



Convention des entraîneurs de l'UEFA

Cursus minimal : Diplôme juniors Élite A de l'UEFA

Édition 2020



PROFIL DE L'ENTRAÎNEUR

Tout titulaire d'une licence juniors Élite A de l'UEFA doit avoir une compréhension claire de la manière de développer et d'entraîner de futurs joueurs professionnels passant du niveau d'élite au niveau professionnel, pendant la période de l'adolescence à l'âge adulte, et doit démontrer des compétences dans les quatre domaines ci-dessous.

Entraîneur de joueurs en développement

- » Travailler comme entraîneur principal d'équipes juniors Élite.
- » Préparer des joueurs juniors Élite au football professionnel.
- » Collaborer étroitement avec le staff technique et le personnel d'encadrement, y compris le directeur de l'académie.
- » Participer au plan de développement des jeunes talents d'un club.
- » Travailler avec des joueurs de milieux culturels, de catégories d'âge et d'un niveau d'expérience différents.
- » Gérer tous les autres facteurs ayant un impact sur les performances de l'équipe : médias, parents, agents de joueurs, supporters, recruteurs, éthique du sport, etc.
- » Comprendre et planifier un parcours de développement des joueurs (en particulier dans la catégorie des 17-23 ans), à un âge où les possibilités d'intégrer l'équipe première peuvent être limitées.

Joueur et équipe

- » Préparer les joueurs de talent individuellement et l'équipe dans son ensemble à répondre aux exigences du football professionnel, conformément au plan de développement des talents du club.
- » Impliquer les joueurs dans le processus d'apprentissage et leur permettre de se responsabiliser.
- » Gérer tous les aspects liés aux performances de l'équipe.
- » Mettre en place une mentalité de vainqueur et une culture de la haute performance.

Cadre d'entraînement

- » Améliorer les séances d'entraînement en ciblant des activités individuelles et collectives.
- » Comprendre tous les aspects liés à l'entraînement en vue de hautes performances.
- » Travailler avec les joueurs individuellement et avec l'équipe dans son ensemble, et comprendre dans quelle mesure la conception des séances d'entraînement peut influencer les performances.
- » Concevoir des séances d'entraînement axées sur le jeu (adversaires, pression, intensité).
- » Préparer, diriger et analyser les séances d'entraînement conformément à la philosophie du club en matière d'entraînement.

Matches

- » Préparer l'équipe pour les matches et la diriger durant ceux-ci au niveau juniors Élite.
- » Utiliser le jeu pour développer chaque joueur et l'équipe, mais également pour instaurer une mentalité de vainqueur.
- » Préparer le plan de match conformément à la philosophie de jeu du club, en tenant compte de l'équipe adverse.
- » Analyser les matches en tant qu'outil d'évaluation et d'apprentissage pour les joueurs à titre individuel et pour l'équipe dans son ensemble.

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE

Entraîneur de joueurs en développement		
Compétences	Modules	Heures de formation ¹
<ul style="list-style-type: none"> Comprendre en quoi consiste la fonction d'entraîneur de joueurs en développement dans le football juniors Élite. Rester positif dans tous les aspects du comportement, sur le terrain et en dehors. Créer un cadre d'apprentissage positif et avoir une compréhension claire de ce qui constitue une haute performance pour chaque joueur individuellement et pour l'équipe. Faire preuve de leadership, de management et dispenser un enseignement de qualité au niveau juniors Élite. 	Philosophie, valeurs et croyances	
<ul style="list-style-type: none"> Appliquer la vision du club en matière de football, d'enseignement du football et de développement des joueurs au niveau juniors Élite. Appliquer les différentes méthodes d'enseignement et d'apprentissage (modèles d'entraînement). Entraîner l'équipe/les joueurs d'une manière qui convienne à leur âge et à leur stade de développement entre l'adolescence et l'âge adulte. Promouvoir une approche axée sur le développement de la haute performance, y compris l'importance de gagner. 	Méthodologie d'apprentissage : le rôle de l'entraîneur	
<ul style="list-style-type: none"> Collaborer efficacement avec le staff technique et avec les autres membres du personnel d'encadrement (approche pluridisciplinaire) dans le cadre du processus de développement. Suivre et appliquer le plan de développement des talents et la politique de recrutement du club. Communiquer avec les personnes exerçant une influence sur le développement à long terme des joueurs (p. ex. parents, agents, etc.). 	Collaboration	
<p>La partie du cours consacrée à l'entraîneur de joueurs en développement doit comprendre au moins 20 heures de formation pragmatique.</p>		

¹ Le nombre exact d'heures de formation dans les modules de cours doit être défini par chaque partie à la Convention.

Joueur et équipe		
Compétences	Modules	Heures de formation
<ul style="list-style-type: none"> Comprendre les caractéristiques d'un joueur de talent afin de répondre aux exigences du football professionnel moderne. Fixer des objectifs individuels aux joueurs et à l'équipe, et les réviser constamment, en fonction des capacités techniques, tactiques et physiques des joueurs, de leur âge biologique, chronologique et d'entraînement, et des exigences psychologiques en guise de préparation au football professionnel. Utiliser les différentes méthodes d'évaluation pour guider efficacement les joueurs dans leur processus de développement individuel. Offrir un parcours de développement aux joueurs individuels et des occasions de jouer à un niveau qui leur permette de progresser, par exemple en leur faisant intégrer une catégorie d'âge supérieure. 	Connaissance des joueurs	
<ul style="list-style-type: none"> Constituer une équipe efficace, mettre en place une bonne dynamique d'équipe au niveau juniors Élite et impliquer les joueurs dans les aspects suivants : <ul style="list-style-type: none"> » connaissance et clarification des différents rôles sociaux au sein du groupe ; » définition de standards sur le terrain et dans les vestiaires ; » fixation d'objectifs d'équipe ; » motivation et inspiration des autres ; » gestion des déceptions et des conflits ; 	consolidation de l'esprit d'équipe.	
<ul style="list-style-type: none"> Développer tous les aspects physiques en fonction du niveau des joueurs. Appliquer les principes de la charge d'entraînement, de la récupération et des tests de condition physique pour produire un programme de préparation physique sûr et équilibré. Comprendre les spécificités de la préparation physique des joueurs d'élite. Étudier les moyens d'intégrer des exercices de suivi et de gestion de la charge, d'échauffement et de préhabilitation aux routines quotidiennes. Comprendre les principes de la rééducation, de la reprise de l'exercice, de la reprise de l'entraînement ainsi que de la reprise des matches et de l'entraînement de la performance. 	Développement physique	
<ul style="list-style-type: none"> Aider les joueurs à surmonter les problèmes liés à l'adolescence. Soutenir les joueurs dans les domaines suivants liés à leur future carrière de joueur professionnel : <ul style="list-style-type: none"> » gérer la pression et le stress ; » surmonter l'adversité ; » gérer le temps de jeu réduit ; » gérer la victoire ; » utiliser des techniques de relaxation, etc. Développer la volonté de progression des joueurs et ses aspects individuels : apprentissage, engagement, effort, résilience et autodiscipline. 	Développement psychologique	
<ul style="list-style-type: none"> Instaurer un solide esprit d'équipe et une mentalité de vainqueur grâce à un comportement, des actions et une communication positifs. Communiquer efficacement dans différentes situations problématiques au sein de l'équipe impliquant plusieurs joueurs ou des joueurs et des membres du staff technique/de l'encadrement. Comprendre la complexité des médias et apprendre à les gérer dans le football professionnel. Comprendre les implications de l'utilisation des médias sociaux et leurs répercussions possibles sur les joueurs individuels et sur l'équipe. 	Développement social	
La partie du cours consacrée aux joueurs doit comprendre au moins 20 heures de formation pragmatique.		

Cadre d'entraînement		
Compétences	Modules	Heures de formation
<ul style="list-style-type: none"> Comprendre les exigences techniques, tactiques et physiques relatives au développement et à l'amélioration de la haute performance. Intégrer régulièrement la prise de décisions et la résolution de problèmes aux séances d'entraînement. 	Conception et contenu des séances d'entraînement	
<ul style="list-style-type: none"> Comprendre la périodisation au niveau individuel et de l'équipe. Concevoir des plans saisonniers, mensuels et hebdomadaires axés sur le développement des joueurs individuels dans un contexte de haute performance, dans le cadre du développement à long terme des joueurs. Planifier, réaliser et analyser des séances de préparation physique intégrée, en tenant compte de l'objectif physique de la séance, de la charge physique attendue, du contenu approprié, des exercices et des étapes méthodologiques. Planifier et réaliser des programmes individuels d'entraînement de la force et de la condition physique en salle de sport et sur le terrain qui soient spécifiquement adaptés au niveau et au stade de développement des joueurs, et assurer le suivi de ces programmes. 	Planification, réalisation et analyse	
<ul style="list-style-type: none"> Créer un cadre d'apprentissage positif axé sur la haute performance, sur le terrain et en dehors (p. ex. analyses vidéo et séances tactiques d'équipe). Utiliser différents styles de leadership et d'enseignement en fonction de l'âge et des capacités des joueurs, ainsi que de la situation, à savoir séance d'entraînement, causerie, discussions d'avant-match et d'après-match, etc. Diriger l'équipe/les joueurs durant les séances d'entraînement de manière appropriée. Analyser les séances en permanence et réfléchir afin de viser la plus haute performance individuelle et de l'équipe. 	Climat d'apprentissage	
<ul style="list-style-type: none"> S'assurer du bien-être des joueurs. Appliquer des méthodes en vue de promouvoir les répercussions positives d'un style de vie sain (p. ex. nutrition, hydratation, sommeil) sur la santé et la performance. Appliquer des stratégies de récupération. Connaître les directives et la législation en matière de sauvegarde de l'enfance². Connaître le code de conduite du club ou de l'organisation et se comporter en conséquence. 	Santé et bien-être	
La partie du cours consacrée au cadre d'entraînement doit comprendre au moins 20 heures de formation pragmatique.		

² Si vous souhaitez obtenir des informations supplémentaires sur la sauvegarde de l'enfance, veuillez consulter la boîte à outils sur la sauvegarde de l'enfance conçue à l'intention des associations membres de l'UEFA.

Matches		
Compétences	Modules	Heures de formation
<ul style="list-style-type: none"> • Lire et analyser le jeu au niveau juniors Élite sur la base des tâches confiées aux joueurs et à l'équipe, notamment étudier les équipes adverses. • Analyser les performances individuelles des joueurs en relation avec leur courbe d'apprentissage. • Aider les joueurs à évaluer leur propre jeu et les guider dans l'autodiscipline. 	Analyse des matches et des performances	
<ul style="list-style-type: none"> • Appliquer efficacement différents styles de jeu et formations dans un contexte de haute performance. • Comprendre les différents postes et tâches des joueurs dans les divers systèmes de jeu. • Appliquer efficacement les tendances techniques, tactiques et en matière de condition physique dans le football d'élite durant les matches. 	Styles de jeu	
<ul style="list-style-type: none"> • Préparer les joueurs individuels et l'équipe à être hautement performants lors des matches en collaboration avec le personnel d'encadrement, p. ex. sélection des joueurs, plans de jeu, causeries, etc.). • Entraîner l'équipe efficacement et positivement durant les matches afin que les joueurs exploitent leur potentiel. • Encourager les joueurs à être autonomes dans la prise de décisions et la résolution de problèmes. 	Environnement de match	
La partie du cours consacrée aux matches doit comprendre au moins 20 heures de formation pragmatique.		

Contenu interactif dirigé, hors autoformation		Au moins 95 heures
Expérience professionnelle		Au moins 25 heures
Formation pragmatique		u moins 120 heures³
Visites d'étude ⁴		

³ Heures minimales de théorie et de pratique en dehors du terrain : 60
Heures de modules pratiques sur le terrain, y compris l'expérience professionnelle : 60

⁴ Des visites d'étude sont recommandées dans le contexte du football juniors Élite, notamment dans des académies juniors dirigées par des clubs professionnels (étrangers) et aux matches des Championnats d'Europe des M17, des M17F, des M19, des M19F et de l'UEFA Youth League.
Le nombre d'heures de visites d'étude vient s'ajouter aux 120 heures minimales de formation.

ÉVALUATIONS

Évaluation formative et évaluation sommative	
Théorie : l'entraîneur doit être en mesure de comprendre et d'expliquer ce qui suit.	Pratique : l'entraîneur doit démontrer sa capacité d'appliquer les principes ci-dessous.
<ul style="list-style-type: none"> • Entraîneur de joueurs en développement <ul style="list-style-type: none"> » Posséder sa propre philosophie du football au niveau juniors Élite : apprentissage en relation avec l'âge, caractéristiques spécifiques à l'âge. » Utiliser des styles de leadership et une méthodologie d'entraînement appropriés aux catégories d'âge adolescentes. » Collaborer avec le staff technique et avec les autres membres du personnel d'encadrement. • Joueur et équipe <ul style="list-style-type: none"> » Identifier les caractéristiques d'un joueur de talent qui répond aux exigences du football professionnel moderne. » Constituer une équipe efficace et mettre en place la bonne dynamique d'équipe au niveau juniors Élite. » Comprendre les spécificités de la préparation physique des jeunes joueurs. • Cadre d'entraînement <ul style="list-style-type: none"> » Planifier, réaliser et analyser les séances d'entraînement données dans le cadre du plan hebdomadaire dans un esprit d'apprentissage. » Appliquer des méthodes en vue de promouvoir les répercussions positives d'un style de vie sain (p. ex. nutrition, hydratation, sommeil) sur la santé et la performance. • Matches <ul style="list-style-type: none"> » Préparer l'équipe avant les matches. » Entraîner l'équipe efficacement et positivement durant les matches afin que les joueurs réalisent leur potentiel. » Analyser la performance individuelle des joueurs et celle de l'équipe au niveau juniors Élite. 	
<p>Journal de bord personnel de l'entraîneur</p> <ul style="list-style-type: none"> • Préparer un plan de périodisation détaillé de plusieurs parties de la saison, p. ex. avant-saison, début de saison, milieu de saison, etc., pour une équipe juniors Élite dans le cadre d'une planification saisonnière globale. • Analyser et passer en revue les séances d'entraînement et les matches au niveau juniors Élite. • Savoir s'auto-évaluer, réfléchir et adapter la planification et les activités d'entraînement futures en conséquence au niveau juniors Élite. • Travailler de manière cohérente avec les joueurs sur tous les aspects de leur développement individuel dans un contexte de haute performance. 	