



Mémo pour les entraîneurs juniors

Arbitre

- ➔ Sans arbitre, pas de match! Du fair-Play, SVP.
- ➔ Passeports: 30 min. avant le début du match.
Ne pas oublier de les reprendre à la fin de match.
- ➔ Bijoux, piercing et autres INTERDITS (y.c. alliance)
- ➔ Ballon :
Juniors A, B = no 5
Juniors C = no 4 ou 5
Juniors D, E, F = no 4
- ➔ Expulsion temporaire pour carton jaune: 10 min.
- ➔ Carton rouge: suspension immédiate -
Carton jaune: attendre lettre ACVF pour sanction.
- ➔ Juniors ABC: Fr. 70.-
Juniors D à 9: Fr. 50.- /
Juniors D et E à 7: Fr. 40.-
(payé par l'équipe qui reçoit)

Catégories juniors pour 2006-2007

- ➔ **Âges officiels ACVF**

Juniors A	01.01.1987 - 31.12.1989
Juniors B	01.01.1990 - 31.12.1991
Juniors C	01.01.1992 - 31.12.1993
Juniors D	01.01.1994 - 31.12.1995
Juniors E	01.01.1996 - 31.12.1997
Juniors F	01.01.1998 - 31.12.1999
- ➔ Juniors en droit de jouer en actif: 1990 (échéance au 1er janvier)
- ➔ Ces catégories sont données à titre d'information et ne sont en aucun cas une obligation pour notre club de placer les nouveaux joueurs en équipe active. Le club s'efforce d'introduire un maximum de jeunes selon place et entraîneurs à disposition.
- ➔ **Équipes nationales juniors**

M-16	1992	M-19	1989
M-17	1991	M-20	1988
M-18	1990	M-21	1986/87

Communication

- ➔ Une feuille d'infos pour le comité se trouve dans le vestiaire entraîneurs. Elle doit être utilisée pour toutes demandes au comité, changement de date, refixation d'un match, tournoi, informations extra-sportives, etc. Elle sera déposée le week-end dans le casier du comité et l'information sera traitée le lundi suivant.
- ➔ Les entraîneurs jun. E communiquent chaque semaine le résultat du match au comité (feuille info comité).
- ➔ Contingent en ordre (adresse, passeport, cotisation).
- ➔ Relever les informations diffusées dans les casiers
- ➔ Dès le mercredi, les informations sur internet sont officielles (date, heure, couleur, stade)
- ➔ Aucune date de match ne peut être changée sans en avoir averti le comité (voir file infos comité).
- ➔ Vérifier le vestiaire désigné pour les entraînements (modification possible en cas de match en semaine).

Cotisations

- | | |
|-----------------|-----------|
| Actifs | Fr. 190.- |
| Juniors A/B/C/D | Fr. 180.- |
| Juniors E/F | Fr. 130.- |
| Ecole de foot | Fr. 100.- |
| Passion foot | Fr. 100.- |
- ➔ Rabais familial: **Fr. 20.-** dès le 2e enfant
 - ➔ Majoration pour qualification (passeport): **Fr. 45.-**
 - ➔ En cas de cotisation impayée, **le joueur pourra être suspendu.** Prendre contact rapidement avec le comité

Compétition

- ➔ A l'instar des entraînements, les compétitions sont, pour les enfants et les jeunes, un excellent moyen de s'exercer et de faire leurs propres expériences;
- ➔ Moniteurs et parents doivent toutefois se rendre compte qu'un succès à court terme peut certes être important mais que, comparé à des objectifs de formation scolaire, professionnel et sportif à long terme, il passe au second plan.
- ➔ Ne pas considérer les enfants précoces comme des talents et les enfants tardifs comme des enfants n'ayant pas de talent.

Fair-Play

- ➔ Charte Faire-Play : à lire aux joueurs, faire signer et rendre au coach J+S au début du championnat.
- ➔ L'entraîneur s'engage à surveiller le langage de ses joueurs et également le sien. Il est exigé de montrer l'exemple. Il est attendu de l'entraîneur des remarques positives et non des injures et quolibets sur les joueurs.
- ➔ L'entraîneur veillera à ce que le joueur ait un comportement de sportif. Le comportement du joueur contribue à l'image du club.
- ➔ Pas un mot sur l'arbitre. Au coup de sifflet de l'arbitre, le joueur doit veiller à se replacer au plus vite afin de ne pas subir le coup-franc par un mauvais placement suite à une discussion inutile.
- ➔ Le joueur écoute les consignes de l'entraîneur et non pas celles du papa ou de la maman.
- ➔ Veiller au respect de l'adversaire. (pas d'adversaire, pas de match).



Mémo pour les entraîneurs juniors

Equipement

- ➔ Respect de l'équipement qui est à disposition dans le local infirmerie.
- ➔ Avant de partir en déplacement, veuillez effectuer un bref contrôle de l'équipement. L'erreur est humaine.
- ➔ L'entraîneur est responsable de ramener au complet l'équipement mis à disposition (même s'il veut responsabiliser l'un ou l'autre de ses joueurs).
- ➔ Pendant le match, ne pas laisser traîner les équipements non-utilisés afin d'éviter vols ou détériorations.
- ➔ On laisse les maillots mouillés dans les sacs un minimum de jours.

Equipement (lavage)

Matches du week-end - période de championnat:

- ➔ La Cordée, rue des Métiers 2, 1008 Prilly, tél. 021 620 69 80
- ➔ Sac à disposition dans le local infirmerie dès le vendredi.
- ➔ Après le match, mettre le sac dans la partie «linge sale».
- ➔ **La Cordée** se charge de prendre les sacs le lundi. Ils sont rapportés le vendredi pour les matches du samedi.

Matches en semaine:

- ➔ Aviser par un petit message sur le sac que l'équipement est souhaité impérativement pour un jour de semaine en raison d'un match hors week-end (**à charge de l'entraîneur d'aller le chercher à la Cordée**).
- ➔ L'entraîneur est responsable d'amener et de reprendre les équipements à **La Cordée** selon son planning.
- ➔ L'entraîneur prend en charge le lavage de l'équipement lors des vacances et congés de la Cordée.

Equipement (de réserve)

- ➔ En cas de besoin : contacter le ou les responsables du matériel (voir feuille adresses dirigeants).

Entraînement (cours J+S)

- ➔ Indispensable: un chrono et un sifflet;
- ➔ Structurer l'entraînement (préparation des entraînements sur papier).
- ➔ Capacité de coordination, voir brochure ACVF.
- ➔ Exemple d'une structure d'entraînement: (méthode de base préconisée par l'ACVF pour les petits)
 - 15 min - Echauffement
 - 20 min (G) - Exercices sous forme de jeu
 - 20 min (A) - Travail technique (exercer)
 - 20 min (G) - Exercices sous forme de jeu
 - 15 min - Retour au calme (important) + stretching (si possible avec ballon); (voir files annexes) dans la partie «exercer» prendre le temps d'expliquer et de montrer.
- ➔ Montrer-Expliquer-Corriger-Répéter;
- ➔ Entraînement en ORDRE... (explication J+S)
 - O = orientation
 - R = réaction
 - D = différenciation
 - R = rythme
 - E = équilibre
- ➔ Expliquer la position du joueur :
 - 1-quand il a le ballon,
 - 2-quand il n'a pas le ballon,
 - 3-quand l'équipe a le ballon,
 - 4-quand l'adversaire a le ballon;

Entraînement (infos diverses)

- ➔ **Ancrage des buts de E obligatoire** (match et entraînement).
- ➔ Il est indispensable que les joueurs puissent avoir de l'eau au bord du terrain. Ne pas hésiter à faire une petite pause boisson pendant l'entraînement (**veiller à nettoyer les gourdes régulièrement**).
- ➔ Exigence: exercice de coordination, protection du ballon et saine agressivité.
 - ➔ Utiliser la largeur du terrain, situation de match.
 - ➔ Le joueur doit toucher le plus souvent possible le ballon.
 - ➔ Les joueurs ont un numéro à l'année. Cela permet de les grouper facilement, de faire des rapidement des exercices par no et de donner une tâche de rangement à chacun;
- ➔ Important: temps de récupération 10x le temps de travail (exemple, sprint de 3 secondes = 30 secondes de récupération);
- ➔ Pas de charge chez DEF (seul le poids de corps);
- ➔ Précision avant la force;
- ➔ Hygiène, prendre une douche est nécessaire.

Entraîneur

- ➔ L'entraîneur donne l'entraînement en tenue sportive. Evidence éducative.
- ➔ L'entraîneur est responsable de l'enfant jusqu'à la prise en charge des parents.
- ➔ Casier communication rangés et... consultés, svp.
- ➔ Veiller à nettoyer régulièrement les gourdes
- ➔ Prévoir à l'avance la non-présence de joueurs en veille de fête (renvoi du match en cas de problème).
- ➔ L'entraîneur veillera à se faire respecter fermement.
- ➔ Les retards répétés et les absences sans motif ne doivent pas être tolérés (un séjour à passion foot est une solution de remise à l'ordre et d'éducation).
- ➔ Puniton sportive: autre que renvoi des joueurs avant la fin de l'entraînement.
- ➔ L'entraîneur qui part en dernier des vestiaires doit absolument s'occuper de fermer les locaux à clé et éteindre les lumières.

Informations pour les parents des joueurs

- ➔ Les parents doivent être informés (au plus vite) du déroulement de la saison (horaires des matches et entraînements) éventuellement par une petite réunion de parents.
- ➔ Avertir les parents au plus vite si un joueur va jouer avec une autre équipe.
- ➔ L'entraîneur veillera à bien faire passer ses coordonnées aux parents (no tél., adresse, etc).
- ➔ Pour des raisons de respect et de sécurité, l'entraîneur doit être averti par les parents en cas d'absence.

Jeunesse + Sports

- ➔ Liste des présences + Cahier d'entraînement.
- ➔ Contrôle des présences: www.jeunesseetsport.ch
>Documents généraux >Formation des jeunes
>Contrôle des présences - (docs utilisateurs 1 et 6)



Mémo pour les entraîneurs juniors

Match (de championnat)

- ➔ Une feuille mémo pour entraîneur facultative est à disposition.
- ➔ Directives pour nouvelle date ou match refixé (utilisez la feuille de communication au comité).
- ➔ Chaque joueur vient avec une veste de training ou un k-way pour l'échauffement. En cas de pluie, penser à protéger les affaires de ceux qui jouent.
- ➔ Prévoir à l'avance qui va tirer les corners, coup-francs et penalty.
- ➔ L'entraîneur veillera à faire respecter l'emplacement des spectateurs et le fair-play des accompagnants.

Match (amical)

- ➔ Pour un match à Prilly, contacter le responsable du club : voir feuille des dirigeants avec fonctions.
- ➔ L'entraîneur se charge de l'arbitre (règle plus ou moins en vigueur, l'équipe qui joue à l'extérieur paie l'arbitre).
- ➔ Prévoir des matches amicaux entre équipes du club. Demandez pour jouer en ouverture de la 1re équipe.

Match (thé à la mi-temps)

- ➔ L'entraîneur se chargera d'envoyer quelqu'un chercher le thé à la buvette 15 minutes avant la mi-temps.
- ➔ Ne pas oublier d'offrir un gobelet à l'arbitre.

Match (feuille de)

- ➔ A compléter selon recommandations ACVF en vigueur. Amendes en cas de non respect.
- ➔ Feuilles de matches à demander en suffisance pour la saison.
- ➔ No du club 09088 à mentionner sur les feuilles de match.
- ➔ Cartes officielle des joueurs : www.football.ch/acvf/ >Formulaires

Matériel

- ➔ Pour toute demande de matériel, s'informer auprès des responsables du matériel (voir liste des dirigeants du club) ou faire une demande par écrit au moyen de la feuille pour le comité.
- ➔ Un inventaire de votre matériel est fait en début de saison et vous vous engagez à le restituer en fin de saison.
- ➔ Vous êtes responsable de vos clés (armoire, entrée/ vestiaire, coffre).
- ➔ Les clés des coffres doivent rester sur les coffres.

Terrain

- ➔ Afin d'économiser le terrain, il faut penser à faire les exercices répétitifs en dehors du terrain, en dehors des 16 mètres ou pas toujours au même endroit ;
- ➔ Ancrage obligatoire : sur le terrain en herbe, toujours mettre les sardines pour les buts de E et D.
- ➔ En fin d'entraînement, ne pas oublier de ranger les buts et les sardines
- ➔ Après les matches, ne pas oublier de ranger les poteaux de corner.

Terrain (marquage)

- ➔ Une liste des responsables est pré-établie et affichée en principe à l'entrée des vestiaires.
- ➔ Le marquage du terrain doit se faire si possible la veille des matches du samedi. Il faut passer rapidement avec la machine (économie de la marchandise). Et surtout, ne pas oublier de la nettoyer.
- ➔ Le responsable du week-end prend ses dispositions afin de se renseigner au tableau communal en ce qui concerne le renvoi éventuel sur le synthétique.

Tournoi

- ➔ La finance d'inscription d'un tournoi en été est prise en charge par le club ; pour un tournoi en hiver, prendre contact avec le comité ;
- ➔ Le repas lors de ces tournois n'est pas pris en charge par le club. Veuillez donc vous inquiéter de savoir si les enfants non accompagnés auront de quoi manger et boire pour le repas de midi ;
- ➔ Veuillez faire attention à ce que les enfants portent une casquette par temps ensoleillé et se tiennent si possible dans des endroits ombragés entre les matches ;
- ➔ Veillez à avoir des gourdes d'eau (propres) en suffisance tout au long de la journée. Ne pas avoir peur d'obliger les enfants à boire. Ils ne vont pas le faire spontanément ;
- ➔ En cas de temps douteux, veiller à ce que les enfants puissent avoir des habits de rechange. Il est indispensable de ne pas rester avec des maillots mouillés entre les matches.

Remboursements

- ➔ Les factures d'arbitrage sont remboursées 2x par année (Noël et fin de saison) ou directement à la buvette le jour du match. Selon arrangement avec le caissier, une avance peut être effectuée.
- ➔ Autre : contacter le caissier du club (voir liste des dirigeants du club).

Vestiaire

- ➔ Insister sur le rangement des affaires dans les vestiaires afin d'éviter mélange et perte.
- ➔ Les équipes à sept utilisent un demi vestiaire.
- ➔ Ne pas laisser d'affaires de valeur dans les vestiaires (en principe, coffre pour les plus grands).

WEB utile

- ➔ www.fcprilly.ch
- ➔ Téléchargement du fichier du contrôle des présence : **www.jeunesseetsport.ch** >Documents généraux >Formation des jeunes >Contrôle des présences - (docs utilisateurs 1 et 6)
- ➔ Formulaires ACVF - Cartes officielle des joueurs : **www.football.ch/acvf/** >Formulaires