

CONCEPT DE FORMATION FC PRILLY-SPORTS — JUNIORS G-F-E-D — SAISON 2026-2027

L'ESSENTIEL EN 1 PAGE POUR L'ENTRAÎNEUR

Notre philosophie	R-A-R : à chaque activité, les enfants doivent Rire, Apprendre, Réaliser — dans cet ordre. Les trois maîtres-mots J+S nous guident : plaisir, fair-play, sécurité . G-F-E : 2 phases de jeu (avec / sans ballon) et 6 formes caractéristiques ASF. D : 4 phases de jeu (« le compas du jeu »). Football offensif, construction depuis l'arrière, oser jouer — <i>l'erreur fait partie de l'apprentissage</i> .
Notre identité de jeu	1. Garder le ballon — « Garde-le ! », « Scanne ! », « Ose ! », « Donne et va ! » 2. Jouer sur les côtés — « Écarte ! », « Déborde ! », « Centre ! » 3. Récupérer vite et haut — « Reprends-le ! », « Presse ! », « Cadre ! » 4. Toujours en mouvement — « Démarque-toi ! », « Appelle ! », « Profondeur ! »
Ta séance	La séance : 1 seule phase de jeu, 1 ou 2 thèmes maximum, objectifs SMART. Accent : le 1er contact. G-F-E : accueil ludique → introduction (1 ballon par enfant) → apprendre / diversité / jouer → retour au calme. D : échauffement 15-20' + explosivité 10' → formes de jeu 30-45' → jeu final 15-20'. Intensité : ponctualité, rituels, terrains prêts à l'avance, petits groupes, tâches pendant les temps morts, coaching limité à l'essentiel. 1 à 2 rituels d'équipe (Coerver, jonglage, carré de passes, coordination). Avant le match : vestiaire rangé, affaires suspendues ; matériel installé et rangé par les enfants ; on salue adversaires et arbitre.
Temps de jeu	Tous les enfants convoqués jouent. Minimum 50 % du temps , en G-F-E comme en D. Convocation à tour de rôle ; critères en cas de choix : assiduité, fair-play de l'enfant, fair-play des parents. Non-convoqués prévenus au plus tard 2 jours avant. Rotation des postes, gardien compris (G-F-E). L'expérience avant le résultat : aucun enjeu de classement ne justifie de laisser un enfant sur le banc.
Règles d'or	Sélection tardive : aucun jugement définitif sur un enfant avant la fin des D. Technique avant physique. Effet d'âge relatif : attention à ne pas favoriser les enfants nés en début d'année (plus grands, plus forts). Le poste de gardien fait partie de la formation de tous (G-F-E) ; regroupement gardiens dès E-D. Les filles sont les bienvenues dans toutes les équipes. En D : fiche de suivi individuelle 2x/saison (technique, intelligence de jeu, personnalité, vitesse) — pour le développement, jamais pour la sélection.
Sécurité & intégrité	Prévention : échauffement systématique, terrain et matériel vérifiés, hydratation à chaque pause. Blessure : on arrête le jeu, on sécurise l'enfant ; parents et directeur technique informés le jour même. Choc à la tête = arrêt immédiat, pas de reprise sans avis médical. Intégrité : un climat bienveillant pour chaque enfant — langage respectueux, jamais de punition physique, jamais seul à huis clos avec un enfant.
Communication	Parents → toi d'abord (en semaine, jamais au bord du terrain) → directeur technique si besoin. La charte des parents est signée à l'inscription : fais-la respecter avec bienveillance. Toute situation particulière (incident, blessure, conflit) : informe le directeur technique rapidement.
Tes ressources	Concept de formation complet (référence) • Manuels ASF Football des enfants / des jeunes • Kickstart : 8 séances types + 25 exercices • Play More Football (règles tournois G-F-E). Le directeur technique visite ton équipe chaque mois et reste ton premier soutien : questions, séances, formation J+S/ASF.

Direction technique juniors — Anthony Chavez & Pedro Goncalves

