

Saison estivale 2026

Programme U6 – U8



Programmes techniques U4 à U16

U4 – U5

Départ actif

Offre la possibilité aux plus jeunes joueurs d'acquérir les habiletés motrices de base comme courir, sauter, exécuter une réception au sol, frapper, lancer et attraper dans un milieu agréable et repose sur le jeu non formel et le renforcement positif.

U6 – U8

Fondamentaux

Permet aux enfants d'acquérir les bases du mouvement – agilité, équilibre, coordination et vitesse – et d'apprendre les bases du jeu tout en mettant l'accent sur le plaisir, la coopération et le temps maximal de jouer avec le ballon.

U9 – U10

Apprendre à s'entraîner

Consolidation des bases du mouvement avec un accent mis sur la coordination.
Les bases techniques (contrôle, passes, conduite, frappe et dribles) sont consolidées par le jeu.

U11 – U12

Apprendre à s'entraîner

Perfectionnement des habiletés, l'entraînement permet de remplir le répertoire des mouvements spécifiques au soccer.
La tactique est de plus en plus intégrée à la composante d'entraînement

U13 – U16

Développement

Développer des habiletés, l'entraînement permet de remplir le répertoire des mouvements spécifiques au soccer.
La tactique est de plus en plus intégrée à la composante d'entraînement. Objectif se développer dans le plaisir



Programme Initiation U6

Initiation U6

(x 1 activité par semaine)

Descriptif du programme:

Ce programme permettra aux joueuses et joueurs de se familiariser avec le ballon et de développer leur motricité globale et coordination générale grâce à des activités amusantes et à des matchs à 5 contre 5.

La majorité des activités se déroulent sur le secteur d'inscription. Durant la saison 3 rassemblements pour des matchs se dérouleront hors secteurs.

Programme -

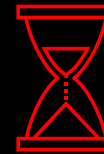
1. Choix d'une activité par semaine: échauffement technique + matchs

Objectifs:

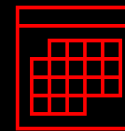
- Développement des bases techniques (courir avec le ballon en ligne droite et en changeant de direction, dribler, frapper, ...)
- Découverte du partenaire et intégration du sens de jeu
- Développement de la motricité de base et de la coordination générale
- Développer la confiance en soi à travers le jeu



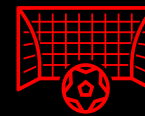
U6 (né(e) en 2020)



1h00 par activité (1 ou 2 activités par semaine au choix)



Activités sur 14 semaines
3 Rassemblements dans l'été
1 Gala de fin de saison



Première activité d'introduction - le samedi 23 ou dimanche 24 mai (Stade de Soccer)
Puis 1 ou 2 activités (au choix) par semaine entre le lundi et le jeudi sur votre secteur.



1 activité semaine - Coût: 220\$
2 activités semaine - Coût 253 \$

Initiation U6

(x 2 activités par semaine)

Descriptif du programme:

Ce programme permettra aux joueuses et joueurs de se familiariser avec le ballon et de développer leur motricité globale et coordination générale grâce à des activités amusantes et à des matchs à 5 contre 5.

La majorité des activités se déroulent sur le secteur d'inscription. Durant la saison 3 rassemblements pour des matchs se dérouleront hors secteurs.

Programme -

1. Choix de deux activités par semaine:

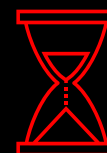
- Activité 1: entraînement en plateau
- Activité 2: Échauffement technique + matchs

Objectifs:

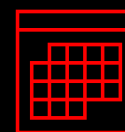
- Développement des bases techniques (courir avec le ballon en ligne droite et en changeant de direction, dribler, frapper, ...)
- Découverte du partenaire et intégration du sens de jeu
- Développement de la motricité de base et de la coordination générale
- Développer la confiance en soi à travers le jeu



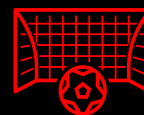
U6 (né(e) en 2020)



1h00 par activité (1 ou 2 activités par semaine au choix)



Activités sur 14 semaines
3 Rassemblements dans l'été
1 Gala de fin de saison



Première activité d'introduction - le samedi 23 ou dimanche 24 mai (Stade de Soccer)
Puis 1 ou 2 activités (au choix) par semaine entre le lundi et le jeudi sur votre secteur.



1 activité semaine - Coût: 220\$
2 activités semaine - Coût 253\$



Programme Initiation

U7 – U8

Initiation U7 – U8

(x1 activité par semaine)

Descriptif du programme:

La première activité de la semaine sera consacrée au développement de la coordination générale, de la technique individuel (maîtrise du ballon, duel 1 contre 1) et de la coordination spécifique au soccer (dissociation segmentaire, latéralisation, vivacité). Nous allons favoriser la formation des équipes selon le stade de développement actuel des enfants pour garantir un niveau de jeu adéquat à chacun(e).

1. Choix d'une activité par semaine: échauffement technique + matchs

Objectifs:

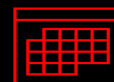
- Développement des bases techniques (courir avec le ballon en ligne droite et en changeant de direction, dribler, frapper, passer, contrôler)
- Découverte de la relation avec les partenaires afin de contrer l'opposition de l'adversaire.
- Développement de la motricité de base et de la coordination générale
- Développer la confiance en soi à travers le jeu



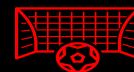
U7 (né(e) en 2019) – U8 (né (e) en 2018)



1h15



Activités sur 14 semaines
3 rassemblements dans l'été
1 Gala de fin de saison



Première activité d'introduction - le samedi 23 ou dimanche 24 mai (Stade de Soccer)
Puis 1 activités par semaine entre le lundi et le jeudi sur votre secteur.



1 activité semaine - Coût: 275\$

Initiation U7 – U8

(x 2 activités par semaine)

Descriptif du programme:

La première activité de la semaine sera consacrée au développement de la coordination générale, de la technique individuel (maîtrise du ballon, duel 1 contre 1) et de la coordination spécifique au soccer (dissociation segmentaire, latéralisation, vivacité). Nous allons favoriser la formation des équipes selon le stade de développement actuel des enfants pour garantir un niveau de jeu adéquat à chacun(e).

1. Choix d'une activité par semaine: échauffement technique + matchs
2. Choix de deux activités par semaine:
 - Activité 1: entraînement en plateau
 - Activité 2: Échauffement technique + matchs

Objectifs:

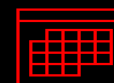
- Développement des bases techniques (courir avec le ballon en ligne droite et en changeant de direction, dribler, frapper, passer, contrôler)
- Découverte de la relation avec les partenaires afin de contrer l'opposition de l'adversaire.
- Développement de la motricité de base et de la coordination générale
- Développer la confiance en soi à travers le jeu



U7 (né(e) en 2019) – U8 (né (e) en 2018)

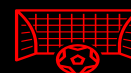


1h15



Activités sur 14 semaines
3 Rassemblements dans l'été
1 Gala de fin de saison

Première activité d'introduction
- le samedi 23 ou dimanche 24 mai
(Stade de Soccer)



2 activités (1 entraînement + 1 match) par semaine entre le lundi et le jeudi sur votre secteur.



2 activités semaine - Coût 308 \$



Inscription -



<https://page.spordle.com/fr/venturi-de-saguenay>

Contact - Alyson Vezina
Info@soccersaguenay.com