



CENTRES de PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE U12-U13

**DETECTER
IDENTIFIER**

**ACCOMPAGNER
CONSEILLER**

**FORMER
AMELIORER**

**INFORMER
ORIENTER**

Contact : Bernard CUREL Conseiller Technique Régional
bcurel@lgef.fff.fr 06.15.07.49.93



1. Vision DTN (Direction Technique Nationale)



HAUTE PERFORMANCE

Groupe de Développement U15

Sélections Nationales U16-U20

EDF ESPOIRS

EDF A



PERFORMANCE

Pôles Espoirs Section Sportive élite U14 – U15

Centre de formation U16-U20

Compétitions Professionnelles



Centres de perfectionnement U12 – U13

Sélections Ligues U14 – U15

Sélections Ligues U16



2. Centres de Perfectionnement Technique U12-U13 gérés par le District Marne de Football



Objectifs du projet :

- Avoir un suivi des potentiels du secteur
- Donner l'opportunité aux meilleurs U12 et U13 d'améliorer leurs qualités et compétences
- préparer certains jeunes joueurs marnais au Concours d'Entrée au Pôle Espoir
- Sensibiliser les joueurs et montrer l'importance de s'entraîner régulièrement et souvent
- Accompagner, conseiller, convaincre et orienter les joueurs « à potentiel »

Réaliser des réunions d'informations



Animer des séances terrain par des éducateurs reconnus



3. Centres de Perfectionnement Technique

Etapes de mise en oeuvre



Pour qui ?

- Identification des meilleurs joueurs U12 et U13 (garçons et filles) pour la phase de détection (avril à juin puis septembre en en cours de saison)
- Selon secteur géographique pour les garçons

Quand ?
Où ?

- Programmer les séances (septembre à mi-juin) par secteur
 - 8 à 10 interventions de Septem. à Janvier + 6 à 8 interventions de Février à Juin
- Etablir une programmation annuelle d'entraînement sur les 16 séances
 - Jeu offensif (75 %)
 - Jeu défensif (25 %)

Comment ?

- Plan de séance :
 - Une **partie accueil et explications de la séance** (5 min)
 - Une **partie échauffement** (15 min)
 - **3 à 4 procédés proposés selon une dominante choisie** (45/60 min)
 - **1 Jeu** pour conclure la séance (15 min)
 - 1 bilan de la séance (5 min.)

Avec qui ?

- Les Conseillers Techniques du District
- Des éducateurs compétents et diplômés de la Commission Technique (BMF ou BEF)

Contenu de la séance et charge de travail modulables en fonction des situations rencontrées

3. Centres de Perfectionnement Technique



Étapes de réalisation

Pour qui ?

- Convocation des meilleurs joueurs évoluant en U11 et U12 (juin)
- Convocation des meilleures joueuses évoluant en U11F, U12F, U13F
- De différents clubs par secteur

Une liste de joueurs issus des actions suivantes est établie :

- **Joueurs vus à N-1**
- **Infos des éducateurs**
- **2 séances de détection**

SECTEUR NORD (Reims)

Groupe de **16-18** Joueurs
U12 et U13



SECTEUR SUD

(Chalons/Epernay/Sézanne)

Groupe de **16-18** Joueurs **U12/U13**



+ 1 groupe de U12F-U13F

(tout le département)

Groupe de **16** Joueuses



Suivi de l'évolution de 18 joueurs et 6 à 8 joueuses par génération (50 joueurs et 16 joueuses)

Les groupes peuvent être complétés par 1 à 4 joueurs en cours de saison

3. Centres de Perfectionnement Technique

ENCADREMENT (prévisionnel 2024-25)



Avec qui ?

- Les Conseillers Techniques du District
- Des éducateurs reconnus de la Commission Technique (BMF ou BEF)

COORDINATEUR :
CTR PPF : Bernard CUREL
+ Adjoint-technique : **Jean-Philippe LEFEVRE**

SECTEUR NORD U13

Bernard CUREL
06.15.07.49.93
bcurel@lgef.fff.fr



SECTEUR NORD U12

Laurent ROGIER
BEF
06.40.75.85.10



SECTEUR SUD U12-U13

Jean-Philippe LEFEVRE BEF
07.56.02.23.32



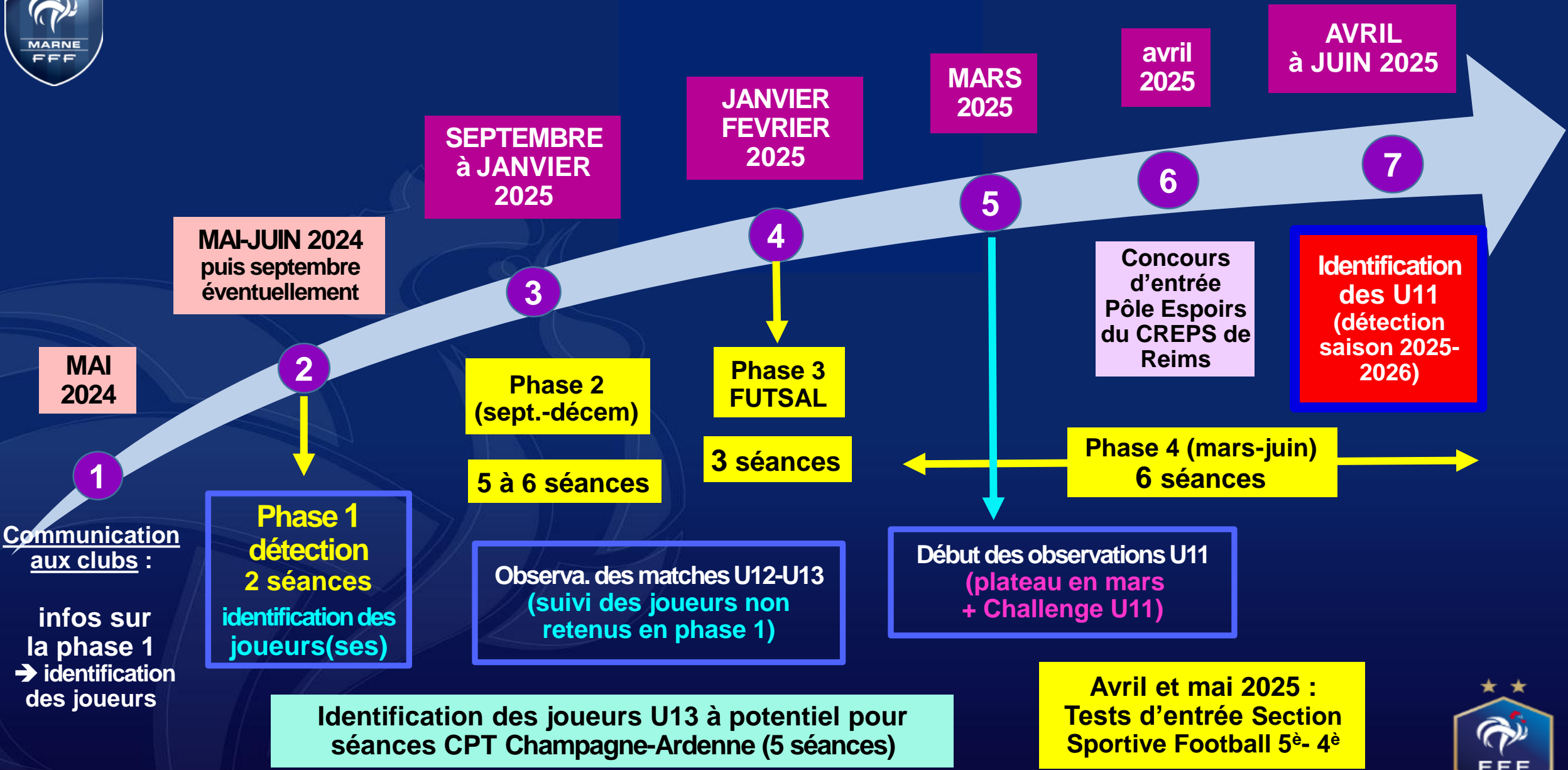
FEMININES U12F-U13F

Zoé COCHAIN BMF
06.14.85.24.46





PLANIFICATION du DISPOSITIF 2024-2025





IMPLICATION COLLECTIVE

Technique au service de l'Equipe

Être efficace ou le devenir au(x) postes



L'ACTIVITE

E.C.D de courir, se déplacer, presser, se replacer



MIEUX MAIS EN TOUT CAS PAS MOINS BIEN ET COMPLEMENTAIRE DU CLUB et DE LA STRUCTURE

INTELLIGENCE DE JEU

intentions, prise d'infos, intentions cachées, qualité des appels, des déplacements, accessibilité permanente

Voir et être vu

DEPASSEMENT DE SOI

Don de soi, goût de l'effort, envie aspects mentaux (gestion des caractères, égos)



LIC

Comportements attendus des joueurs U12-U13



1. Assiduité

2. Engagement dans le projet

3. Ponctualité

4. Exigence sur les séances

Comportement du joueur :

Faire preuve de discipline personnelle et collective

Prendre soin du matériel

Cherche toujours à progresser et à améliorer ses perf indiv et collective

Faire preuve de détermination et de persévérance

Gestion de ses émotions, remise en question, combativité, compétitivité, discipline

7. Centres de Perfectionnement Technique

CONTENUS des SEANCES



Comment ?

▪ Une programmation annuelle d'entraînement (objectifs de formation)

75 % Jeu offensif + 25 % Jeu défensif
3 séances « off. » + 1 séance « déf. »

**Plan de la séance
(1h 30)**

Contenus de la séance et charge de travail modulables en fonction des situations rencontrées

Une partie accueil et explications de la séance (5 min)

Une partie échauffement (15-25 min) dont coordination

3 ateliers : Jeu réduit + Coordination + Travail technique dont Jonglage (3 x 15 à 20 min)

Jeu d'application (15 à 20 min)

Bilan de séance et retour au calme (5 à 10 min.)

7.1 PROGRAMMATION ANNUELLE

Sept. à Février
(9 séances)

		Développement athlétique	Apprentissages Techniques (perfectionnement)	Objectifs Tactiques Phase de jeu - Principes de jeu	Développement mental
Sept.	séance 1	Capacité Aérobie Coordination	Prises de balle et passe Ouverture angle de passe	On a le ballon : Conserver / Progresser Créer et utiliser les espaces	Motivation Estime de soi Concentration
Oct. Nov..	séance 2	Coordination Capacité Aérobie	Prises de balle et passe Ouverture angle de passe	On a le ballon : Conserver / Progresser Créer et utiliser les espaces	Gestion des émotions Engagement
	séance 3	Capacité Aérobie / Vitesse Coordination		On a pas le ballon : S'opposer à la progression S'organiser en déséquilibre	Gestion des émotions
	séance 4	Capacité Aérobie / Vitesse Coordination		On a le ballon : Déséquilibrer / Finir Jouer Combiné	Motivation Engagement
Décem	séance 5	Coordination / vitesse	Ouverture Angle de Passe	On a le ballon : Conserver / Progresser Créer et utiliser les espaces	Plaisir - Concentration Prise de décision Confiance en soi
Janv.	séance 7	Cycle FUTSAL (3 séances) Coordination - Vivacité capacité aérobie	Passe (verticalité)	Transition DEF/OFF Réaction à la récupération / se projeter vers l'avant	Attention (prise infos) Concentration (mémorisation, tâches) Engagement Confiance en soi - Plaisir
Févr.	séance 8			Transition OFF/DEF (cadrer, empêcher la profondeur)	
	séance 9		conduite/dribles, prise de balle et enchainements	Déséquilibrer / finir (déplacements)	



PROGRAMMATION ANNUELLE CPT Reims

**Mars à Juin
(6 séances)**

		Développement athlétique	Apprentissages Techniques (perfectionnement)	Objectifs Tactiques Phase de jeu - Principes de jeu	Développement mental
Mars	séance 9	Capacité aérobie / coordination	Prises de balle + passe	On a le ballon : Conserver / Progresser Jouer dans les intervalles et entre les lignes	Concentration - mémorisation Motivation - Estime de soi
Avril	séance 10	Coordination / Proprioception	Une -Deux / Dédoublément / Appui - Soutien	On a le ballon : Déséquilibrer / Finir Jouer combiné pour créer un surnombre	Engagement - mémorisation Motivation - Estime de soi
	séance 11	Capacité Aérobie / Coordination Proprioception	Techniques défensives (interceptions, jeu de volée)	On a pas le ballon : S'organiser pour récupérer Densifier et être actif dans le CJD	Motivation / Engagement Détermination Gestion des émotions
	séance 12	Vitesse / Coordination Proprioception	1-2 jeu combiné - dribles, centres et tirs	On a le ballon : Déséquilibrer / Finir Se démarquer pour Fixer et éliminer (notion de 1 x 1)	
Mai	séance 13	Capacité aérobie / coordination	Prises de balle + passe	On a le ballon : Conserver/Progresser/ Jouer dans les intervalles et entre les lignes (insister sur les relations entre les lignes)	Motivation Estime de soi - Concentration
	séance 14	Coordination/ Proprioception	Prises de balle et passe (ouverture angle de passe) Une -Deux / Dédoublément / Appui /Soutien	On a le ballon : Déséquilibrer / Finir Se démarquer pour Fixer et éliminer (notion de 1 x 1)	Concentration – Prise de décision Confiance en soi – Plaisir
	séance 15	Capacité Aérobie Vitesse / Coordination	Techniques défensives Recul-frein/ interceptions	On a pas le ballon : Protéger son but Défendre son But / Récupérer ou Dégager le Ballon	Gestion des émotions Engagement
Juin	séance 16	Vitesse/ vivacité Coordination / Proprioception	Le tir - Le jeu de tête/ de volée	Finir	Concentration - Détermination Gestion des émotions

en "JAUNE", celles pendant les vacances (ou jours fériés)

7.2 Compétences a développer chez LE joueur



**Aspects tactiques
(connaissance du jeu)**



OBJECTIFS

Technique



APPRENTISSAGES TECHNIQUES

Psychologique



DEVELOPPEMENT MENTAL

Autres actions d'accompagnement du joueur



1. La récupération (sommeil)



4. L'hydratation, l'alimentation.



2. La prévention des blessures (échauffement structuré à visée préventive)

3. S'intéresser à sa pratique (autonomie) : équipements, lois du jeu (connaissance), hygiène de vie (douche).

5. Les facteurs de la performance (réussite), le parcours du joueur(se)

Point de vigilance :
protection des mineurs
(pas de téléphone dans le vestiaire)

9. RELATIONS AVEC LES PARENTS ET EDUCATEURS



Moyens

Quand ?
pourquoi ?

- Groupe whatsapp « parents »
- Groupe whatsapp « éducateurs »



- Envoi d'un message sur le groupe parents une semaine avant la prochaine séance.
- Information sur le lieu, horaire du début et fin de séances.
- Informations diverses.



9.2 RELATION PARENTS / ENFANTS



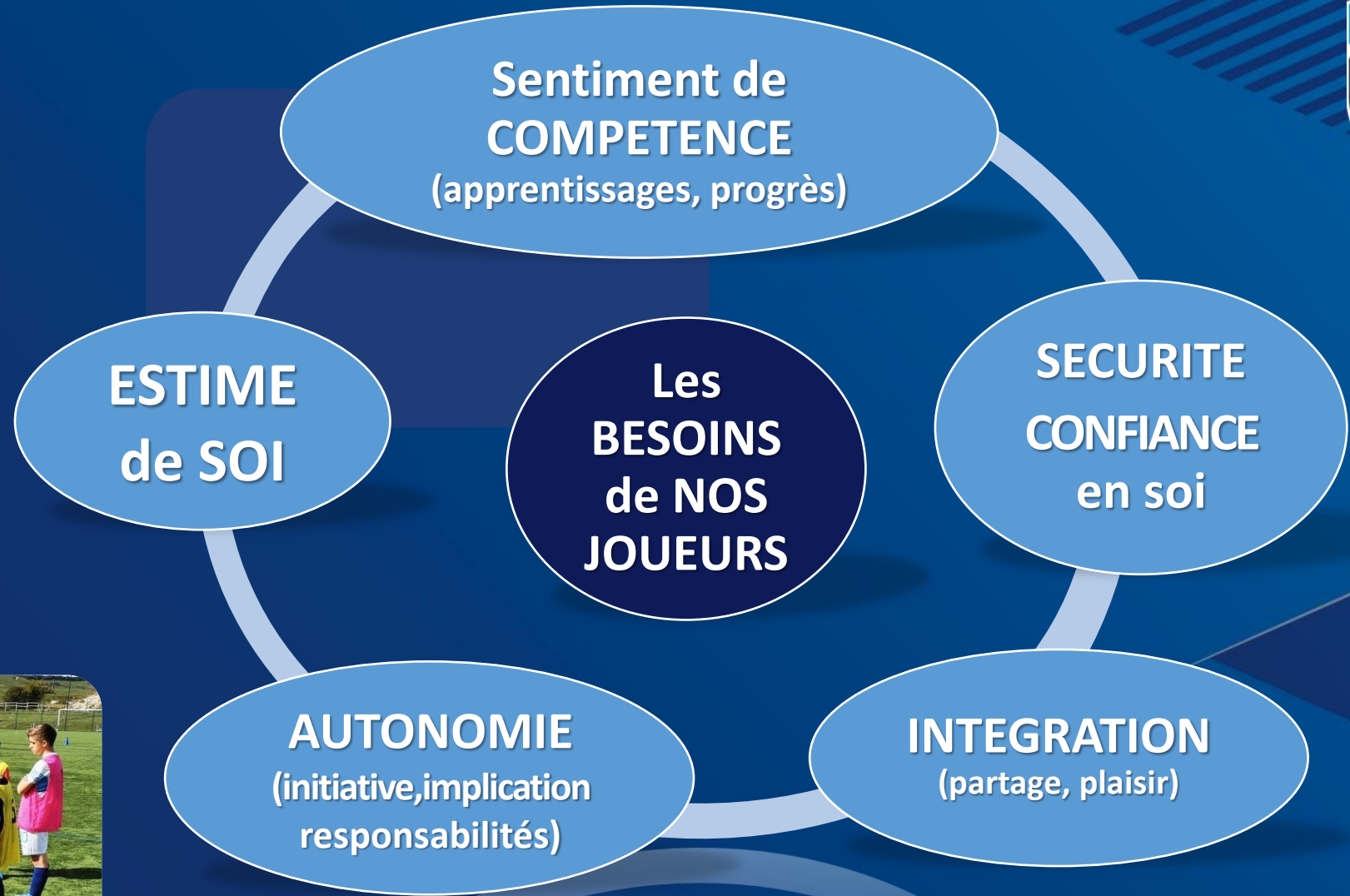
Avoir des échanges sur la pratique (trajet retour, repas du soir)



En tant que parent , il est bon de toujours pouvoir être un support pour lui. Il doit pouvoir s'appuyer sur vous quand tout va bien mais aussi quand ca ne va pas .



L'enfant apprend de ses parents, interprète ses commentaires et à mon sens, le parent doit rester positif pour que le centre du projet soit axé sur le bien être de l'enfant, le développement des compétences, et non pas les résultats uniquement .



**« Les gagnants trouvent des moyens
les perdants cherchent des excuses »**



**« Les gagnants trouvent des moyens
les perdants cherchent des excuses »**



**« Le plaisir n'est pas d'atteindre le sommet de
la montagne, mais la façon dont y est arrivé »**