développer constamment mes connaissances, à prendre connaissance des nouvelles orientations de travail... C'est cette philosophie de travail qui me donne du plaisir tous les jours quand je prends la route pour l'entraînement.

Découvrez une partie du travail de Florian en consultant la vidéo sur le lien suivant : <https://youtu.be/cTv-VvnBs8k>.



Les candidatures pour la saison 2017/2018 sont toujours possibles,  
retrouvez toutes les infos nécessaires sur

<http://aefcotedopale.footeo.com/>



# Escaut



## Introduction



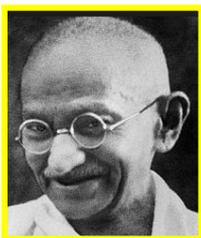
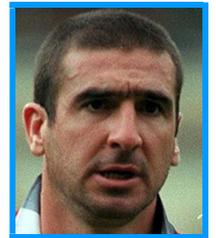
*« Pour moi je n'ai connu que le sport d'équipe au temps de ma jeunesse, cette sensation puissante d'espoir et de solidarité qui accompagnent les longues journées d'entraînement jusqu'au jour du match victorieux ou perdu. Vraiment, le peu de morale que je sais, je l'ai appris sur les terrains de football et les scènes de théâtre qui resteront mes vraies universités. »*

*Albert Camus*

## Avec humour, mais une part de vérités ! Citations pour motiver votre équipe.

*« Je ne joue pas contre une équipe en particulier. Je joue pour me battre contre l'idée de perdre. »*

*Éric Cantona*

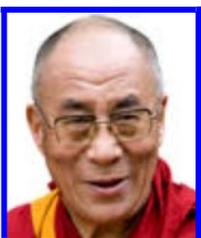
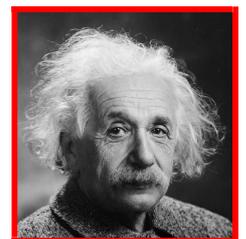


*« Vis comme si tu devais mourir demain, apprends comme si tu devais vivre toujours »*

*Gandhi*

*« La logique vous conduira d'un point A à un point B. L'imagination et l'audace vous conduiront où vous le désirez »*

*Albert Einstein*

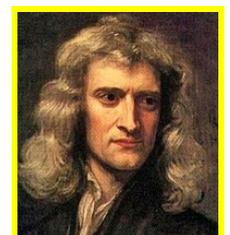


*« Si vous pensez que vous êtes trop petit pour changer quelque chose, essayez donc de dormir avec un moustique dans votre chambre et vous verrez lequel des deux empêche l'autre de dormir »*

*Dalai Lama*

*« Lorsque deux forces sont jointes, leur efficacité est double »*

*Isaac Newton*



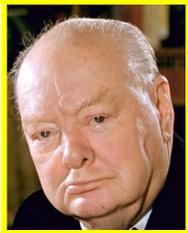
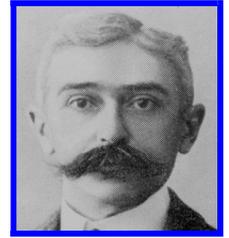


*« Il y a plus de courage que de talent dans la plupart des réussites »*

*Félix Leclerc*

*« Chaque difficulté rencontrée doit être l'occasion d'un nouveau progrès »*

*Pierre de Coubertin*



*« Le succès est la capacité d'aller d'échec en échec sans perdre son enthousiasme »*

*Winston Churchill*

*« Mieux vaut être optimiste et se tromper que d'être pessimiste et avoir raison »*

*Jack Penn*

*« Seuls ceux qui prennent le risque d'échouer spectaculairement réussiront brillamment »*

*Robert Kennedy*

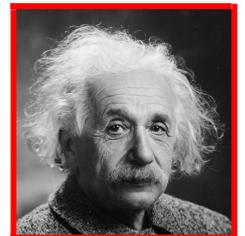


*« Si vous n'essayez jamais, vous ne réussirez jamais, mais si vous essayez, vous risquez de vous étonner vous-même »*

*Charles Augustin Sainte Beuve*

*« L'imagination est plus importante que le savoir »*

*Albert Einstein*

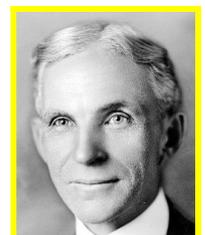


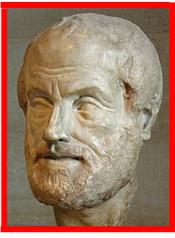
*« Le talent, ça n'existe pas. Le talent, c'est d'avoir envie de faire des choses »*

*Jacques Brel*

*« L'enthousiasme est à la base de tout progrès »*

*Henry Ford*



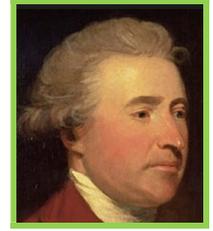


*« On ne devient homme qu'en se surpassant »*

*Aristote*

*« On ne peut agir efficacement qu'en travaillant de concert »*

*Edmund Burke*



*« Ceux qui ne font rien ne se trompent jamais »*

*Théodore de Banville*

*« Les faibles ont des problèmes, les forts ont des solutions »*

*Louis Pauwels*

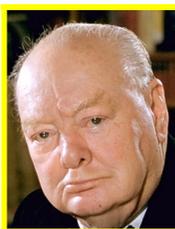
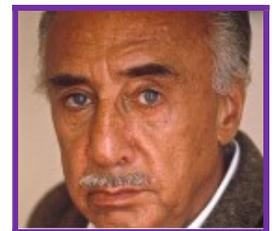


*« La plus grande gloire n'est pas de ne jamais tomber, mais de se relever à chaque chute »*

*Confucius*

*« Il est moins grave de perdre que de se perdre »*

*Romain Gary*

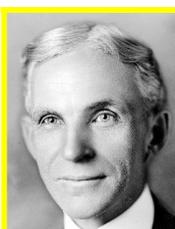
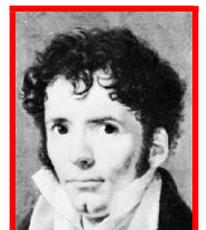


*« Il n'y a qu'une réponse à la défaite, et c'est la victoire »*

*Winston Churchill*

*« Jamais on n'a vu marcher ensemble la gloire et le repos »*

*Sébastien Roch Nicolas de Chamfort*



*« Se réunir est un début, rester ensemble est un progrès, travailler ensemble est la réussite »*

*Henry Ford*

## À la rencontre d'Anthony Herbaut et Thierry Gouletquer éducateurs « U 16 » de l'Olympique Marcquois

### 1. Quel est ton parcours de joueur et entraîneur ?

**@Anthony Herbaut** : j'ai joué au L.O.S.C. de l'âge de 5 ans à 16 ans, puis à l'U.S. Ascq jusqu'à l'âge de 21 ans.

J'ai rapidement dû mettre un terme à mon statut de joueur à cause d'une grave blessure au genou.

Jeune aide éducateur depuis mes 17 ans, je suis naturellement devenu éducateur et me suis engagé rapidement dans les formations.

J'ai eu le plaisir d'encadrer toutes les catégories d'âges du plus jeune jusqu'au seniors.

En 2001, j'ai intégré le R.C. Lens durant 2 ans puis j'ai intégré l'Olympique Marcquois, club dans lequel je suis toujours aujourd'hui.

Au sein de l'O.M.F., j'ai eu l'occasion d'entraîner les 19 ans, puis les seniors B (Régionale Ligue) et enfin les seniors A (P.H., D.H.R., D.H.).

Depuis un peu plus de 2 ans, j'ai pris la décision pour des raisons personnelles et familiales de ne plus prendre d'équipe à charge, j'interviens au club en tant que manager général.



**@Thierry Gouletquer** : j'ai commencé mes premiers pas de joueur et d'entraîneur au R.C. Bois blancs.

J'ai par la suite joué à l'Iris club de Lambersart pendant une dizaine d'années.

J'ai continué à entraîner les jeunes au R.C. Bois Blancs tout en jouant à Lambersart.

À 23 ans, je prenais la responsabilité de l'équipe seniors A des Bois Blancs.

J'ai entraîné également l'Iris club de Lambersart (deux ans) avant de reprendre les rênes de l'équipe seniors des Bois Blancs.

J'ai entraîné l'équipe réserve de l'O. Marcquois pendant sept ans avant de reprendre cette année les jeunes de l'équipe « U 16 ».

### 2. Qu'est ce qui est le plus gratifiant dans ta fonction d'entraîneur ?

**@A.H.** : le plus gratifiant pour moi est de réussir à associer des hommes, des caractères, des sensibilités, des profils différents au profit de la réussite d'un projet collectif commun.

**@T.G.** : c'est la capacité avec les dirigeants, le groupe de joueurs dont on a la responsabilité de tout mettre en œuvre pour progresser et réussir notre projet commun ; de défendre les valeurs et le projet du club.

### 3. Quelles sont tes influences chez les entraîneurs ?

**@A.H.** : je ne regarde pas beaucoup le football professionnel même si je reconnais que Claude Puel est un coach que j'apprécie particulièrement. Je pense qu'il n'a pas oublié l'éducation et la formation dans ce milieu où les résultats restent prioritaires.

Au niveau amateur, que je connais beaucoup mieux, certains entraîneurs m'inspirent à l'image de mon ami Carlos Da Cruz (Feignies).

Je ne dois pas oublier certaines personnes qui ont beaucoup compté dans mon parcours d'éducateur et d'entraîneur : Nano Vandaele que j'ai eu comme entraîneur, Christophe Huck avec qui j'ai eu la chance de travailler durant une saison, Colbert Marlot et Olivier Bijotat que j'ai pu observer durant 2 années au R.C. Lens, ou encore cette formidable équipe avec laquelle j'ai eu la chance d'encadrer les formations de District : Ali Helal, Mickaël Delestrez, Fernando Da Cruz, Olivier Ritaine...

Toutes ces personnes ont vraiment compté dans mon parcours.

**@T.G.** : j'ai été influencé dès mes débuts par mes anciens entraîneurs de l'Iris club de Lambersart et également par mes premiers formateurs et par la suite on s'intéresse à ce qui se fait au-dessus. Je dirais Fabio Capello.

### 4. Quelles sont les difficultés que tu rencontres le plus souvent ?

**@A.H.** : les difficultés que j'ai rencontrées ont été liées souvent au choix sportif et donc aux mécontentements réguliers du vendredi soir (parfois, je passais plus de temps au vestiaire à échanger avec les joueurs déçus que sur le terrain en séance !).

D'année en année, les mentalités ont beaucoup changé, les joueurs deviennent plus individualistes à l'image de la société de consommation d'aujourd'hui.

**@T.G.** : le moment du choix d'un joueur est toujours un moment difficile car on ne peut faire jouer tout le monde.

L'évolution de la mentalité et de l'implication des joueurs qui sont de moins en moins attachés à l'amour du maillot. (Même s'ils en restent encore).

L'approche individuelle de certains joueurs qui peut nuire à la cohésion collective.

L'anticipation de faire tourner l'équipe pour impliquer chaque joueur au projet.

### 5. Quel est ton meilleur souvenir en tant que joueur et coach ?

**@A.H.** : en tant que joueur, je garde d'excellents souvenirs de mes années au L.O.S.C. ainsi qu'à l'U.S. Ascq (je garde le souvenir d'un tournoi au Danemark).

En tant que coach, les aventures en coupe de France avec l'Olympique Marcquois restent des souvenirs magnifiques :

- 8<sup>ème</sup> tour contre Sedan en novembre 2007,
- 32<sup>ème</sup> de finale contre l'A.J. Auxerre en janvier 2014.

Le titre de champion de P.H. en 2014/2015 est également particulier pour moi car il récompensait un groupe formidable sportivement et humainement.

Mais le meilleur reste peut-être à venir ?



**@T.G.** : en tant que joueur, je garde un très bon souvenir de mes années passées à l'Iris club de Lambersart ; j'y ai passé de belles années au contact d'un groupe amical et ambitieux, avec des dirigeants aux qualités humaines certaines. Comme entraîneur, il m'est très difficile de ne faire qu'un choix c'est pourquoi, je dirais :

- notre titre de champion l'année de ma prise de fonction en séniors,
- la montée en Ligue avec le R.C. Bois Blancs,
- l'accession en ligue avec l'équipe réserve de l'Olympique Marcquois.



# Séance « U 16 » à l'Olympique Marcquois

Thème de la séance : Jeu de transition / Organisations défensive et offensive			
On a le ballon		Conserver / Progresser	Déséquilibrer / Finir
On n'a pas le ballon		S'opposer à la Progression	S'opposer pour protéger son but
Matériel : 1 but, 2 constris, 6 plots, 30 coupelles, 16 ballons, 20 chasubles			
Effectif : 16 joueurs + 2 gardiens de buts		Séance n° 42 : « U 16 » R1 du Lundi 20 novembre 2017	
--->		→	~>
Déplacement du joueur		Déplacement du ballon	Déplacement joueur / ballon
Partie 1	Tâches	Descriptif	Eléments pédagogiques
<b>Mise en train</b>  Durée : 20'	<b>Conservation en Stop-Ball</b> Objectif : échauffement  Organisation en 3/3/2  Buts : Progresser vers l'avant collectivement et arrêter le ballon dans la zone de finition en trouvant un joueur en mouvement <b>S'organiser pour utiliser la largeur et gérer la profondeur pour protéger sa zone de finition</b>		Variables : limiter le nombre de touches, interdire le jeu aérien, incorporer des jokers (gardiens) Mise en place d'un nouveau ballon par l'éducateur pour favoriser la transition  <b>Méthode pédagogique : ACTIVE</b>  Laisser jouer, observer, questionner  <i>Veiller à ...</i> <b>Développer l'esprit de compétition en valorisant par des points chaque réussite</b> <b>Amener les joueurs à être réactifs dans les transitions offensives ou défensives</b>
<b>Jeu</b>  Durée : 20'	<b>Jeu : forme jouée 4 c 4 avec 4 appuis offensifs par équipe avec travail de transition</b> Déséquilibrer pour progresser vers l'avant et finir (par transition offensive si après récupération) <b>S'organiser pour contrarier la progression adverse et protéger son but (par transition défensive si après perte de balle)</b> Les gardiens relancent le jeu rapidement après une intervention ou quand le ballon sort (pour favoriser la répétition des transitions). En cas de but, l'équipe conserve le ballon		Variables : Limiter le nombre de touches ou passes But = 3 points si l'équipe qui défend n'est pas revenu dans sa zone défensive But = 3 points quand but marqué dans zone basse pour favoriser le cadrage de l'adversaire  <b>Méthode pédagogique : ACTIVE</b>  Laisser jouer, observer, questionner  <i>Veiller à ...</i> <b>Amener les joueurs à être réactifs dans les transitions offensives ou défensives</b> <b>Les inciter à « punir » l'adversaire en cas d'oubli</b>
<b>Situation</b>  Durée : 20'	<b>Travail de 2 situations : 10' en attaquants et 10' en défenseurs</b> <b>Par des séquences de 4c3, 4e4</b> Déséquilibrer pour progresser vers l'avant et finir dans le grand but (transition défensive si perte du ballon en défendant les 2 petits buts et le grand but) <b>Protéger son but (transition offensive si récupération du ballon en attaquant l'un des 3 buts)</b> 2 passes obligatoires des attaquants pour pouvoir entrer en zone de finition  Obligation pour les défenseurs de rentrer dans la zone haute		Variables : Limiter le nombre de touches pour les attaquants Mettre les attaquants en crise de temps en limitant le temps de préparation et de possession (ex : séquence de 30'' ou 20'' maximum) Limiter la supériorité numérique offensive et tendre vers l'égalité numérique  <b>Méthode pédagogique : ACTIVE</b>  Laisser jouer, observer, questionner  <i>Veiller à ...</i> <b>Amener les joueurs à être réactifs dans les transitions offensives ou défensives</b> <b>Les inciter à « punir » l'adversaire en cas d'oubli. Compter les points</b>

Partie 4	Tâches	Descriptif	Eléments pédagogiques
<b>Jeu d'expression</b>  Durée : 15'	<b>Match en 8 contre 8 + gardiens</b> Organisation en 3/3/2 Objectifs : retrouver ce qui a été travaillé durant la séance  Buts : Déséquilibrer, progresser et finir Être acteur à la perte par une transition défensive immédiate et efficace  <i>S'opposer à la progression, protéger son but</i> <i>S'organiser vite à la récupération pour profiter du déséquilibre adverse par une transition offensive efficace</i>		Variables :
	Méthode pédagogique : <b>ACTIVE</b>		Laisser jouer, observer, questionner
	<i>Veiller à ...</i>  <b>Maintenir la motivation</b> <i>(L'équipe qui perd ramasse le matériel)</i>  <b>Observer les comportements et la réactivité dans les transitions</b>		
Partie 5	Tâches	Descriptif	Eléments pédagogiques
<b>Retour au calme</b>  <b>Étirements</b>  Durée : 10'	<b>Étirements de fin de séance en alternance avec du renforcement musculaire haut de corps</b>  Quadriceps Ischio jambier Adducteurs Mollets  Gainage / Abdo		Variables :
			Méthode pédagogique : <b>ACTIVE</b>
			Observer, Questionner
			<i>Veiller à ...</i>  <b>Favoriser l'échange sur le travail réalisé</b>  <b>Observer les postures</b>

Évaluation de la séance (1 = réussie) (3 = moyenne) (5 = échec)					
	1	2	3	4	5
<b>Commentaires de l'évaluation</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Qualité du contenu proposé (choix des jeux ou situations)</b></li> <li>• <b>Qualité des choix d'évolution ou de variables choisis</b></li> <li>• <b>Adaptations à réaliser (espace...)</b></li> <li>• <b>Investissements des joueurs dans la séance</b></li> <li>• <b>Objectifs atteints ou non</b></li> </ul>					

*Anthony Herbaut, manager général Olympique Marcquois Football  
Thierry Gouletquer, éducateur « U 16 » et coordinateur Foot à 11*



## Notre devise est simple :

*« Si on sait bien que nous ne formerons pas que de bons joueurs de football, on se doit de former de bons hommes pour demain »*



Vivre et Transmettre sa passion

# FICHE D'ADHÉSION D'ÉDUCATEUR(TRICE)

Saison  
2017/2018

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_  
 Né(e) le : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ à \_\_\_\_\_ Profession : \_\_\_\_\_  
 Adresse : \_\_\_\_\_  
 Code postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_  
 Téléphone fixe : \_\_\_\_\_ Téléphone mobile : \_\_\_\_\_  
 Adresse de courriel : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

Diplôme(s) obtenu(s)	Date d'obtention	Lieu d'obtention (Département)	Diplôme(s) obtenu(s)	Date d'obtention	Lieu d'obtention (Département)
Jeune animateur			B.E.E.S. 2 - D.E.F. - D.E.S.		
Animateur accompagnateur			B.E.E.S. 3 - D.E.P.F. - B.E.P.F.		
Initiateur 1 - CFF 1			Certificat de formateur - B.E.F.F.		
Initiateur 2 - CFF 2			Préparateur physique FFF - C.E.P.P.		
Animateur Seniors - CFF 3			Entraîneur gardiens FFF - C.E.G.B.		
B.M.F.			Autre(s) diplôme(s) - à préciser		
B.E.E.S. 1 - B.E.F.					
Modules	U 9	U 11	U 13	U 15	U 17 / U 19 Seniors
Date du stage	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
Lieu du stage					

Club : \_\_\_\_\_ Fonction(s) au sein du club : \_\_\_\_\_

Catégorie(s) entraînée(s) : \_\_\_\_\_

- La cotisation pour la saison (22 €) est à verser à l'ordre de L'AMICALE DES ÉDUCATEURS DE FOOTBALL,
- L'adhésion à l'amicale de district inclut automatiquement l'appartenance à l'amicale régionale de même qu'à l'amicale nationale et tous les avantages y afférents (manifestations, newsletters, L'entraîneur français, sites internet, etc...).

Fait à : ..... le ..... SIGNATURE :

**Fiche d'adhésion à transmettre avec votre chèque de cotisation, en fonction de votre district, à :**

Aisne	Paul Pesin -20 allée des charmes - 02100 Fayet	06-21-05-49-76	<a href="mailto:paul_pesin@sfr.fr">paul_pesin@sfr.fr</a>
Artois	Gilles Sillou - 54 rue de Paris - 62120 Aire/Lys	06-24-28-35-64	<a href="mailto:gilles.sillou@free.fr">gilles.sillou@free.fr</a>
Côte d'Opale	Éric Picot -78 route de St Omer - 59173 Renescure	06-71-79-68-52	<a href="mailto:eric-picot@hotmail.fr">eric-picot@hotmail.fr</a>
Escaut	Jean-Pierre Pruvost - 1 rue Léon Bhum - 59410 Anzin	06-19-03-72-64	<a href="mailto:jean-pierre.pruvost5@orange.fr">jean-pierre.pruvost5@orange.fr</a>
Flandre	David Méresse - 19 rue du château de Luchin - 59780 Camphin en Pévèle	06-07-69-51-67	<a href="mailto:david.meresse@losc.fr">david.meresse@losc.fr</a>
Maritime Nord	Michel Decroix - 129 rue du canal 59380 Warhem	06-87-01-06-02	<a href="mailto:michel2x@wanadoo.fr">michel2x@wanadoo.fr</a>
Oise	Xavier Van Der Meiren - 14 rue des marronniers - 60600 St Aubin	06-73-54-84-99	<a href="mailto:xavier.van-der-meiren@orange.fr">xavier.van-der-meiren@orange.fr</a>
Somme	Bernard Sinoquet - 26 rue Marie Curie - 80450 Camon	06-07-27-66-45	<a href="mailto:sinoquet.bernard@hotmail.fr">sinoquet.bernard@hotmail.fr</a>

Les informations recueillies sont nécessaires pour votre adhésion. Elles font l'objet d'un traitement informatique et sont destinées au secrétariat de l'association. En application des articles 39 et suivants de la loi du 6 janvier 1978 modifiée, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit et obtenir communication des informations vous concernant, veuillez vous adresser au siège de l'Amicale : [aefnat@gmail.com](mailto:aefnat@gmail.com) Vos coordonnées pourront être cédées à des partenaires. Si vous ne le souhaitez pas, veuillez cocher la case ci-contre :