



## Informations complémentaires

### Encadrement

#### STÉPHANE MARIE

- Directeur technique de l'ASC de 2004 à 2008
- Entraîneur du Kodiak SRM AAA de Charlesbourg 2002-2004, U14M AAA 2008-2009
- Entraîneur du collégial AA de François-Xavier Gameau depuis 2001
- Joueur de division d'honneur de 1983 à 1987 (France)
- Éducateur en service de garde en milieu scolaire depuis 1999

### Horaire

- Tous les mardis de 18h30 à 20h00

### Endroit

Le gymnase de l'école...

- **La Fourmillière**, 5125, 2<sup>e</sup> Avenue Ouest

...a été choisi pour être le lieu où se déroulera les activités de l'école TIR & BUT.

### Équipement nécessaire

- Chaussures de soccer intérieur ou espadrilles
- Chandail, short et bas de soccer
- Protège-tibias

### Annulation de l'activité

Un message sur le répondeur et/ou sur le site internet de l'association vous aviseront si l'activité a lieu ou pas. Notez qu'une forte tempête de neige seulement pourrait annuler l'activité.

### Association de Soccer de Charlesbourg

Casier postal 87186

Québec, Québec, G1G 5E5

Tél.: 418-622-2625, Fax: 418-622-0431

bureau@soccer-charlesbourg.com

www.soccer-charlesbourg.com



## JE M'INSCRIS!

Garçons et filles

U9 à U11

Apprendre, appliquer et répéter telle est notre devise...

Joueur anonyme



418-622-2625

## L'école Tir & but

Le soccer, s'il reste un outil éventuel de compétition ne doit pas faire oublier sa mission première : le bien être de l'individu à se dépenser, le plaisir retiré de challenge individuel et collectif, la pratique régulière dans le respect de la personne humaine, le droit à l'intégrité physique et morale.

L'école " TIR & BUT " espère contribuer à relever ce défi. Elle se veut un espace intermédiaire entre la pratique ludique et la pratique compétitive du football. La recherche du résultat immédiat ne doit pas l'emporter sur les valeurs éducatives et intégratives à transmettre à nos jeunes joueurs.

### L'esprit du futsal

La rigueur de nos hivers veut que l'on transporte le soccer dans son intégralité dans des gymnases. Ainsi le soccer peut se jouer à l'année. Mais est-ce vraiment la solution optimale pour développer le joueur de soccer?

Provenant d'Amérique du sud, le **Futsal** est un véritable soccer à effectif réduit avec des règles et un ballon spécifiques. Loin d'être opposé, il



est, au contraire, complémentaire au soccer à 7 ou à 11 car il développe: La technique et apprend à voir vite, réfléchir vite et agir vite. C'est aussi une solution pour développer un jeu **sans contact physique** (les tacles et les charges sont interdites favorisant grandement l'esprit sportif) et la priorité est donnée à la technique **en mouvement**. Les joueurs touchent fréquemment le ballon et les tirs au but sont fréquents.

En futsal, tout le monde attaque, tout le monde défend.

### Pourquoi un ballon de futsal?

Le ballon Futsal est plus petit que le ballon de soccer traditionnel et rebondit très peu. Les ballons Futsal sont spécifiques car ils permettent, de part leur faible rebond, de permettre un jeu au sol, plus technique. La surface du ballon Futsal est aussi plus rugueuse,

afin d'offrir une meilleure adhérence au contact de la chaussure.

Ainsi pour toutes ces raisons l'école TIR & BUT croit aux avantages de ces ballons Futsal et à l'esprit du futsal. Elle les utilisera lors de ces séances favorisant une meilleure maîtrise du ballon.

### Le programme de développement

L'objectif principal est de développer une bonne technique individuelle du joueur ceci en touchant souvent le ballon et en faisant beaucoup d'exercices dans un contexte de jeu réduit. Cela permet au jeune de jouer avec aisance la balle au pied dans un système où la possession et le jeu collectif sont valorisés.

#### TECHNIQUE

La passe courte	Les dribbles
La conduite de balle	Les contrôles

#### TACTIQUE

Occupation de l'espace	Notions d'appui et de soutien
------------------------	-------------------------------

#### PSYCHOLOGIQUE

Les bonnes habitudes de travail	Le dépassement
Le respect de soi et des autres	La concentration
La détermination	L'engagement

#### PHYSIQUE

Vitesse	Vivacité
Coordination	Agilité

## JE M'INSCRIS!

Date

Inscription à :

Prix

École des joueurs

**120\$**

**Du 23 février au 11 mai 2010**

Nom

Prénom

Adresse

Ville

Code postal

Téléphone

Courriel

Date de naissance

Mode de paiement

Chèque à l'ordre de **Tir et but**

Espèces

Signature

**Téléphone : 418-622-2625**  
**Courriel : tiretbut@gmail.com**