

# PLAN TECHNIQUE





# TABLE DES MATIÈRES

1. MISSION, VISION, VALEURS
2. ORGANIGRAMME TECHNIQUE
3. PLAN DE DÉVELOPPEMENT DU JOUEUR
  - Programmes / objectifs / Philosophie
4. PLAN DE DÉVELOPPEMENT DE L'ÉDUCATEUR
5. PLAN DE DÉVELOPPEMENT DE L'ARBITRE

# **VISION, MISSION ET VALEURS**



# MISSION ET VISION



Offrir des programmes récréatifs et compétitifs continus et accessibles à tous, dans un environnement de qualité afin que l'apprentissage et la pratique du soccer contribuent au développement de tous et de chacun.



Le Club de Soccer Lachine veut s'affirmer comme un leader dans sa communauté et au sein de la Région du Lac St-Louis pour l'excellence de son organisation et la qualité de l'expérience qu'il propose.



# VALEURS



## ESPRIT D'ÉQUIPE

Le lien entre tous les membres du Club, donnant le sentiment de faire corps, de se soutenir mutuellement et de pousser à œuvrer pour le bien des joueurs, de l'équipe et du Club.

## RESPECT

La valeur du respect se manifeste par une attitude d'acceptation, de consentement et de considération pour l'autre (partenaire ou adversaire) qui va au-delà de la tolérance.

## QUALITÉ

Elle se manifeste par la satisfaction, l'enchantement et le plaisir ressenti par les membres dans le cadre de l'offre de services.

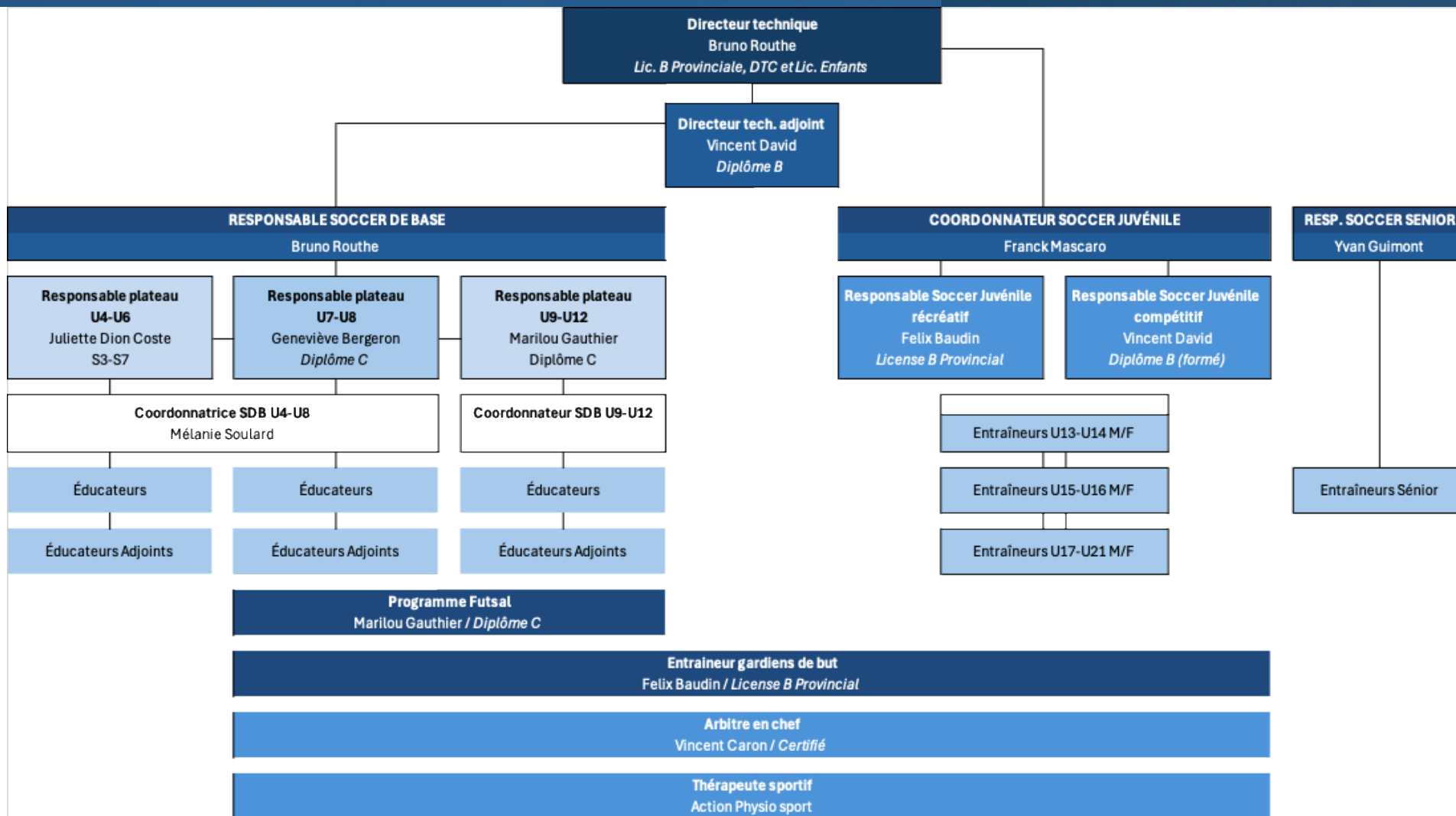
## ACCESSIBILITÉ

Permettre à tous et chacun d'avoir accès au Club sans regard de leur statut social.

## LOYAUTÉ

La fidélité et le dévouement, le désir de vivre de manière vraie, sincère et honnête. C'est une qualité morale, un état d'esprit, une vertu, une force de caractère, qui exclut la tromperie et le mensonge.

# Organigramme technique





# Organigramme technique



**JULIETTE DION-COSTE**

Responsable de plateau U4-U8



**BRUNO ROUTHE**

Directeur technique

*Licence B / DTC / licence enfant*



**MARILOU GAUTHIER**

Responsable de plateau U9-U12

*Diplôme B*

# Organigramme technique



**FÉLIX BAUDIN**

Responsable soccer juvénile – récréatif  
Entraîneur gardien de but

*License B Formé*



**FRANK MASCARO**

Directeur général

*Licence C formé*



**VINCENT DAVID**

Assistant directeur technique  
Responsable soccer juvénile – compétitif

*Diplôme B*





















# Plan du développement du joueur



# Parcours du joueur du club



Catégories	U4	U5	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17	U18	U19+	
Programme	U4-U5		U6	U7-U8		U9-U10		U11-U12		U13-U15			U16-U18			Sénior U19+	
STADES	S1			S2		S3				S4, S7			S4, S5, S6, S7			S6, S7	
Autres sports	L'athlète est encouragé à faire d'autres sports									peut faire d'autres sports							
<div>Volet Club</div> <div></div>	Entraînement 1 fois par semaine Matches incorporés 4 vs 4		Entr. 2 fois par semaine Matches incorporés 4 vs 4	Entraînement 2 fois par semaine Matches incorporés 5 vs 5		Entraînement 2 fois par semaine Matches inter-clubs 7 vs 7		Entraînement 2 fois par semaine Matches inter-clubs 9 vs 9		LDIR / LDP* / Récréatif 11 vs 11 *dès 2026 (U14)			LDIR / LDP / PLSJQ* 11 vs 11 *2030			LL / LDIR / LDP 7 vs 7 ou 11 vs 11	
				Programme de Futsal													
<div>Volet sélection</div> <div>L'athlète poursuit les activités de Club, mais les activités de la sélection sont prioritaire</div> <div></div>											PIR (programme d'identification régional)						
											Équipes du Québec Jeux du Canada U17 au 4 ans						
											Équipes Nationales - U15 - U17 - U20 - U23 - Sénior						
<div>Volet élite</div> <div>L'athlète ne poursuit plus les activités avec le Club</div>										 	Académie du CF Montréal - U15 / U17 / U23 / Première équipe						
										 	CPL - Masculins SLN - Féminins						
<div>Volet scolaire ou Futsal</div> <div>L'athlète poursuit les activités avec le Club</div>										  	Programme Sport-Études						
										Futsal parascolaire avec écoles partenaires				Ligue Collégiale / Universitaire			



# Description des programmes offerts



# Programme CDC



**Lachine SC** s'engage à offrir des pratiques du soccer spécifiquement **adaptée aux besoins des enfants**. Nous croyons que chaque enfant possède des talents uniques et une soif d'apprendre, et nous cultivons cette passion dans un environnement fondé sur le **respect** et le **fair-play**. En suivant les recommandations de **Canada Soccer**, notre approche d'entraînement repose sur une série d'ateliers dynamiques, permettant aux joueurs de progresser en passant d'une activité à l'autre à intervalles réguliers. Cette méthode, à la fois **ludique et structurée**, répond à la capacité d'attention des jeunes joueurs, tout en étant flexible pour s'adapter aux spécificités de chaque groupe : nombre de joueurs, présence de parents-éducateurs ou d'éducateurs.

Chaque séance est soigneusement planifiée autour de trois ou quatre ateliers d'**activités variées**. L'objectif est d'offrir à chaque joueur une base solide de compétences techniques et physiques, tout en cultivant un amour durable pour le soccer.

Nos joueurs et joueuses sont suivis et encadrés par une équipe technique spécialisée qui évalue leur progression à travers une approche globale. L'évaluation ne se limite pas aux compétences techniques, tactiques ou physiques, mais prend également en compte les aspects mentaux, émotionnels et sociaux du développement de chaque enfant. Nous visons ainsi à former des joueurs équilibrés, bien dans leur corps et dans leur tête, prêts à relever les défis du soccer tout en prenant plaisir à jouer.





# Description des programmes



## CDC U4-U6 | DÉPART ACTIF

Pour les **premiers pas** de nos jeunes adeptes, un **encadrement de qualité** est essentiel. Nous privilégions le recrutement de **parents-éducateurs**, que nous associons à nos **jeunes éducateurs**. Cette approche permet d'offrir un environnement à la fois **familial** et **sécurisant** pour l'enfant, renforçant ainsi son sentiment de confiance et de bien-être. En collaborant ensemble, parents et éducateurs créent une atmosphère chaleureuse et bienveillante, propice à l'apprentissage et à l'épanouissement des jeunes joueurs.





# Description des programmes



## CDC U7-U8 | LES FONDAMENTAUX

C'est au cours de cette phase que les enfants commencent à **s'approprier le jeu** et confirment progressivement leur **passion pour le sport**.

Notre approche privilégie des **ateliers simples et amusants**, tout en intégrant progressivement l'apprentissage de différents gestes techniques. De nombreux apprentissages seront réalisés de manière implicite afin de préserver la fraîcheur mentale et l'enthousiasme des enfants. L'objectif principal : qu'ils **jouent, s'amusent** et conservent leur plaisir tout au long de la pratique. Les joueurs continuent de travailler sur le développement de **la motricité, des appuis, de la latéralité et de la coordination**.



# Description des programmes



## CDC U9-U12 | APPRENDRE À S'ENTRAÎNER

Ce stade de développement constitue une étape clé pour enseigner les habiletés sportives de base liées au jeu.

Le programme vise à inculquer une solide **éthique de travail** et à renforcer la **discipline** sportive. La répétition des **gestes techniques** joue un rôle essentiel dans l'atteinte de l'excellence. Chaque entraînement sera proposé dans un environnement amusant et **stimulant**, afin de maintenir l'**engagement** et le **plaisir** des enfants.



# Objectifs d'apprentissage



	Technique-tactique	Physique	Mental	Sociale
<b>Compétences développées</b>	<b>Technique</b> Dribbler et conduire la balle. Recevoir et se tourner Tir/Finition Défense individuelle <b>Tactique</b> Conservation du ballon Jeu combiné Principes offensifs et défensifs Stratégie et gestion de match Tactiques spécifiques à la position	Agilité, Équilibre, Coordination Réactivité Résistance Répétition Endurance Vitesse Endurance Vitesse/Puissance	Concentration Résolutions de problèmes Prise de décision Motivation Esprit sportif Compétiteur Engagement	Amour du jeu Respect Communication Gestion du temps Prise de décision Saine gestion de vie Professionnalisme Motivation Contrôle émotionnel



# Description des programmes



## U13+ | S'ENTRAÎNER À LA COMPÉTITIONNER

Dans le **soccer d'élite**, notre concept se concentrera sur le développement complet des talents. Seuls ceux qui ont une motivation élevée et durable pour la performance avec une forte **mentalité de gagnant** peuvent s'imposer dans la compétition à long terme. Si nous voulons fournir à nos premières équipes des joueurs de haut niveau et célébrer ensemble les succès, nous devons former et promouvoir des **personnalités dans la performance de groupe**, des joueurs qui recherchent les défis à un haut niveau et peuvent surmonter avec succès les problèmes et les résistances.

Cependant il ne faut pas perdre l'idée que la majorité n'atteindront pas les niveaux « élites » et donc **nous offrons également un environnement plus récréatif** qui encourage l'activité physique pour la vie.



# U13-U18: S'ENTRAÎNER À COMPÉTITIONNER



## Les principaux axes du programme compétitif :

**Conditionnement physique** pour améliorer l'endurance, la force, et la vitesse.

**Séances vidéo et analyses de match** pour développer la compréhension du jeu et renforcer l'intelligence tactique.

**Raffinement technique** pour perfectionner les gestes clés et garantir une exécution précise en situation de jeu.

**Développement de la prise de décision** afin de permettre aux joueurs de réagir rapidement et efficacement sur le terrain, tout en favorisant la créativité et l'adaptabilité.

L'objectif est de créer un cadre d'entraînement qui prépare les jeunes athlètes à évoluer à un niveau compétitif tout en favorisant leur progression personnelle et collective.

	Technique-tactique	Physique	Mental	Sociale
Objectifs	Développer une bonne compréhension des situations de jeu qui peuvent être exécutés à un rythme élevé	Entraînement de l'endurance de force et de l'endurance de vitesse. Habitudes et routines de vie (alimentation, sommeil...)	Meilleure concentration, plus mature. Le joueur doit avoir une mentalité plus compétitive. Responsabilités accrues	Gérer les différents aspects de la vie (scolaire, amis...). Doit être capable de faire des sacrifices
Compétences à développer	Technique  Dribbler et conduire la balle. Recevoir et se tourner  Tir/Finition  Défense individuelle  Tactique  Conservation du ballon  Jeu combiné  Principes offensifs et défensifs  Stratégie et gestion de match  Tactiques spécifiques à la position	Agilité, Équilibre, Coordination  Réactivité  Résistance  Répétition  Endurance  Vitesse Endurance  Vitesse/Puissance	Concentration  Résolutions de problèmes  Prise de décision  Motivation  Esprit sportif  Compétiteur  Engagement	Amour du jeu  Respect  Communication  Gestion du temps  Prise de décision  Saine gestion de vie  Professionnalisme  Motivation

**Printemps-été** = 3-4 séances / semaine pendant 20 semaines + matchs dans ligue provincial  
1 séance/semaine conditionnement physique  
1 séance visionnement de match et rétroaction / mois

**Automne-hiver** = 2 séances/semaine pendant 16 semaines  
2 séances accès sur le conditionnement physique/mois





# Philosophie de jeu





## Lachine SC : Un club de soccer conquérant et attractif

L'orientation principale du jeu des Démons est le soccer offensif. Nous voulons jouer un football conquérant, attrayant avec des actions portées en vitesse et en verticalité. Notre jeu est imprégné du mouvement de tous les joueurs, de démarquages, de la création de l'espace pour soi et pour les coéquipiers. **La notion de base est celle de la disponibilité et du mouvement** : voir et être vu, offrir une opportunité de passe à son coéquipier, participer activement à la construction du jeu.

Notre organisation défensive en zone, proposant un bloc compact, flexible et discipliné, sera la base sur laquelle nos actions offensives seront construites. Le développement de l'intelligence de jeu est un critère primordial dans notre recherche du succès. Nous préparons nos jeunes à alterner entre un jeu direct organisé, une possession active offensivement et à différents types de bloc défensifs (haut, médian ou bas) en fonction des contraintes de notre adversaire.

Dès la perte du ballon, nous mettons l'adversaire sous pression pour provoquer les erreurs qui nous mèneront à la récupération du ballon. Nous pouvons effectuer un pressing haut, mais nous préférons descendre le bloc dans la zone centrale ou devant notre zone des 16 mètres, au besoin.

L'état d'esprit des Démons doit refléter notre philosophie : le développement de l'individu au sein du collectif. Nous devons créer un environnement propice au dépassement de soi, où les joueurs vont oser, vont prendre des risques, tout en démontrant une rigueur défensive et vont démontrer la volonté individuelle nécessaire à la réussite du collectif.

# Philosophie de jeu / Principe de base



---

## L'ÉVEIL DU TALENT PAR LE PLAISIR

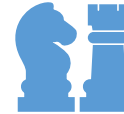
Nous aimons tous jouer et avons un besoin naturel d'**apprendre** et de **réussir**.



---

## ACQUISITION D'UNE BONNE TECHNIQUE

Avant même de penser à la tactique de jeu, la technique individuelle est essentielle dans la capacité à appliquer le plan de jeu. Une technique complète et variée donne plus d'assurance et **facilite la prise de décision**.



---

## DÉVELOPPER L'INTELLIGENCE TACTIQUE

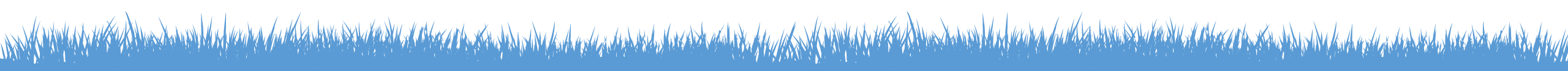
L'intelligence du jeu est **primordiale** sur un terrain. Tellement de décision doivent être prises au cours d'un match. Il faut donc faire comprendre le pourquoi, comment et quand aux enfants.



---

## RÉVÉLER DES FOOTBALLEURS DE TRÈS HAUT NIVEAU

Former des jeunes prêts pour le haut niveau et en faire d'honnête citoyen.





---

## ÊTRE DÉVOUÉ À L'ÉQUIPE

Le football étant un **sport collectif**, il est essentiel que chaque joueur offre ses qualités individuelles au collectif. Chacun, avec sa personnalité, doit agir pour le bénéfice et le bien de l'équipe.



---

## FORMATION ADAPTÉE À L'ÂGE ET AUX OBJECTIFS

L'âge d'entrée dans le club et la durée de la formation (+/- 10 années) permettent de **prendre le temps** pour respecter les étapes des apprentissages en fonction des morphologies et de la qualité de chacun des joueurs. Les objectifs de réussite sont graduels et respectent le joueur dans son développement.



---

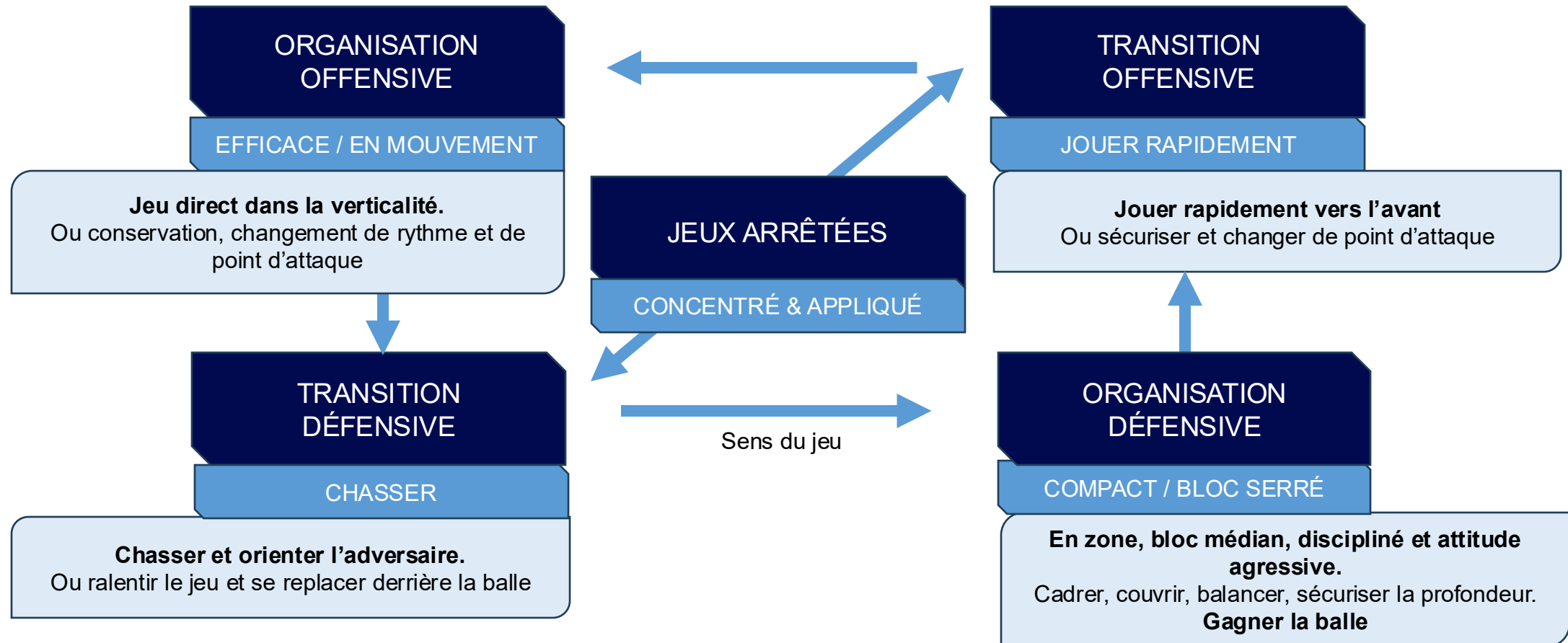
## PRINCIPES DE JEU GÉNÉRAL

Au soccer, tout tourne autour de quatre temps de jeu : les **phases offensives**, les **phases défensives**, mais aussi les phases de **transition offensive** et les phases de **transition négative**.

# Principes / 4 moments du jeu



En soccer, tout tourne autour de quatre temps de jeu : les phases offensives, les phases défensives, mais aussi les phases de transition offensive et les phases de transition négative. Voici ce qui est demandé à nos joueurs et joueuses lors de ces moments.







# Stratégie pour promouvoir le soccer féminin



# Promotion du soccer féminin



## **Un engagement envers le soccer féminin**

Au fil des années, notre Club a pris conscience que le soccer féminin présente des défis spécifiques, nécessitant une approche adaptée et éclairée. Nous reconnaissons l'importance d'offrir aux joueuses un encadrement qui répond pleinement à leurs besoins techniques, physiques et psychologiques. Notre plan de communication et marketing comportera une portion substantielle sur le soccer féminin.

## **Une priorité : le recrutement d'éducatrices**

Le recrutement d'éducatrices qualifiées fait partie intégrante de notre vision depuis de nombreuses années. Nous croyons fermement que des modèles féminins forts peuvent inspirer les jeunes athlètes et enrichir leur expérience sportive.

## **Un modèle de développement sur mesure**

Notre ambition est de créer un programme de développement unique, conçu spécifiquement pour répondre aux besoins des athlètes féminines.

**L'objectif principal** : nourrir et développer une passion durable pour le sport, tout en accompagnant chaque joueuse dans son épanouissement personnel et athlétique.

Nous sommes convaincus que cette approche contribuera à façonner des joueuses engagées, motivées et prêtes à évoluer dans un environnement compétitif ou récréatif selon leurs aspirations.



# Plan de développement de l'éducateur



# Parcours de l'éducateur



Nous souhaitons que chaque éducateur qui rejoint notre Club dispose d'une **vision claire** et **précise** de sa **mission** et de ses **responsabilités**.

## **Priorité à un encadrement sécuritaire et de qualité**

Offrir un environnement sécuritaire, inclusif et de qualité est au cœur de nos préoccupations. C'est pourquoi nous mettons l'accent sur la formation continue :

- Formations offertes par **Lachine SC / Soccer Québec / Coach.ca / Respect & Sport**

## **Formation des parents-éducateurs**

Pour les parents-éducateurs des catégories **U4 à U8** et les éducateurs **U9-U12**, une formation interne est organisée en début de saison afin de vous fournir les outils nécessaires pour encadrer efficacement nos jeunes joueurs.

## **Accompagnement hebdomadaire**

Nos responsables de plateau, **U4-U8** et **U9-U12**, assurent un suivi régulier. Chaque semaine, vous recevrez par courriel les séances d'entraînement adaptées aux besoins de chaque groupe. Cette approche permet de garantir une cohérence dans l'apprentissage et de soutenir nos éducateurs tout au long de la saison.

# Parcours de l'éducateur



Rôle		U4-U6	U7-U8	U9-U10	U11-U12
Éducateurs		*S1 * Formation interne * Liste Sport sécuritaire	*S2 * Formation interne * Liste Sport sécuritaire	*S3 * Liste Sport sécuritaire	* CEP * Prendre une tête d'avance * Plan d'action d'urgence * Prise de décisions éthiques * Règle de deux expliquée * Respect & Sport
Rôle		Entraîneur.e en chef		Entraîneur.e adjoint.e	
U13	LDIR	* C.E.P * Stage régional des entraîneur.e.s * Liste Sport sécuritaire		* S3-S7 * Respect et Sport / Prendre une tête d'avance * Plan d'action / Règle de deux / Prise de décision éthique	
U14	LDP	* Diplôme C en formation * Module "Identité Tactique Provinciale" * Stage provincial des entraîneur.e.s * Liste Sport sécuritaire		* C.E.P * Stage régional des entraîneur.e.s * Liste Sport sécuritaire	
	LDIR	* C.E.P ou S2-S3 * Stage régional des entraîneur.e.s * Liste Sport sécuritaire		* S3-S7 * Liste Sport sécuritaire	
U15 U18	LDP	* Diplôme C en formation * Module "Identité Tactique Provinciale" * Stage provincial des entraîneur.e.s * Liste Sport sécuritaire		* C.E.P * Stage régional des entraîneur.e.s * Liste Sport sécuritaire	
	LDIR	* S7 * Stage régional des entraîneur.e.s * Liste Sport sécuritaire		* S7 * Liste Sport sécuritaire	
SÉNIOR	LIGUE 2-3	* Diplôme B en formation * Module "Identité Tactique Provinciale" * Stage provincial des entraîneur.e.s * Liste Sport sécuritaire		* Diplôme C en formation * Stage régional des entraîneur.e.s * Liste Sport sécuritaire	





# Plan de développement de l'arbitre



# Formation



La vision du Lachine SC est de permettre à chaque arbitre qui participe à notre programme d'atteindre son plein potentiel.

## **Recrutement / formation**

De janvier à fin avril. Les arbitres recrues auront comme première formation incluant un volet théorique et un volet pratique. C'est le Club de Lachine qui se charge de la formation initiale des arbitres. Cette formation se déroule au mois de mai.

## **Rémunération et soutien financier :**

Nous proposons une rémunération compétitive par rapport aux autres clubs de la région pour rendre le poste plus attractif et tenter de retenir les arbitres. Le Lachine SC rembourse les frais de formation/certification. Cela montre un engagement réel du club envers le développement des arbitres et facilite l'accès à ce rôle.





---

**CLUB DE SOCCER  
LACHINE SC**

