

# Option FOOTBALL

## Section Sportive Scolaire



### OBJECTIFS

- ▶ S'engager lucidement dans un projet personnel alliant la réussite scolaire et une pratique sportive intensive
- ▶ Développer les qualités physiques nécessaires au joueur de football (endurance, vitesse, force)
- ▶ Améliorer la technique gestuelle du joueur
- ▶ Enrichir la culture tactique du footballeur et développer les qualités mentales nécessaires à la pratique compétitive
- ▶ Favoriser la responsabilisation et l'autonomie des élèves (arbitre, éducateur, organisateur)

### CONTENU

- ▶ La section sportive scolaire football accueille un groupe de 12 à 20 filles et un groupe de 12 à 20 garçons jouant au niveau régional ou en élite départementale.
- ▶ La programmation s'organise autour de 4 grands domaines qui caractérisent les différentes phases du jeu en football : la CONSERVATION du ballon, la PROGRESSION vers la cible, la FINITION pour marquer et la RECUPERATION du ballon.
- ▶ Chaque séance est orientée vers un de ces 4 thèmes de manière logique et équilibrée. Nous fonctionnons en cycles de travail de 6 à 7 semaines. Le jeu est utilisé comme moyen privilégié d'apprentissage et d'entraînement pour permettre d'évaluer le niveau des élèves, de fixer des objectifs de travail et enfin de rendre compte des progrès réalisés. Des tests physiques et techniques sont également mis en place au début et à la fin de chaque cycle de travail pour suivre l'évolution de chaque élève au cours de l'année.

### ORGANISATION

- ▶ **Durée** : 3 séances d'1h30 par semaine (lundi, mardi et jeudi de 17h30 à 19h) grâce à un emploi du temps aménagé.
- ▶ L'encadrement est réalisé par un éducateur diplômé (brevet d'état ou brevet de moniteur de football) et le suivi est coordonné par un enseignant d'EPS de l'établissement. Les élèves de la section sportive peuvent être hébergés à l'internat du lycée.