

Réfugiés Unie Académie de Football Curriculum



ACT Programme de Sport



TABLE DES MATIERES

3 INTRODUCTION ET OBJECTIFS DU PROGRAMME

4 PHILOSOPHIE DE L'ACADÉMIE

5 LEADERSHIP

Sélection des entraîneurs

Responsabilités des entraîneurs

6 CONCEPTION ACADEMIQUE

Horaire

La portée prévue

Durée d'une session

7 CURRICULUM

Football

Santé

Consolidation de la paix

9 UN JOUR À L'ACADÉMIE

12 APERCU DES AMBASSADEURS, ENTRAINEURS ET PARTENAIRES



INTRODUCTION ET OBJECTIFS DU PROGRAMME

L'Académie de Football est un mouvement pour L'ESPOIR. L'Académie est le premier programme sportif complet pour les filles et les fils réfugiés. L'Académie est co-crée avec la communauté des réfugiés et mis en œuvre par des hommes et des femmes réfugiés formés comme entraîneurs. L'Académie forme des dirigeants; favorise la santé et l'éducation; habilite des femmes et des filles; et fournit un endroit sûr où les enfants réfugiés peuvent jouer, se déplacer, et se guérir, tout en développant leurs compétences de football.

Construire sur la nécessité pour les programmes qui traitent les traumatismes et renforcent la résilience, les objectifs de l'Académie de Football sont à promouvoir:

LE LEADERSHIP. Quatre entraîneurs (deux hommes et deux femmes) et une équipe de bénévoles adultes sont formés et embauchés pour diriger l'Académie. Leurs rôles de leadership comprennent l'encadrement des enfants dans le football, la santé, et la paix; superviser les jeunes joueurs six jours par semaine; la gestion des installations et des équipements de l'Académie; maintenir des partenariats communautaires; et connecter avec iACT et les communautés du monde entier. Les entraîneurs servent comme modèles pour les garçons et les filles, qui sont les futurs leaders de leurs communautés.

LA SANTÉ. L'Académie est une source de sensibilisation et de promotion de la santé pour les enfants et les jeunes. Afin de créer un environnement qui est exempt de menace physique et émotionnel, les entraîneurs sont formés à la santé et à l'hygiène de base, la gestion du comportement positif, la prévention des blessures et la sécurité et le soutien des joueurs.

L'EDUCATION. L'Académie travaille en partenariat avec les écoles primaires dans chaque camp afin de soutenir la fréquentation scolaire. Ceci est particulièrement important puisque les taux de fréquentation scolaire dans les camps de réfugiés ont tendance à être faible et à fluctuer tout au long de l'année. Les partenariats avec les écoles cherchent à faire en sorte que les écoles et l'Académie ont une stratégie inclusive qui répond aux besoins uniques des enfants.

L'EGALITÉ. L'Académie conteste les normes de genre en favorisant l'inclusion égal et la participation des femmes et des filles. Dans la culture Darfurienne, les femmes et les filles ne sont généralement pas offertes la possibilité de jouer au football. L'Académie exige que deux femmes servent d'entraîneurs et de dirigeants afin d'habiliter les femmes, ainsi que d'offrir des possibilités d'emploi. Deux fois par semaine, les garçons et les filles participent séparément à l'Académie, permettant aux filles de jouer uniquement avec d'autres filles. Cette stratégie a été montrée pour augmenter le niveau de confort des filles et réduire le risque de décrochage.

LES LIASONS. L'Académie sert comme un moyen de reliaison des participants réfugiés avec des enfants et des joueurs de football et des clubs de jeunes à travers le États-Unis et dans le monde. Ceci est un lien vital pour un groupe de personnes qui se sentent isoler et oublier. En outre, c'est une expérience d'apprentissage unique pour les individus et les clubs, en leur offrant la possibilité d'ajouter un élément de service global à leurs programmes.

LE DEVELOPPEMENT. L'Académie cherche à développer des joueurs. La philosophie et le style de jeu de l'Académie sont les mêmes que celui de l'équipe du Darfour United. Les joueurs ont une équipe à admirer et sont capables de rêver de faire partie de quelque chose au-delà des camps.

L'Académie est enracinée dans le coaching basée sur les forces, l'égalité, l'inclusion, le respect, et une passion unifiant pour le football; et le curriculum est construit sur trois piliers:



PAIX: L'atmosphère, la langue, et la gestion des joueurs sont fondées sur la non-violence. Cela crée un environnement sûr pour la récupération des traumatismes, le développement socio-affectif, et une communauté plus solidaire et empathique.



AIDER: Offrir un soutien aux autres est essentiel dans la vie et dans le football. Aider est inhérent à une communauté qui valorise l'égalité. La croissance personnelle vient en surmontant des situations difficiles en travaillant avec d'autres vers un but commun.



PARTAGER: Les équipes et les communautés deviennent exponentiellement plus fortes lorsque les individus partagent leurs forces et leurs ressources. Prendre soin et donner aux autres, sur et hors du terrain, crée l'unité et la promouvoir dans un environnement favorable dans lequel chacun peut prospérer.

COACHING BASEE SUR L'EFFICACITE

Aux fins de l'Académie, le coaching basé sur l'efficacité est défini comme:

- + Se concentrer sur l'efficacité unique de chaque joueur
- + Les joueurs savent que les entraîneurs se soucient et seront là pour eux sans condition
- + Être conscient de la langue utilisée et mettant l'accent sur un commentaire et un soutien positif
- + Promouvoir la valeur dans les différences entre les joueurs et les différences dans leurs niveaux de compétences, tout en créant un environnement qui favorise le travail en équipe
- + Guider en donnant l'exemple dans lequel les entraîneurs sont extérieurement positifs, inclusif et gai avec tous les joueurs
- + Participation avec plaisir des enfants, quel que soit leur niveau de compétence

SELECTION: les hommes et les femmes réfugiés servent comme entraîneurs et dirigeants de l'Académie. En partenariat avec la direction du camp de réfugiés, un groupe de candidats d'hommes et de femmes réfugiés sont recrutés et formés dans le programme de la gestion Tirs et Espoir de l'Académie. Le dernier jour de la formation, deux hommes et deux femmes sont sélectionnés et employés. Les candidats restants sont offerts des incitations à être bénévoles jusqu'à ce qu'une place s'ouvre pour un poste d'entraîneur, au moment où ils seront réévalués.

Un Certificat d'achèvement et de l'équipement de football est donné à chaque candidat qui complète l'ensemble de la formation.

PROFIL DE L'ENTRENEUR

Rencontrez une des premières femmes de l'Académie de Football à l'est du pays de Tchad.



ENTRENEUR LEILA

Age: 19

Camp: Djabal, l'est du Tchad

Leila a été choisie en tant que coach en raison de ses compétences en leadership et de sa positivité envers ses pairs.

Citation: "Maintenant, je sens une responsabilité nouvelle. Je me sens comme un chef, et je me sens en confiance pour parler devant de grands groupes de personnes dans la communauté. "

RESPONSABILITÉS DES ENTRENEUR

L'Académie est co-créée et mise en œuvre par des réfugiés hommes et femmes entraîneurs de football.

APPRENDRE. Comprendre le programme de football Tirs et Espoir; c'est-à-dire; la philosophie de l'académie, les compétences, les exercices, les techniques, les régimes de formation et les stratégies de santé.

MENER. Soyez un leader encourageant de tous les enfants. Travailler efficacement et respectueusement avec tous les enfants, les parents, les autres entraîneurs, et les dirigeants communautaires.

ENCOURAGER. Fournir une discipline positive et constructive lorsque cela est nécessaire; cependant, en aucun cas, sont des peines sévères tolérées.

VIVRE. Donner l'exemple et vivez ce que vous enseignez! Continuer à représenter l'Académie lorsque vous êtes hors du terrain et dans la communauté. Votre travail d'équipe, votre passion et votre inspiration sont tous essentiels à la réussite de l'Académie de Football.

ENSEIGNER. Utilisez toutes possibilités pour enseigner les façons de faire. Les enfants apprennent toujours. Comme entraîneurs, nous vous encourageons à poser des questions à l'équipe iACT. Plus les connaissances sont partagées, plus les enfants apprennent et grandissent en tant que joueurs et individus.

PRENDRE PLAISIR. Souriez, riez, vivez avec joie. Cela est essentiel pour l'expérience de l'Académie de Football .

CONCEPTION DE L'ACADEMIE

HORAIRE: L'Académie a lieu six jours par semaine. Les garçons et les filles âgés de 6-13 ans fréquentent l'Académie dans l'après-midi après leur journée d'école primaire. Les entraîneurs fournissent à chaque joueur une carte de membre lors de l'inscription et attribue deux jours à chaque joueur pour assister à l'Académie chaque semaine. Des jeunes âgés de plus de 14ans ont la possibilité d'utiliser le terrain de l'académie, l'équipement, et les conseils des d'entraîneurs dans la matinée.

BUT RECHERCHE: Chaque Académie, est conçu pour atteindre 2.000 enfants par camp de réfugiés, ou 24 000 à travers 12 camps dans l'est du Tchad.

LA DURÉE DE LA SESSION D'ACADÉMIE: Le délai totale recommandée pour chaque session, soit curriculum ou jeu libre, est d'environ 1 à 1,5 heures afin de répondre à la recommandation de 60 minutes d'activité physique quotidienne des enfants, et de laisser suffisamment de temps pour engager les enfants dans un environnement d'apprentissage approprié et sécurisé sur le terrain.



CURRICULUM

Le programme Tirs et Espoir plante une graine de paix et d'espoir pour les enfants et pour la communauté de réfugiés en général. Le programme se compose de trois éléments de base: football, santé et consolidation de la paix. Le programme met l'accent sur le développement des compétences de football tout en intégrant la santé et la paix en vue de soutenir le développement socio-affectif des enfants. Grâce au football, le programme comprend le développement des habiletés physiques et locomoteur approprié, ainsi que des compétences en matière de santé et de paix.



FOOTBALL

Développé en partenariat avec les hommes et les femmes entraîneurs et professionnels Américains, il y a trois parties du programme d'études qui sont mis en œuvre au fil du temps.

CURRICULUM #1 enseigne les quatre classifications primaires de football grâce à des exercices de base. Les exercices proposés sont les véritables fondements de football, à enseigner avec patience et encouragement.

Les quatre classifications primaires pour le Curriculum de Football #1 sont:

1. Passé
2. Dribblé
3. Recevoir
4. Mêlé

CURRICULUM #2 se fonde sur les quatre classifications primaires et introduit plus de concurrence et de structure de jeu "en temps réel". Par exemple, dans un exercice de passe, les joueurs sont mis en place dans une forme de diamant pour refléter les positions sur le terrain.

CURRICULUM #3 se fonde sur les programmes #1 et #2 avec un accent supplémentaire sur l'apprentissage de nouveaux mouvements et tactiques et d'astuces, maximiser le nombre de touches par balle de chaque joueur lors d'une session Académique (800 à 1000 balles touches par chaque joueur) et l'amélioration la défense 1c1.



SANTÉ

Développer en partenariat avec les professionnels médicaux, le programme de santé qui se compose de l'enseignement et du renforcement de la sécurité appropriée, la santé, et les pratiques d'hygiène.

SECURITÉ: Les entraîneurs sont responsables de la vérification du terrain Académique et de l'espace sécurisé afin d'éviter tout dommage ou blessure.

LAVAGE DES MAINS: Les entraîneurs soulignent et modélisent l'importance de se laver les mains après utilisation des latrines, ainsi qu'avant de manger. Pour aider à cela, les entraîneurs comptent jusqu'à 20 avec chaque enfant lorsqu'il/elle lave ses mains (ce qui améliore également les compétences de comptage).

TOUX: Les entraîneurs enseignent et montrent aux enfants comment tousser dans leurs bras afin de prévenir la propagation des germes. Les entraîneurs définissent également et discutent des "germes".

BOIRE DE L'EAU PROPRE: Les entraîneurs enseignent aux enfants ce que l'eau potable est, l'importance de boire de l'eau propre, et l'importance de l'hydratation.

CURRICULUM

PREMIER SOINS: Les entraîneurs sont formés en premiers soins de base et de prévention des blessures des enfants entre 6-13 ans. Chaque DUSA a une trousse médicale sur place et les entraîneurs coordonnent avec les cliniques médicales dans chaque camp de réfugiés.

ETIREMENT FIFA 11+: DUSA intègre la FIFA 11+, un programme d'échauffement complet qui couvre l'étirement, l'hydratation et la prévention de blessures liées au football.

NOTE: Tous les entraîneurs DUSA sont formés au Curriculum de Santé et d'Hygiène IACT de Little Ripples.



CONSOLIDATION DE PAIX Développé en partenariat avec des experts en développement d'enfance, le programme de consolidation de la paix se compose d'éléments qui favorisent le leadership, le respect, le travail d'équipe, l'empathie et la non-violence. Ces éléments de consolidation de la paix sont intégrés dans toutes les activités liées DUSA. Il est une partie de l'ADN de DUSA.

NOTE: Tous les entraîneurs DUSA sont formés au curriculum de Gestion De Comportement Positive de iACT de Little Ripples. Le programme fournit une base pour l'apprentissage, consolidation de la paix et de rétablissement après un traumatisme pour les enfants.

PROFIL DE JOUEUR

Rencontrez le joueur de football de DU



MOHAMED HAROUN

Age: 10

Camp: Djabal, l'est du Tchad

Les parties préférées de Mohamed de l'Académie sont les entraîneurs et apprendre à mêler et marquer des buts avec ces amis.

Citation: "Quand je me sens seul, je vais à l'Académie et je me fait des amis et vois mes amis."

UN JOUR À L'ACADÉMIE

TEMPS DES ENTRAINEURS

- + Les entraîneurs arrivent sur le terrain au moins 30 minutes avant les enfants
- + Se réunissent pour discuter des plans de la journée
- + Organisent l'équipement
- + Préparent les stations d'eau potable et de lavage des mains
- + Vérifient que le terrain est sécurisé pour que les enfants puissent jouer pieds nus

BIENVENUE

- + Les entraîneurs accueillent et aide de chaque enfant qui assiste à la session académique
- + Les entraîneurs prennent et documente la présence au début de chaque session
- + Afin de renforcer les joueurs, les entraîneurs choisissent deux garçons et deux filles au début de chaque session pour servir de "capitaines." Les Capitaines aide a mener la session Académique et sont donnés des responsabilités particulières telles que la collecte de l'équipement et la cueillette des jeux à jouer. Les entraîneurs font en sorte que, éventuellement, tous les enfants sont inclus comme capitaines.

FOOTBALLEUR CONSCIENT

Les entraîneurs amenes les joueurs sur le terrain, et les fait s'asseoir et suivre l'Exercice De Respiration Du Footballeur conscient de respiration suivant:

L'entraîneur dit:

- + En jouant au football, vous voulez être "dans le moment." En entrant sur le terrain, vous voulez laisser tous vos soucis et problèmes sur la ligne de touche, de sorte que vous pouvez vous concentrer sur la balle et sur votre jeu. Cela vous aidera à prendre les meilleures décisions pour votre équipe, et cela rendra le jeu le plus agréable pour vous!
- + Une bonne technique pour vous concentrer et être dans l'instant est de se reposer pendant quelques minutes et suivre vos respirations. Je veux que vous fermez vos yeux et respirer normalement. Concentrez toute votre attention sur votre respiration, en commençant par le nez, votre poitrine, jusqu'à ce qu'il soulève votre ventre, puis lentement vers le haut. Si vous commencez à penser à autre chose, ne vous inquiétez pas. Laissez la pensée aller, et revenez à vous concentrer sur votre respiration. Nous ferons cela pendant trois minutes. D'accord, commencer à respirer.

ECHAUFFEMENT

Les joueurs sur une seule ligne, les bras écartement, face à l'entraîneur

- + Coach tape les mains une fois: les joueurs commencent à faire du jogging sur place
- + Coach tape deux fois: les joueurs courent à 25% de la vitesse aux autres cônes, tournent et font demi-tour
- + Comme ci-dessus: 50% de la vitesse
- + Comme ci-dessus: 100% de la vitesse

Coach tape les mains une fois, les joueurs commencent à faire du jogging sur place

- + Coach tape deux fois: les joueurs sautent (genou haut) à la vitesse de 25% jusqu'aux autres cônes, tournent, et font demi-tour
- + Comme ci-dessus: 50% de la vitesse
- + Comme ci-dessus: 100% de la vitesse

UN JOUR À L'ACADÉMIE

Coach tape les mains une fois, les joueurs commencent à faire du jogging sur place

- + Coach tape deux fois: les joueurs sautent (genoux haut) à la vitesse de 25% jusqu'aux autres cônes, tournent et font demi-tournent
- + Comme ci-dessus: 50% de la vitesse
- + Comme ci-dessus: 100% de la vitesse

Coach tape les mains une fois, les joueurs s'assoient sur le sol, les jambes croisées

- + Coach tape deux fois: les joueurs courent à 100% de leur vitesse jusqu'aux autres cônes, tournent et font demi-tour
- + Coach tape les mains une fois: les joueurs s'assoient sur le sol, les jambes croisées, mais avec le dos face à l'entraîneur
- + Coach tape deux fois: les joueurs courent à 100% de leur vitesse jusqu'aux autres cônes, tournent et font demi-tour
- + Coach tape les mains une fois: les joueurs se tournent sur le ventre au sol, les mains sur la tête
- + Coach tape deux fois: les joueurs courent à 100% de leur vitesse jusqu'aux autres cônes, tournent et font demi-tour

[Les entraîneurs continuent avec des activités d'échauffement]

ACTIVITÉS EN CERCLE

Séparer 6 à 12 joueurs en petits cercles

- + Passe, piège la balle-Joueur dit son propre nom
Progression: ajoutez jusqu'à 3 balles
- + Passe, piège la balle - Dites le nom d'un autre joueur dans le cercle, passer à ce joueur
Progression: ajouter jusqu'à 3 balles
- + Dribbler à un autre joueur, tapez en cinq, dites nourriture préférée
Progression: ajouter jusqu'à 3 balles
Mélanger-le: les joueurs peuvent dire leur couleur préférée, sport préféré, animal préféré, etc.
- + Garder 1 joueur au milieu
Progression: aller jusqu'à 3 joueurs au milieu, encourager le déplacement et la communication: les joueurs peuvent dire leur couleur préférée, l'âge, leur matière favorite à l'école, etc.

[Selon le calendrier, les entraîneurs continuent avec des compétences et / ou des activités de jeu]

SOYEZ SUR DE DONNER DES PAUSES POUR BOIRE DE L'EAU

4V4

Mettre en place des petits terrains, les buts sont 2 cônes d'environ 5 pieds de distance

- + Divisez groupe en équipes de 5 (4 joueurs + 1 remplaçant)
- + Avant de commencer les jeux, les joueurs se serrent la main et se présentent à leur coéquipiers
- + L'équipe décide qui est remplaçant et veille à ce que le remplaçant soit remplacé, de sorte que tout le monde joue à peu près la même quantité de temps
- + Pas de mains autorisés
- + Pas de gardiens de but
- + Encourager le travail d'équipe et les interactions positives
- + À la fin du jeu, serrer la main avec les joueurs de l'autre équipe, en disant: "Bien jouer!"
- + Les jeux sont d'une durée de 10 minutes, échangeant les adversaires à la guise, jusqu'à 10 minutes avant la fin de l'entraînement.

UN JOUR À L'ACADÉMIE

CONVERSER DE L'ACADÉMIE

- + Les entraîneurs réunissent tous les joueurs dans un petit groupe pour mettre en évidence un comportement positif, le travail d'équipe, les compétences de football des joueurs ce jour-là.
- + Les entraîneurs demandent aux joueurs de se partager des histoires sur le football, l'école et/ou de la vie quotidienne dans les camps. Ceci a pour but de laisser du temps aux enfants afin qu'ils puissent causer dans un espace sûr avec leurs amis.
- + Les entraîneurs reflètent sur les piliers de la Paix, d'Aide et de Partage. Ici, ils peuvent demander à quelques joueurs de donner un exemple de paix, en aidant ou en partageant leur vie quotidienne ou de partager un exemple qu'ils ont vu à DUSA.

FERMETURE

- + Les joueurs et les entraîneurs viennent tous ensemble dans un petit cercle, s'arrêtent les mains et crie:
"Darfour, United" (fort)
"Darfour, United!" (Plus fort!)
"DARFOUR, UNITED!" (Plus Fort)
- + Chaque semaine, les entraîneurs sélectionnent 3 joueurs différents pour aider à nettoyer et stocker tout le matériel.



APERCU DES AMBASSADEURS, ENTRAINEURS ET PARTE-NAIRES



MARK HODSON, DIRECTEUR DU PROGRAMME EVO SOCCER

“J’ai reçu une invitation surprenante pour rejoindre, ce qui était à mon insu à l’époque, la meilleure équipe du monde [Darfour Unie]. Et elle ouvrira mes yeux sur un autre monde et me fera réaliser que nous pouvons tous faire la différence, et plus encore que nous ne pouvons jamais vraiment comprendre! “



RACHAEL RAPINOE, CAMPS DE FOOT RAPINOE

“Les quatre entraîneurs de football de Darfour Unie et moi-même avons plus de 30 enfants à travers la première Académie de Football! Ce fut un moment excitant, celui que je n’oublierai jamais. Ces deux semaines ont été pleine de travail acharné, de rire et de larmes, et immensément gratifiantes. Je me suis vraiment fait des amis ici au Tchad, ceux que j’espère connaître pendant de nombreuses années. Il est rare de rencontrer des âmes comme certains de nos amis ici, et je suis vraiment devenue une meilleure personne en les connaissant. “



L’Académie de Football de Darfur United a reçu le prix Au-Delà Du Sport Et Le Sport Pour L’attribution De L’inclusion Sociale 2014.



iACT était le destinataire du Paix and Sport ONG de l’année 2012 pour la création du Darfur United