



CENTRES de PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE U12-U13 (G/F)



Saison 2026-27



**DETECTER
IDENTIFIER**

**ACCOMPAGNER
CONSEILLER**

**FORMER
AMELIORER**

**INFORMER
ORIENTER**

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



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



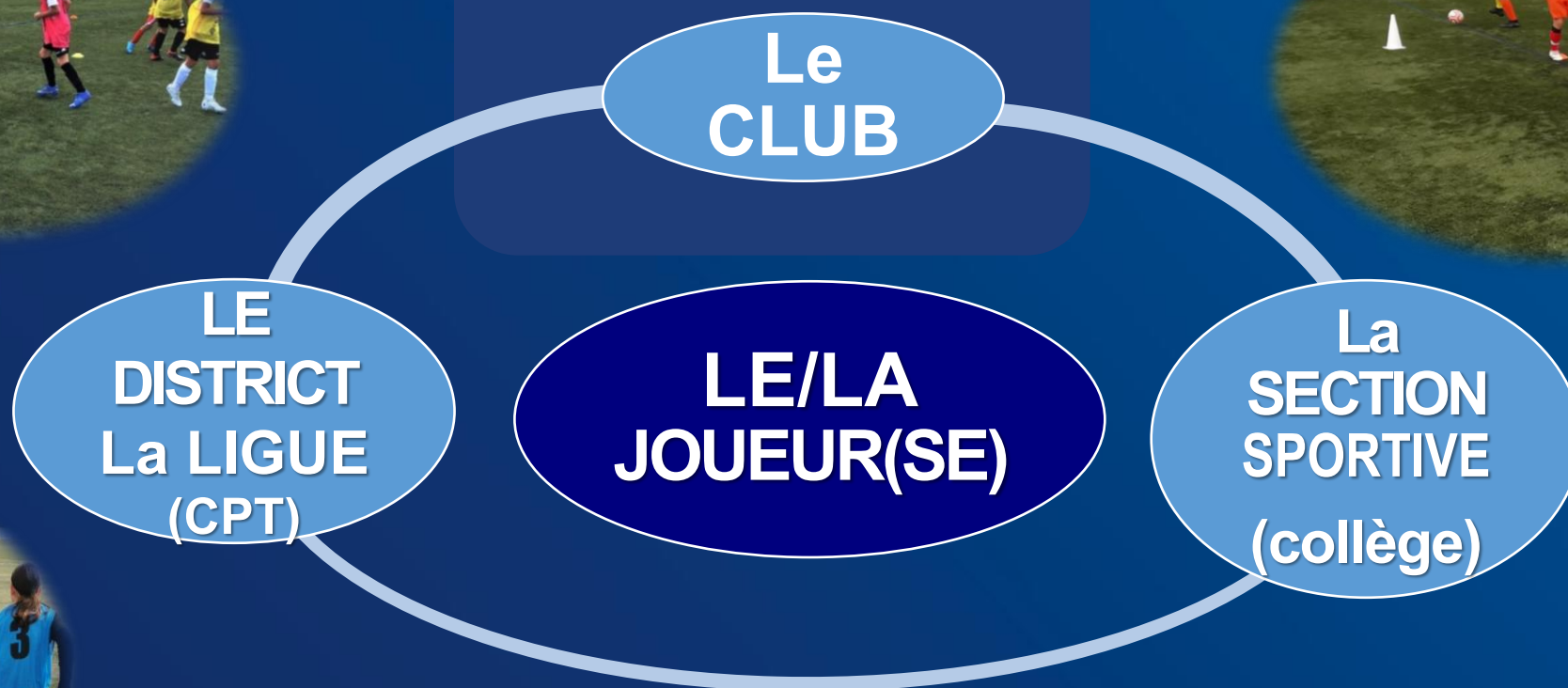
Sélections
Ligues
U14 – U15



Sélections
Ligues
U16



CENTRES de PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE U12-U13



GARDER la CHARGE de TRAVAIL hebdomadaire (volume de séances)

Ne pas rajouter une séance pour ceux qui en ont déjà 3 ou 4

Le joueur ne s'entraîne pas au club le jour où il a fait une séance en CPT

Être attentif aux « signaux » des joueurs(ses) – Préserver la SANTE

Centres de Perfectionnement Technique U12-U13 G + F 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, améliorer et orienter les joueurs « à potentiel »

Réaliser des réunions d'informations



Animer des séances terrain par des éducateurs reconnus



Centres de Perfectionnement Technique

Etapes de mise en oeuvre



Pour qui ?

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

Quand ?
Où ?

- Programmer les séances (octobre à mi-juin) par secteur
 - 5 à 6 **séances** de d'Octobre à Janvier + 5 à 6 **séances** de Février à Juin
- Etablir une programmation annuelle d'entraînement sur les 11 séances
 - Jeu offensif (75 %)
 - Jeu défensif (25 %)

Comment ?

- Plan de séance :
 - Une **partie accueil et explications de la séance** (5 min)
 - Une **partie échauffement** (15-20 min)
 - **3 procédés proposés selon une dominante choisie** (45 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**

Centres de Perfectionnement Technique

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 + observations joueurs en compétition début sept.**

SECTEUR NORD (Reims)

Groupe de **18-20** Joueurs **U12**

Groupe de **18-22** Joueurs **U13**

SECTEUR SUD (Chalons/Epemay/Sézanne)

Groupe de **12-16** Joueurs **U12**

Groupe de **18-22** Joueurs **U13**

**+ 1 groupe de U12F-U13F
(tout le département)**

Groupe de **12-16** Joueuses

Suivi de l'évolution de 22 joueurs et 6 à 8 joueuses par génération (90 joueurs et 16 joueuses)

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

IMPLICATION COLLECTIVE

Technique au service
de l'Equipe

Être efficace ou le
devenir au(x) postes



L' ACTIVITE

Etre Capable 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,
se créer les espaces,
accessibilité permanente ...

Voir et être vu

DEPASSEMENT DE SOI

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



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



CENTRES de PERFECTIONNEMENT TECHNIQUE U12-U13



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

Attitude
demandée
au joueur(se)

ECOUTE

MEMORISATION
AUTO-CORRECTION

ENGAGEMENT

« De l'EXIGENCE naît L'EXCELLENCE »



Le « SOCLE » de travail Cadre de Fonctionnement

CHARTRE D'ENGAGEMENT



« CHARTRE D'ENGAGEMENT » du joueur

NOM – Prénom :

CPT U13 (secteur Nord)

Je m'engage à :

Etre RESPONSABLE de ma pratique :

- en préparant mon sac d'entraînement et en vérifiant mes équipements (adaptés au terrain et à la météo)
- en étant reposé et en bonne santé (ne pas venir blessé !!!!)
- en ne faisant pas un entraînement au club le même jour que la séance CPT du District
- en faisant attention à mon hygiène de vie: alimentation, récupération (sommeil), hydratation
- en prenant ma douche après chaque entraînement (hygiène corporelle, récupération)
- en cas de blessure, en respectant le temps d'arrêt prescrit et de reprise (progressive).

Faire preuve d'EXIGENCE (affirmer mon engagement):

- en étant présent à toutes les séances et stages de la saison
- en étant à l'heure
- en faisant preuve d'écoute et de concentration sur le terrain
- en participant activement aux contenus qui me sont proposés
- en m'auto-évaluant et ressortant de la séance avec un élément à retenir ou à améliorer

Faire preuve de RESPECT et de SOLIDARITE en :

- en disant systématiquement « Bonjour » et « au revoir » au coach et à mes partenaires
- en respectant les locaux et le matériel utilisé
- en prévenant en cas d'absence (blessure, maladie, sortie scolaire, etc ...)
- en m'intégrant au groupe et en parlant avec tous les joueurs (ses).
- en évitant tout type de vulgarités sur le terrain et en dehors

Date et signature :

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
(1h30)**

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 (15-20 min) dont coordination

2 ateliers : Jeu réduit + Coordination + Travail technique analytique et avec contraintes (2 x 15 à 20 min)

Jeu d'application (15 min)

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

Autres actions d'accompagnement du joueur



1. La récupération (sommeil)



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).

4. L'hydratation, l'alimentation.

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

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

RELATIONS AVEC LES PARENTS ET EDUCATEURS



Moyens

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



**Quand ?
pourquoi ?**

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



RELATION PARENTS / ENFANTS



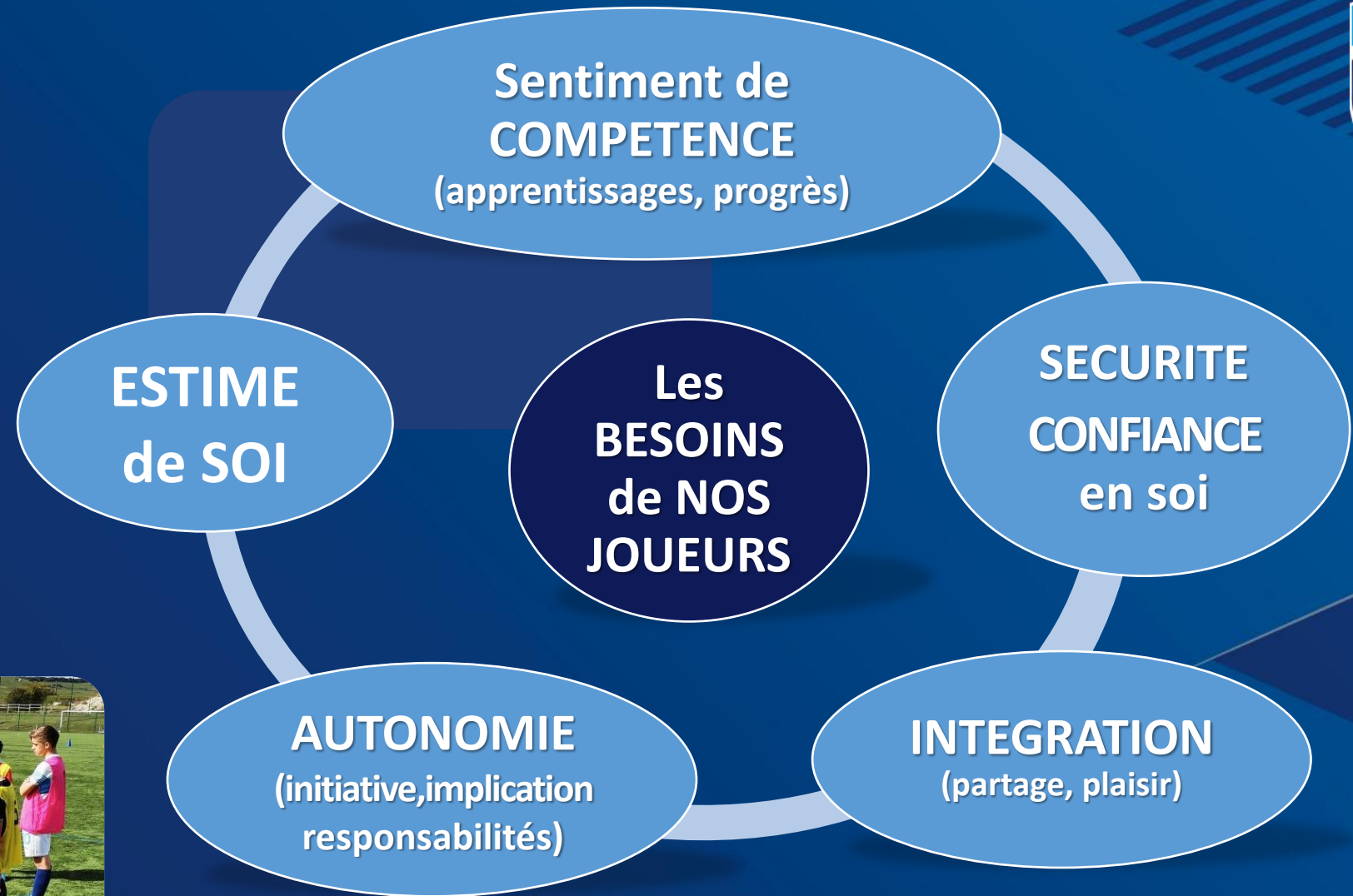
Avoir des échanges sur la pratique (trajet retour, repas du soir)



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



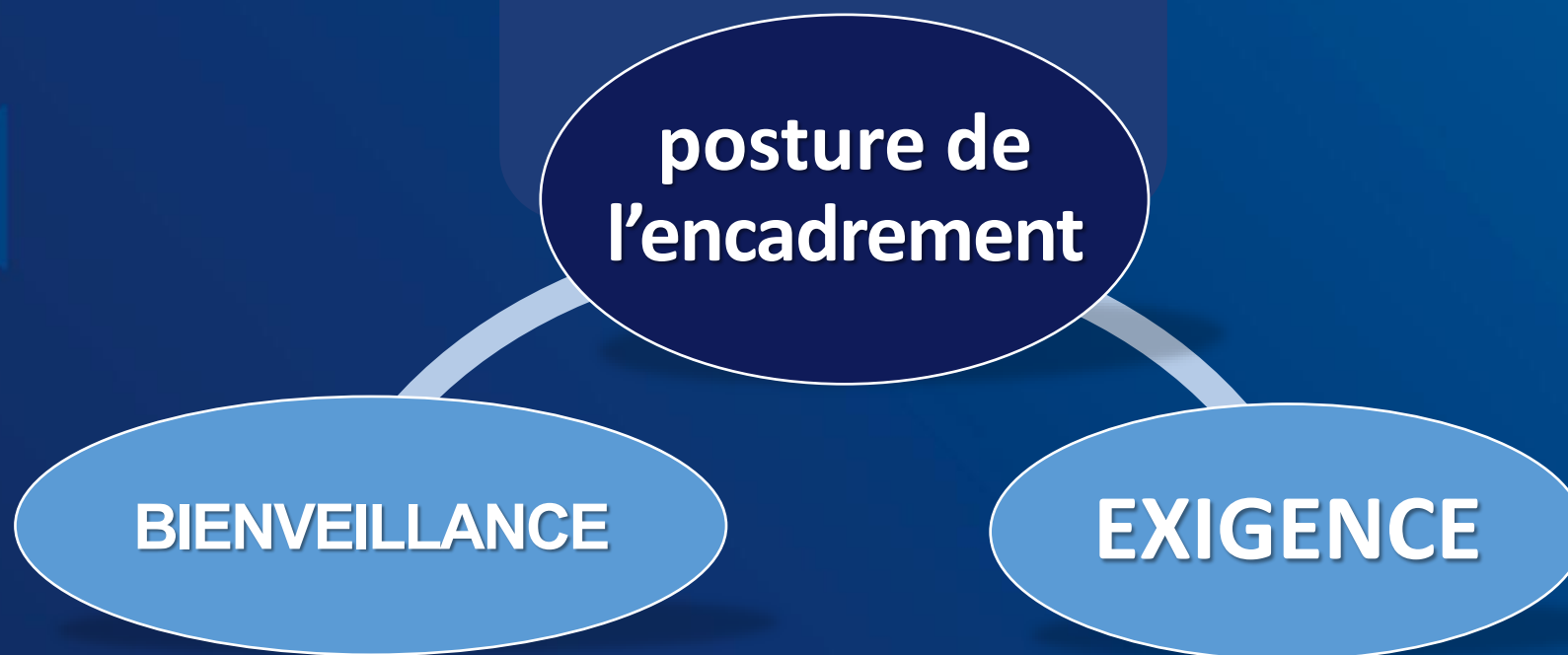
L'enfant apprend de ses parents, interprète ses commentaires et à notre sens, le parent doit rester positif pour que le centre du projet soit axé sur le bien être de l'enfant, le développement des compétences, et non pas les résultats uniquement. Le résultat n'est la conséquence que de la performance, et donc des compétences du joueur.



« 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 arrive »**

***La chute n'est pas un échec.
L'échec, c'est de
rester là on l'on est tombé. »***



**« L'éducateur est un
donneur de confiance »**



**« Il y a quelque chose de pire
que de ne pas avoir réussi
... c'est de ne pas avoir essayé »**

**« Un entraîneur doit être entraînant »
(Georges Boulogne)**



**« Quand tu as envie d'aban-
donner, pense à la raison pour
laquelle tu as commencé »**

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

**« Un poisson de trou
d'eau ne connaît pas la
largeur de la rivière »**

« PLAISIR – RESPECT – ENGAGEMENT – TOLERANCE – SOLIDARITE »