

  
**PERFORM6NC3**  
District du Puy de Dôme



**2025 2026**

***Centre de Perfectionnement Départemental***  
***District du Puy de Dôme***

- **Garantir le déploiement** des structures et le maillage territorial
- **Orienter les profils concernés** vers les structures de formation adaptées
- **Adapter** le parcours avec les spécificités du territoire
- **Intégration** des parcours à tout moment



Responsable PPF Garçons  
**Fabien FLORE**  
Conseiller Technique PPF  
DESJEPS UEFA A

STRUCTURE 63

ACCESION DEPARTEMENTALE

ACCESION REGIONALE

*« Les statistiques nationales montrent que la réussite a lieu à moins de 60 km du domicile »*

U18

U17

U16

U15

U14

U13

U12

U11

SECTIONS  
SPORTIVES  
1<sup>er</sup> Cycle

CENTRE DE  
FORMATION  
CF 63

SECTION ELITE  
CF 63

SELECTION 63  
Parcours AVENIRS

SELECTION 63  
Parcours ESPOIRS

FUTSAL  
Performance

SELECTION LAURA  
Parcours ESPOIRS  
Parcours AVENIRS

CENTRE DE PERFECTIONNEMENT DEPARTEMENTAL

FUTSAL  
Découverte

POLE ESPOIR

CENTRE DE PERFECTIONNEMENT DE SECTEUR

CENTRE DE PERF U12

## CLIMAT PROPICE A L'APPRENTISSAGE

## PARENTS-ECOLE-CLUB-DISTRICT

### Centre de Perfectionnement de secteurs Observation Plateau

Travail Technique Individuelle  
Maitrise du ballon  
Motricité  
Jeu et situations effectifs réduits  
(3X3 - 4X4)  
Travail d'1 transition

### Centre de Perfectionnement Départemental Observation Match + Pitch

Travail Technique Individuelle et collective  
Situation tactique notion de poste  
Motricité  
Jeu et situations effectifs réduits  
(3X3 au 6X6)  
Travail de 2 transitions

### Sélections Départementales Observation Match

Travail Technique Individuelle et collective  
Situation tactique de 1 à 2 lignes  
Motricité  
Jeu et situations effectifs réduits  
(4X4 au 8X8)  
Travail de 2 à 3 transitions

U11



U12  
U13



U14 U15 U16



Stade Sportif Edmond Et Camille Leclanche

[www.sportaclermont.fr](http://www.sportaclermont.fr)

9 r Louise Michel, 63100 Clermont Ferrand · 6,8 km

04 73 40 33 47

**Terrain en herbe**

## LES REFERENTS



Morgan LAGRANGE  
Salarié du District  
Titulaire du DESJEPS Football



Fabien FLORE  
Conseiller Technique PPF  
Titulaire du DESJEPS Football



Romain LALEUF  
Salarié du District  
BMF en apprentissage

## LE CALENDRIER\*



CPD 1	CPD 2	CPD 3	Finale Dép Pôle	CPD 4	CPD 5	CPD 6	CPD 7
Lu 24/11/2024	Lu 08/12/2025	Lu 19/01/2026	Lu 02/02/2026	Lu 02/03/2026	Lu 16/03/2026	Lu 27/04/2025	Lu 18/05/2026



CPD 1	CPD 2	CPD 3	CPD 4	CPD 5	CPD 6	CPD 7	CPD 8
Lu 24/11/2025	Lu 08/12/2025	Lu 19/01/2026	Lu 02/02/2026	Lu 02/03/2026	Lu 16/03/2026	Lu 27/04/2025	Lu 18/05/2026



\* En raison des conditions climatiques certaines dates peuvent être modifiées

# U13 nés en 2013

PROGRAMME DE PERFORMANCE FEDERAL

## Objectifs :

- ✓ Suivi de génération
- ✓ Groupe d'entraînement des meilleurs U13 du département
- ✓ Constituer un groupe de 16 joueurs + 7 GB (U13) pour le Centre de Perfectionnement du Département

## Profils de joueurs

- ✓ Hors club Clermont Foot
- ✓ ASM uniquement éligible au concours du Pôle espoirs



**Responsable du site**  
**Nicolas PEPIN**  
 Membre de Commission  
 DESJEPS UEFA A

**Responsable du site**  
**Joao FERREIRA**  
 Membre de Commission  
 BMF UEFA B



## Le Pôle Espoirs

CPD 1	CPD 2	CPD 3	Finale Dép Pôle	CPD 4	CPD 5	CPD 6	CPD 7
Lu 24/11/2024	Lu 08/12/2025	Lu 19/01/2026	Lu 02/02/2026	Lu 02/03/2026	Lu 16/03/2026	Lu 27/04/2025	Lu 18/05/2026



Rassemblement Rég 1	Rassemblement Rég 2A	Rassemblement Rég 2B	Finale Régionale
20 et 21/02/2026	07/03/2025	14/03/2025	03 au 05/04/2025



14  
Nahil  
GORD



15  
Hamza  
EL BERD



17  
Riad  
RAHAMAOU



18  
Yanice  
KHALFA



8  
Clément  
MARIUS



9  
Nathan  
BATISSE



10  
Yanis  
AYOUBA



11  
Milo  
JANICOT LAPLANCHE



12  
Mathéo  
HASANI



13  
Léandro  
AMORIN



2  
Axel  
GAUME



3  
Dylann  
DAOUDOU



4  
Khalil  
MANGHELLE



5  
David  
FERREIRA



6  
Tyrese  
AHAMADA



7  
Nassry  
SALIM



# U12 nés en 2014

PROGRAMME DE PERFORMANCE FEDERAL



Responsable du site  
**Morgan LAGRANGE**  
Salarié du District  
DESJEPS UEFA A



Educateur  
**Romain LALEUF**  
Salarié du District  
BMF UEFA B en cours



**PERFORM6NC3**  
District du Puy de Dôme

## Objectifs :

- ✓ Suivi de génération
- ✓ Groupe d'entraînement des meilleurs U12 du département
- ✓ Constituer un groupe de 14 joueurs + 2 GB pour le Centre de Perfectionnement du Département

## Profils de joueurs

- ✓ Hors club Clermont Foot et ASM

CPD 1	CPD 2	CPD 3	CPD 4	CPD 5	CPD 6	CPD 7	CPD 8
Lu 24/11/2025	Lu 08/12/2025	Lu 19/01/2026	Lu 02/02/2026	Lu 02/03/2026	Lu 16/03/2026	Lu 27/04/2025	Lu 18/05/2026



## Rassemblement Régional U12 à Tola Vologe le 20/06



38

Djevan  
PISTER



Maé  
RAMADE



Kertis  
SEFU NGIAMA



33

Leny  
GAUME



34

Gaspard  
HODGES NOEL



35

Nolan  
LE SAUZE



36

Aaron  
MICHOU



37

Raphaël  
PARIS



26

Gaspard  
COINTE



27

Ethan  
COSTE



28

Diego  
DA COSTA



29

Jassim  
FERDJOUNI



31

Johan  
FOURNIER



32

Martin  
ANDRIEU



19

Clarence  
ATANGANA



20

Yusuf  
ATIK



21

Imrane  
BRUTSEL



23

Léo  
BRY



24

Raphaël  
CHABANNES



25

Eden  
CHICHPORTICH





Educateur  
**Mickael DE OLIVEIRA**  
*Commission technique*  
**CSEGB**

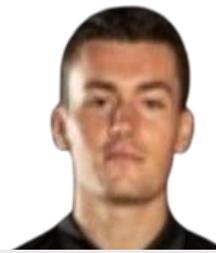
Responsable du dispositif  
**Guillaume THIAUDIERE**  
*Commission technique*  
**CEGB 1**



Educatrice  
**Léna DA SILVA**  
*Commission Technique*  
**BMF UEFA B**



Educateur  
**Roman CAMPILLO**  
*Commission technique*  
**CEGB 2**



**Critères évaluation**



Educateur  
**Julien BOYER**  
*Intervenant*  
**CFGBP**



Educateur GB  
**Lucas VIZET**  
*Commission Technique*  
**CSEGB**



Educateur GB  
**Laurent MALEO**  
*Intervenant club*  
**CFGBP**



**nés en 2014 et 2013**

CPD 1	CPD 2	CPD 3	CPD 4	CPD 5	CPD 6	CPD 7	CPD 8
Lu 24/11/2025	Lu 08/12/2025	Lu 19/01/2026	Lu 02/02/2026	Lu 02/03/2026	Lu 16/03/2026	Lu 27/04/2025	Lu 18/05/2026

Stade Leclanché



Liam  
TEKLA



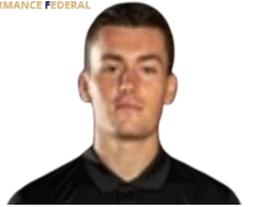
Tom  
PIOT



Jonah  
MERMAD



Eden  
DA SILVA



Baptiste  
VEHREE



Aymen  
KAOUANE



Mohamed Jahid  
MAZET



Alexandre  
BOILEAU



Houssam  
AREZKI



Liano  
DA SILVA



Amine  
GRIBI



**Respecter les horaires**  
Rdv 18:15 les lundis indiqués  
Début de séance 18:30 fin 20:00

**Prévenir** en cas d'absence et retards éventuels en précisant le nom et prénom de l'enfant.\*

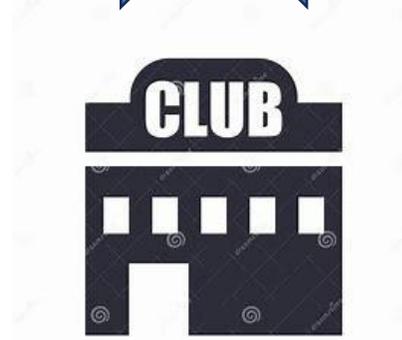
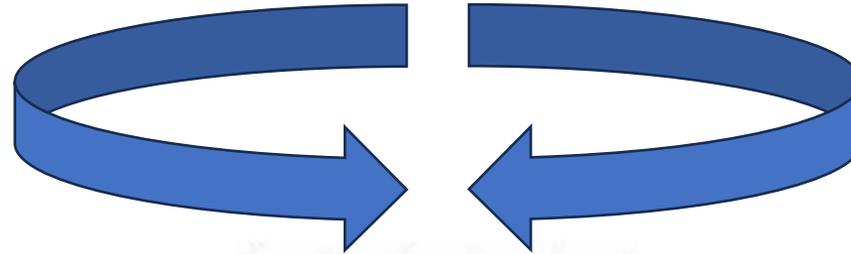


LA REUSSITE PASSE PAR L'EQUILIBRE DE TOUS LES ACTEURS DU PROJET DU JOUEUR



**Respecter les tenues**  
Prévoir affaires de douche  
et vêtements chauds l'hiver

Un maillot, un short et une paire de chaussettes  
sont prêtés pour la saison par le district à  
remettre en fin de saison. (Caution 50€)



Être **irréprochable** dans son club



Les parents sont **supporters pas entraîneurs**

**Prêts équipement district du Puy De Dôme saison 2024/2025.**

Nom et prénom du joueur :

Je soussigné(e)

Nom et prénom du responsable légal :

reconnait avoir reçu un prêt des équipements (maillot, short et chaussette de marque Nike) pour la saison 2025/2026 à porter obligatoirement propre et entretenu pour les séances de football organisées par le district du Puy De Dôme représenté par le Conseiller Technique Départemental en charge du Plan de Performance Fédéral et son équipe technique

La restitution des équipements devra être effectuée le **18 mai 2026 lors du dernier rassemblement.**

A partir de cette date, **le paiement (50 €) des équipements deviendra exigible.**

Fait le \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_

Signature du responsable légale



Laurence Dalle  
Directrice du District

Nous cherchons à identifier et développer **5 exigences fondamentales** chez nos jeunes joueurs Puydomois, référencées sous l'acronyme de **T.I.P.E.S**

- ✓ **T**echnique
- ✓ **I**ntelligence
- ✓ **P**ersonnalité
- ✓ **E**xplosivité
- ✓ **S**ontanéité



« La progression requiert de la prise d'initiative, du courage et de prendre des décisions. Essayer et échouer n'est pas contraire à la réussite, cela fait partie du succès. »

**La technique doit être l'exigence numéro un** pour un joueur de nos sélections. Tous les joueurs doivent être techniquement bons avec le ballon. **La qualité de la première touche de balle** est indispensable.

Notre volonté est de **savoir jouer sous pression**, cela signifie que les joueurs jouent dans un **espace restreint**, et qu'individuellement le joueur doit être capable de jouer en faisant **les bons choix de passes**.



**L'intelligence du football est vitale** pour être capable de **comprendre les instructions et de respecter des consignes précises.**

Chacun doit savoir quoi faire avec le ballon dans des situations données, comme savoir **quand tenir le ballon et quand lâcher le ballon.**

Le joueur doit **savoir créer de l'espace, quand et comment se déplacer.** Il doit rapidement être **en capacité de répondre à des problèmes de jeu posés par l'adversaire.**



La personnalité est nécessaire pour être un **joueur d'équipe.**

Les joueurs ont besoin de **force de caractère et de leadership.**

Nous recherchons à connaître la personnalité des joueurs, pour voir s'ils sont **confiants**, s'ils peuvent **influencer les autres dans le bon sens** et surtout s'ils peuvent **travailler au sein d'un groupe.**

Les joueurs doivent être capables de **se mêler aux autres joueurs** de l'équipe et non être un individu. Une sélection du 63 doit être **unie avec des valeurs de dépassement de soi, de courage, de prise d'initiative et de fierté de représenter son département.**



Nous recherchons une qualité d'**explosivité** avec des **appuis forts et toniques**.

Les appuis doivent **être dynamiques pour enchaîner des sprints avec des changements de directions, des reprises d'appuis à haute vitesse et intensité**.

Une **bonne coordination et un équilibre postural** sont des atouts forts pour se développer et pouvoir **être performants sous pression de l'adversaire**.



La **vitesse de pensée** et la **vitesse d'action** sont des caractéristiques des joueurs que nous cherchons à développer.

Les joueurs doivent être capables de résumer rapidement les situations pour **résoudre les problèmes sur le terrain**.

Notre pédagogie est basée sur **l'amélioration des joueurs à décider vite** et rendre les joueurs plus **rapides pour décider quoi faire**.



## PRISE D'INFORMATIONS

Tête Basse      Tête Haute    Regarde loin      Tourne la tête      Scan

## DEPLACEMENTS

Attend la passe du partenaire      Donne et redemande      Déplacement dans le temps de passe

## CAPACITES DANS L'EFFORT

Souvent à l'arrêt      Souvent en course      Efforts en 2 temps (transition)      Efforts en 3 temps (double transition)      Répéter les efforts à haute intensité

## MOTRICITE

Appuis talons      Pointe de pied      Bassin et épaules orienté vers l'avant      Se retourne des 2 côtés      Toujours orientés dans le sens de jeu

## PRISE DE BALLE

1<sup>ère</sup> touche aléatoire      Prise + passe      Prise des 2 pieds      Prise enchaîne      1<sup>ère</sup> touche à contre sens adversaire

## PASSES

Cheville non verrouillée      Passe claquée      Passe longue      Utilise les 2 pieds      Passes rythmées/Pied haut du partenaire

Performance

**≠**

Potentiel

# COMMUNICATION

Ne parle pas

Dans l'urgence  
À partenaire proche

Régulière mais pas  
toujours adaptée

Commande le bloc  
équipe

# RELANCES

Courtes à la main

Courte à la main  
et au pied

Courte mi longue ou longue en fonction de  
la situation à la main et au pied

# SORTIES AERIENNES

Jamais

Quand il n'y a pas  
d'adversaire  
autour de lui

Proche et au 1<sup>er</sup>  
poteau

1<sup>er</sup> et second poteau

# POSTURE

Bassin épaule en  
arrière

Bassin vers l'avant  
mais pas de reprise  
d'appui

Bassin et épaules  
vers l'avant avec reprise  
d'appui

Sur l'avant et reprise  
d'appui sur le timing du  
frappeur

# PRISE DE BALLE

Au sol

Mi-hauteur  
(poitrine)

Haute

Aérienne

# PLONGEONS

En arrière et  
uniquement au sol

Vers l'avant et au sol

Vers l'avant et mis  
hauteur

Performance

Potentiel

CPD 1	Lu 24/11/2025
PHASE DE JEU	CONSERVER
Principe de jeu n°1	Agrandir/ Occuper l'espace en largeur et profondeur pour créer et utiliser des espaces
Comportements Collectifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Occupation de l'espace de jeu</li> <li>Agrandir le cadre de jeu effectif</li> </ul>
Comportements Individuels	<p><b>Sans le ballon</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Être accessible (voir et être vu)</li> </ul> <p><b>Avec le ballon</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Les contrôles orientés et enchaînement de passe pour faire vivre le ballon</li> </ul>
Procédés entraînement	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exercice technique 15'</li> <li>Procédé complémentaire 15'</li> <li>Situation 15' (6x5 max)</li> <li>Jeu 20'</li> </ul>
Constantes pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rythme des passes</li> <li>Sortir de la densité à la récupération du ballon</li> <li>Défendre en avançant à la perte</li> </ul>

CPD 2	Lu 08/12/2025
PHASE DE JEU	PROGRESSER
Principe de jeu n°2	Jouer vers l'avant collectivement dans les intervalles et entre les lignes adverses
Comportements Collectifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jouer vers l'avant collectivement</li> </ul>
Comportements Individuels	<p><b>Sans le ballon</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se mettre dans l'intervalle quand le porteur de balle est cadré</li> <li>Se mettre entre les lignes quand il n'est pas cadré</li> </ul> <p><b>Avec le ballon</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Progresser quand l'espace est libre</li> <li>Déplacer le jeu quand l'espace est bloqué</li> </ul>
Procédés entraînement	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exercice technique 20'</li> <li>Procédé complémentaire 25'</li> <li>Jeu 20'</li> </ul>
Constantes pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rythme des passes</li> <li>Sortir de la densité à la récupération du ballon</li> <li>Défendre en avançant à la perte</li> </ul>

CPD 3	Lu 19/01/2026	CPD 4	Lu 02/02/2026
PHASE DE JEU	DESEQUILIBRER	PHASE DE JEU	FINIR
Principe de jeu n°3	Fixer une zone pour jouer dans une autre, jouer à l'opposé après avoir fixé collectivement	Principe de jeu n°5	Changer le rythme du jeu pour garder le temps d'avance
Comportements Collectifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Créer des points de fixation par du jeu à 2, du jeu à 3</li> <li>Agrandir le cadre de jeu</li> </ul>	Comportements Collectifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Être en nombre devant le but et coordonner nos déplacements</li> </ul>
Comportements Individuels	<p><b>Sans le ballon</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Être disponible dans la zone du ballon</li> <li>Prise de vitesse à l'opposé (joueur lancé)</li> <li>Renverser jeu mi long/long</li> </ul> <p><b>Avec le ballon</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Les contrôles orientés et enchaînement</li> </ul>	Comportements Individuels	<p><b>Sans le ballon</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se déplacer à l'opposé des défenseurs</li> </ul> <p><b>Avec le ballon</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Utiliser les fausses pistes</li> </ul>
Procédés entrainement	<ul style="list-style-type: none"> <li>Motricité 10' (atelier)</li> <li>Situation 20' (6x5 max)</li> <li>Exercice 15'</li> <li>Jeu 20'</li> </ul>	Procédés entrainement	<ul style="list-style-type: none"> <li>Motricité 10' (atelier)</li> <li>Situation 20' (6x5 max)</li> <li>Exercice 15'</li> <li>Jeu 20'</li> </ul>
Constantes pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rythme des passes</li> <li>Sortir de la densité à la récupération du ballon</li> <li>Défendre en avançant à la perte</li> </ul>	Constantes pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rythme des passes</li> <li>Sortir de la densité à la récupération du ballon</li> <li>Défendre en avançant à la perte</li> </ul>

CPD 5	Lu 02/03/2026
PHASE DE JEU	S'OPPOSER
Principe de jeu n°6	Réaction à la perte et protéger le couloir de jeu direct
Comportements Collectifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Empêcher l'adversaire de prendre de la vitesse, voir et jouer vers l'avant.</li> </ul>
Comportements Individuels	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se replacer dans sa ligne</li> <li>Cadrer le porteur</li> <li>Couvrir le partenaire</li> </ul>
Procédés entrainement	<ul style="list-style-type: none"> <li>Procédé complémentaire 15'</li> <li>Jeu 15'</li> <li>Situation 15'</li> <li>Jeu 20'</li> </ul>
Constantes pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rythme des passes</li> <li>Sortir de la densité à la récupération du ballon</li> <li>Défendre en avançant à la perte</li> </ul>

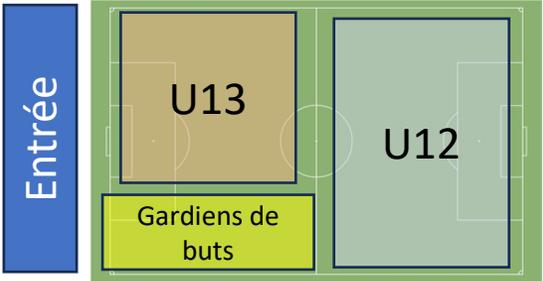
CPD 6	Lu 16/03/2026
PHASE DE JEU	PROGRESSER
Principe de jeu n°2	Jouer vers l'avant collectivement dans les intervalles et entre les lignes adverses
Comportements Collectifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Jouer vers l'avant collectivement</li> </ul>
Comportements Individuels	<p><b>Sans le ballon</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se mettre dans l'intervalle quand le porteur de balle est cadré</li> <li>Se mettre entre les lignes quand il n'est pas cadré</li> </ul> <p><b>Avec le ballon</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Progresser quand l'espace est libre</li> <li>Déplacer le jeu quand l'espace est bloqué</li> </ul>
Procédés entrainement	<ul style="list-style-type: none"> <li>Exercice technique 20'</li> <li>Procédé complémentaire 25'</li> <li>Jeu 20'</li> </ul>
Constantes pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rythme des passes</li> <li>Sortir de la densité à la récupération du ballon</li> <li>Défendre en avançant à la perte</li> </ul>

CPD 7	Lu 27/04/2026
PHASE DE JEU	PROTEGER SON BUT
Principe de jeu n°7	<b>Protéger son but en déséquilibre ou S'organiser en déséquilibre.</b>
Comportements Collectifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Freiner, gagner du temps se replacer.</li> </ul>
Comportements Individuels	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ne pas se faire éliminer.</li> <li>Utiliser le recul frein.</li> </ul>
Procédés entrainement	<ul style="list-style-type: none"> <li>Procédé complémentaire 15'</li> <li>Jeu 15'</li> <li>Situation 15'</li> <li>Jeu 20'</li> </ul>
Constantes pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rythme des passes</li> <li>Sortir de la densité à la récupération du ballon</li> <li>Défendre en avançant à la perte</li> </ul>

CPD 8	Lu 18/05/2025
PHASE DE JEU	FINIR
Principe de jeu n°5	<b>Changer le rythme du jeu pour garder le temps d'avance</b>
Comportements Collectifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>Être en nombre devant le but et coordonner nos déplacements</li> </ul>
Comportements Individuels	<p><b><u>Sans le ballon</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Se déplacer à l'opposé des défenseurs</li> </ul> <p><b><u>Avec le ballon</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Utiliser les fausses pistes</li> </ul>
Procédés entrainement	<ul style="list-style-type: none"> <li>Motricité 10' (atelier)</li> <li>Situation 20' (6x5 max)</li> <li>Exercice 15'</li> <li>Jeu 20'</li> </ul>
Constantes pédagogiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rythme des passes</li> <li>Sortir de la densité à la récupération du ballon</li> <li>Défendre en avançant à la perte</li> </ul>

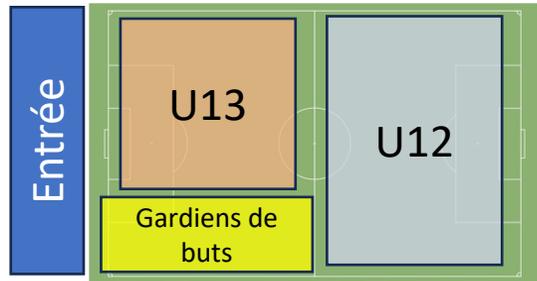
# OCCUPATION DU TERRAIN

CPD 1 Lu 24/11/2025



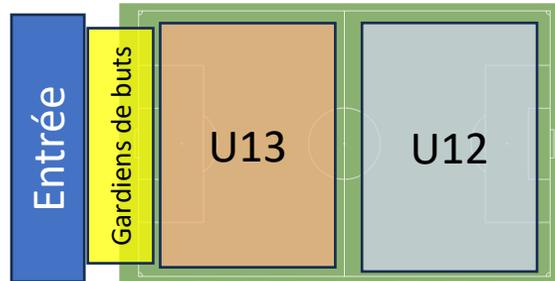
**Remarque(s):** Gardiens non intégrés à la séance des joueurs  
**Fiche habilités mentales et prêt équipement**

CPD 2 08/12/2025



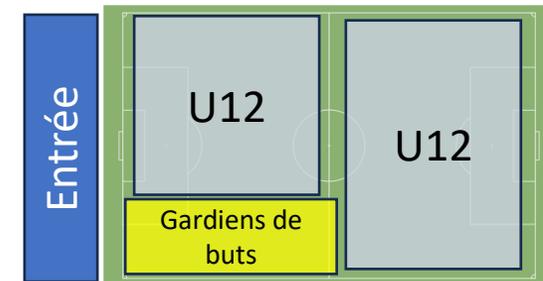
**Remarque(s):** Gardiens non intégrés à la séance des joueurs  
**TESTS mesures anthropomorphiques**

CPD 3 Lu 19/01/2026



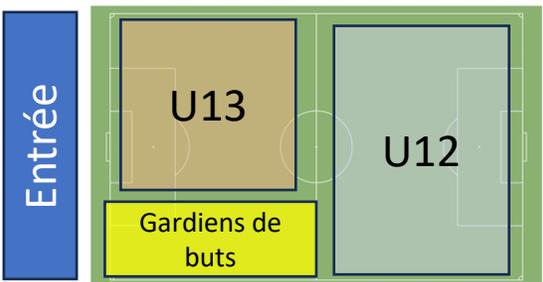
**Remarque(s):** Gardiens en rotation sur la séance des joueurs

CPD 4 Lu 02/02/2026



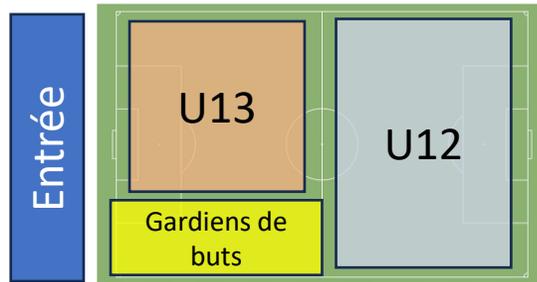
**Remarque(s):** Gardiens en rotation sur la séance des joueurs  
U13 : finale départementale pôle (à définir)

CPD 5 Lu 02/03/2026



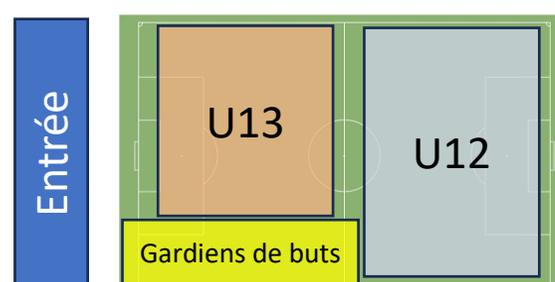
**Remarque(s):** Gardiens non intégrés à la séance des joueurs

CPD 6 Lu 16/03/2026



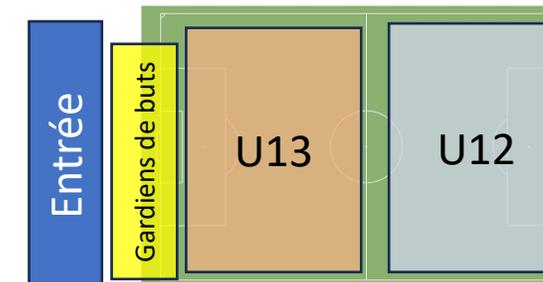
**Remarque(s):** Gardiens non intégrés à la séance des joueurs

CPD 7 Lu 27/04/2026



**Remarque(s):** Gardiens en rotation sur la séance des joueurs + travail technique et motricité

CPD 8 Lu 18/05/2026



**Remarque(s):** Gardiens en rotation sur la séance des joueurs + travail technique et motricité

# EVALUATION ET SUIVI DU JOUEUR

**NOM Prénom**

**Présence CPD**

**Date de naissance**

**Pied Fort**

**Poste**

**Taille**

**Taille  
assis**

**Poids**

**ETAT D'ESPRIT**

**Evaluation**

Engagement-Fiabilité-Ecoute

**INTELLIGENCE DE JEU**

**Evaluation**

Lecture-Compréhension-Déplacements

**TECHNIQUE**

**Evaluation**

Prise de balle-Passe-Tir-2<sup>ème</sup> Pied

**ATHLETIQUE**

**Evaluation**

Vitesse-Force-Endurance-Agilité

à développer

à renforcer

à entretenir

qualité forte

**Principe de jeu**

**Evaluation**

**Intention de jeu vers l'avant**

**Activité sur les transitions**

**Jeu sous pression**

**Position orientée**

**Duels défensifs**

**Duels offensifs**

**Disponibilité au porteur**

Projection jeu à 11:

Commentaire :

NOM Prénom	

Présence CPD

Date de naissance	
-------------------	--

Pied Fort	Poste	Taille	Taille assis	Poids

à développer	à renforcer	à entretenir	qualité forte
--------------	-------------	--------------	---------------

ETAT D'ESPRIT	Evaluation			
Engagement-Fiabilité-Ecoute				

INTELLIGENCE DE JEU	Evaluation			
Lecture-Compréhension-Anticipation				

TECHNIQUE	Evaluation			
Prise de balle-Jeu au sol –Jeu aérien-Réflexe				

ATHLETIQUE	Evaluation			
Vitesse-Force-Détente-Agilité				

Principe de jeu	Evaluation
Jeu aux pieds avec l'équipe	
Gestion de profondeur	
Communication	
Sortie aérienne	
Sortie au sol	
Plongeon droite et gauche	
Gestion de la relance en fonction du jeu	
Projection jeu à 11:	



Commentaire :





## Questionnaire sur ma Passion du Football ©

Pour chacune des affirmations suivantes, déterminez à quel point l'affirmation vous correspond et cochez la réponse appropriée. Les réponses vont de « ne me correspond absolument pas » à « me correspond tout à fait ». Il n'y a aucune réponse juste ou fautive. Il s'agit plutôt de trouver l'affirmation qui te correspond le mieux.

Cellule Optimisation de la Performance Mentale DTN-FFF : G. Lacombe, F. Thiviller, E. Loisel, P. Bretaud, J. Trebern, P. Bouillon, F. Bodineau, S. Matriciano, JY. Ogier, M. Milton, G. Passi.

0	N° de personne : (licence)	Me correspond tout à fait	Me correspond en grande partie	Ne me correspond qu'en partie	Ne me correspond absolument pas
	Nom :				
	Prénom :				
	N° de maillot :				
1	A l'entraînement, si l'entraîneur ne donne pas les équipes, je choisis toujours les mêmes partenaires.				
2	A l'entraînement, me comparer aux autres lors des exercices me motive.				
3	Avant un match important, je suis souvent énervé, et je peux rentrer en conflit avec mon entraîneur ou un camarade.				
4	Avant une rencontre, le temps d'attente me stresse.				
5	Cela me plaît de tester mes capacités lors des tests à l'entraînement.				
6	Dans l'action de match, au moment de la frappe au but, je ne regarde que le ballon.				
7	Dans l'action, en fonction de la position que j'occupe sur le terrain, je sais toujours me situer par rapport aux deux buts.				
8	Etre évalué me rend plus nerveux.				
9	Gagner le match ne me suffit pas, j'ai surtout besoin d'être le meilleur joueur de mon équipe.				
10	J'accepte les orientations ou décisions collectives même si je ne suis pas d'accord.				
11	J'éprouve des difficultés à aider les « nouveaux » à s'intégrer.				
12	J'ose prendre des risques dans le jeu.				
13	J'ai des difficultés à être bien présent dans mon entraînement ou mon match lorsque l'entraîneur remet en cause mes dernières performances.				
14	J'ai des difficultés à m'adapter quand j'arrive dans une nouvelle équipe.				
15	J'ai du mal à rester concentré à la fin du match (dernier quart d'heure).				
16	J'ai souvent besoin de l'avis d'autres personnes sur mes performances.				
17	Lorsque plusieurs solutions de jeu (offensive ou défensive) se présentent à moi dans le match, je pense faire souvent le bon choix.				
18	J'ai toujours la volonté de donner de très bons ballons à mes partenaires.				
19	J'aime faire les efforts pour me replacer quand mon équipe perd le ballon.				
20	Sans faire de l'antijeu, j'essaie de prendre le temps nécessaire pour bien frapper un coup de pied arrêté au cours d'un match.				

0	N° de personne : (licence)	Me correspond tout à fait	Me correspond en grande partie	Ne me correspond qu'en partie	Ne me correspond absolument pas
	Nom :				
	Prénom :				
	N° de maillot :				
21	J'apprécie de partager des idées sur le jeu, autour du match, avec mes coéquipiers.				
22	Je participe au jeu même quand le ballon est loin de moi.				
23	Je pense à autre chose que le jeu pendant le match ou l'entraînement.				
24	Je préfère être remplaçant pour un match qui me semble difficile.				
25	Je ressens souvent des douleurs dans mon corps dans la semaine avant un match important.				
26	Je suis souvent volontaire pour ramasser le matériel ou porter les buts mobiles ou les ballons.				
27	J'exprime fortement mon avis quand je suis en désaccord avec les consignes de l'entraîneur.				
28	J'oublie les consignes de l'entraîneur pendant les matchs difficiles.				
29	Lorsque je ne comprends pas à l'entraînement, je demande souvent des explications.				
30	Pour bien m'entraîner, j'ai besoin d'être encouragé par les autres.				
31	Quand je joue, c'est facile pour moi de prendre beaucoup d'informations sur le terrain en même temps.				
32	Quand je joue, je sais aussi ce qui se passe hors du terrain.				
33	Quand je ne suis pas dans l'équipe titulaire, je baisse les bras à l'entraînement.				
34	Quand je rate des gestes faciles, cela m'agace rapidement, et je suis de moins en moins performant.				
35	Quand je réussis une action individuelle, je peux souvent en enchaîner plusieurs.				
36	Quand l'entraîneur ne me sélectionne pas, je doute de moi.				
37	Quand l'entraîneur nous questionne à l'entraînement, je préfère laisser mes partenaires répondre.				
38	Quand mon adversaire est plus fort que moi, j'évite les situations de duel.				
39	Quand mon équipe est en difficulté, je trouve des solutions sur le terrain.				
40	Quand mon équipe est menée au score dans un match ou un jeu d'entraînement, cela me perturbe et je m'énervé.				
41	Si je fais un appel, je veux toujours recevoir le ballon, et si je ne le reçois pas, je continue quand même à répéter mes appels.				
42	Je pense que l'arbitre siffle souvent des fautes contre moi.				
43	Je n'aime pas que mon coach ou mon prof soit trop dur et exigeant.				

## LES PROCÉDÉS D'ENTRAÎNEMENTS

Les procédés d'entraînements sont des outils qui permettent de donner du sens à l'entraînement. Ils sont décrits ci-dessous et se décomposent de la manière suivante: les jeux, les situations et les exercices.

PROCÉDÉS	DÉFINITION	INVARIANTS	ORGANISATION SOUHAITÉE	INTÉRÊTS
<b>JEUX</b> Pédagogie active	Forme de travail basée en priorité sur une égalité numérique (+ ou - un) avec des objectifs et des buts communs	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Sens de jeu</li> <li>■ Partenaires</li> <li>■ Adversaires</li> <li>■ Ballon</li> </ul>	<p><b>Phase de jeu</b> Communiquée aux joueurs.</p> <p><b>Objectifs</b> Non communiqués aux joueurs.</p> <p><b>Buts et consignes</b> Communiqués aux joueurs</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Le joueur s'adapte aux contraintes du jeu.</li> <li>■ Il découvre des solutions</li> <li>■ Il construit des réponses adaptées</li> </ul>
<b>SITUATIONS</b> Pédagogie active	Forme de travail basée en priorité sur la répétition d'actions de jeu en inégalité numérique (ex : ligne - 2cL) avec des objectifs et buts différents	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Sens de jeu</li> <li>■ Partenaire(s)</li> <li>■ Adversaire(s)</li> <li>■ Ballon</li> </ul>	<p><b>Phase de jeu</b> Communiquée aux joueurs.</p> <p><b>Objectifs</b> Communiqués aux joueurs.</p> <p><b>Buts et consignes</b> Communiqués aux joueurs.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Le joueur est confronté à un problème qu'il doit résoudre en répétant l'action de jeu</li> </ul>
<b>EXERCICES</b> Pédagogie directive	<p><b>Adaptatifs</b> Travail à choix multiple (gestes ou joueurs) enrichi avec des prises d'information plus imprtantes</p> <p><b>Analytiques</b> Forme de travail de base avec une prise d'information faible (joueur-&gt;ballon)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Sens de jeu</li> <li>■ Partenaire(s)</li> <li>■ Sans dversaire (sauf duels)</li> <li>■ Ballon</li> <li>■ Choix (gestes ou joueurs)</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Sens de jeu ou pas</li> <li>■ Partenaires ou pas</li> <li>■ Ballon</li> </ul>	<p><b>Phase de jeu</b> Communiquée aux joueurs.</p> <p><b>Objectifs</b> Communiqués aux joueurs.</p> <p><b>Buts et consigne</b> Communiqués aux joueurs.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Le joueur exécute le mouvement ou les gestes techniques.</li> <li>■ Il imite ou copie.</li> <li>■ Il se corrige par la répétition du geste.</li> </ul>



## LES MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

En fonction des procédés d'entraînement choisis, la méthode pédagogique utilisée par l'entraîneur de jeune doit donner de la confiance et du plaisir au joueur, afin de favoriser son développement.

PROCÉDÉS	MÉTHODES PÉDAGOGIQUES	L'ÉDUCATEUR	LE JOUEUR
<b>JEUX</b>	<p><b>Active</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Laisser jouer</li> <li>■ Observer</li> <li>■ Questionner</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Aménage l'espace et le nombre de joueurs.</li> <li>■ Communique le but et les consignes.</li> <li>■ Laisse découvrir.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ S'adapte au jeu.</li> <li>■ Découvre des solutions.</li> <li>■ Construit des réponses adaptées aux contraintes.</li> </ul>
<b>SITUATIONS</b>	<p><b>Active</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Faire répéter l'action</li> <li>■ Questionner</li> <li>■ Orienter</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Aménage l'espace et le nombre de joueurs.</li> <li>■ Communique le but et les consignes.</li> <li>■ Utilise les "arrêts flash"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ S'adapte au problème.</li> <li>■ Met en œuvre les solutions.</li> </ul>
<b>EXERCICES</b>	<p><b>Directive</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ Expliquer / Démontrer</li> <li>■ Faire répéter les gestes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Communique le but et les consignes.</li> <li>■ Utilise la démonstration pour corriger.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ Exécute les gestes techniques.</li> <li>■ Imité.</li> </ul>

ANIMER EN PERMANENCE: VALORISER, STIMULER, SECURISER. 29



# PHASES & PRINCIPES DE JEU

Règles d'action collectives et individuelles

Pour tous les guides méthodologiques, quelle que soit les tranches d'âges (sauf U7), nous proposons de diviser les phases de jeu en plusieurs parties. Chaque partie correspond à un principe de jeu ou une règle d'action collective et des comportements individuels. Nous proposons **9 principes de jeux** (5 offensifs, 4 défensifs) communs à toutes les catégories. Les différentes phases de jeu ainsi identifiées seront les éléments fondateurs de la planification annuelle.

## ON A LE BALLON CONSERVER ET PROGRESSER

**Principe de jeu N°1**  
Agrandir/ Occuper l'espace en largeur et profondeur/ Créer et Utiliser des espaces

- **Collectivement:** Agrandir l'Espace de Jeu Effectif sur la largeur et la profondeur pour se donner du temps et disperser l'adversaire sur le terrain.
- **Individuellement:** (porteur de balle) Jouer sur un partenaire à distance de passe. (Non porteur) S'écarter du porteur et de l'adversaire tout en restant orienté.

**Principe de jeu N°2**  
Jouer vers l'avant collectivement ou individuellement entre les lignes adverses / Jouer dans les intervalles et entre les lignes

- **Collectivement (voir et être vu):** jouer vers l'avant collectivement ou individuellement entre les lignes adverses.

## NOTRE METHODOLOGIE D'ENTRAINEMENT



### ON N'A PAS LE BALLON S'OPPOSER A LA PROGRESSION ADVERSE

#### Principe de jeu N°6

Réaction à la perte  
Empêcher l'adversaire de s'organiser / Protéger le couloir de jeu direct

- **Collectivement:** Empêcher l'adversaire de prendre de la vitesse, voir et jouer vers l'avant.
- **Individuellement:** Se replacer dans sa ligne.

#### Principe de jeu N°8

Se replacer et défendre le couloir de jeu direct sur l'axe ballon - but où densifier et être actif dans le CJD

- **Collectivement:** Créer de la densité entre le ballon et le but. (Libérer les zones moins concernées).
- **Individuellement:** Défendre en avançant sans se faire éliminer.

### ON N'A PAS LE BALLON S'OPPOSER POUR PROTEGER SON BUT

#### Principe de jeu N°7

Protéger son but en déséquilibre ou S'organiser en déséquilibre.

- **Collectivement:** Freiner, Gagner du temps se replacer.
- **Individuellement:** Ne pas se faire éliminer. Utiliser le recul frein.

#### Principe de jeu N°9

Reformer le bloc équipe - Récupérer le ballon en bloc ou Défendre son but, récupérer ou dégager le ballon.

- **Collectivement:** Densifier la présence défensive dans la surface de réparation et l'axe du but
- **Individuellement:** Empêcher ou gêner la dernière passe, le tir.

#### Individuellement (porteur de balle):

Progresser quand l'espace est libre et déplacer le jeu quand il est bloqué. (non-porteur de balle) Se démarquer entre les lignes en étant orienté.

#### Principe de jeu N°4

Sécuriser et maîtriser la possession/ Jouer combiné pour créer un surnombre

- **Collectivement:** Augmenter le nombre de joueurs en disponibilité dans la zone de jeu.
- **Individuellement: (porteur de balle)** Fixer l'adversaire pour décaler un partenaire dans une zone libre. (non porteur) Augmenter le nombre de partenaires disponibles dans la zone du ballon.

### ON A LE BALLON DESEQUILIBRER ET FINIR

#### Principe de jeu N°3

Fixer dans une zone pour jouer dans une autre/ Jouer à l'opposé après avoir fixé collectivement

- **Collectivement:** Fixer dans une zone pour jouer dans une autre.
- **Individuellement:** (porteur de balle) Créer des points de fixation par la conduite, le jeu court. Renverser par du jeu mi-long ou long. (non porteur) Etre disponible dans la zone du ballon. Prise de la vitesse (joueur lancé à l'opposé).

#### Principe de jeu N°5

Changer de rythme de jeu (temps fort et faibles) et garder le temps d'avance pour finir l'action/ Se démarquer pour fixer éliminer, passer ou finir

- **Collectivement:** Être en nombre devant le but et coordonner les déplacements.
- **Individuellement:** (porteur de balle) Utiliser des fausses pistes. (non porteur). Se déplacer à l'opposé des défenseurs.

# COMPORTEMENTS ET INDIVIDUELS + COLLECTIFS INFLUENCE



Dans le cadre du développement des talents, un entraîneur de jeunes doit donner des repères aux joueurs, sous la forme de comportements collectifs et individuels à adopter selon les situations auxquelles ils sont confrontés en match. Les différents critères qui influenceront ces comportements sont déclinés ci-après :



L'ESPACE ET LE TEMPS



LES DIFFÉRENTS DÉPLACEMENTS



LE SURNOMBRE OU L'INFÉRIORITÉ



LE DÉMARQUAGE & LE MARQUAGE



LES GESTES TECHNIQUES



## COMPORTEMENTS COLLECTIFS

### OFFENSIVEMENT ON A LE BALLON

#### 1 Rapport à l'espace et au temps - Notions de :

- **Discernement et gestion:** "On a du temps/on n'a pas de temps".
- **Discernement et gestion:** "Temps forts/temps faibles".
- **Prise de vitesse** (projection vers l'avant (porteur et non porteur(s)).
- **"Temps d'avance"** (pour le receveur gain et conservation).
- **Distances entre les joueurs** (largeur, profondeur "distances de passe", cadre de jeu).

#### 2 Rapport aux déplacements Notions de :

- **Interdépendance** "S'ils font ça (partenaires/adversaires), je fais quoi? je vais où?".
- **Relations privilégiées** dans une zone à 2, à 3.

#### 3 Rapport au surnombre Notion de :

- **Densité dans la zone du ballon** (être à minima un joueur de plus que l'adversaire).
- **"Envahissement"** du camp adverse.
- Présence en nombre en **zone de finition**.



### DEFENSIVEMENT ON N'A PAS LE BALLON

#### 1 Rapport à l'espace et au temps - Notions de :

- **Discernement et gestion:** "On est dans le bon timing, on est en retard" (coordination, synchronisation).
- **Discernement et gestion:** "Temps forts/temps faibles".
- **Réduction de prise de vitesse** (porteur et non porteurs).
- **Protection du couloir de jeu direct (CJD)** - obstacles sur l'axe ballon/but).

- **Distances entre les joueurs** (largeur, profondeur, "distances d'intervention", bloc équipe).

#### 2 Rapport aux déplacements Notions de :

- **Interdépendance** "S'ils font ça (partenaires/adversaires), je fais quoi? je vais où?..".
- **Relations privilégiées** dans une zone à 2, à 3.

#### 3 Rapport au surnombre Notions de :

- **Densité dans la zone du ballon** (être à minima un joueur de plus que l'adversaire).

\*CJD: Le couloir de jeu direct ou "axe ballon but" correspond à une ligne virtuelle directe qui va du porteur du ballon au but adverse.

# NOTRE METHODOLOGIE D'ENTRAINEMENT



## COMPORTEMENTS INDIVIDUELS

### OFFENSIVEMENT ON A LE BALLON

#### 1 Rapport à l'espace et au temps - Notions de:

- "Temps d'avance" (pour soi, gain et conservation).
- Vitesse et rythme d'exécution (gestes, enchainements).
- Accessibilité (être visible et joignable).
- "Jeu en redemande" (voir, donner, redemander).
- Changement d'intention de jeu dans l'action (adaptation).

#### 2 Rapport aux déplacements (+ psychomotricité) Notions de:

- Soudaineté, intensité, changement de rythme et de direction.
- Qualité et nature des appuis (fréquence, orientation...).
- "Jeu de corps" (feintes, protection ("corps obstacle")).

#### 3 Rapport aux démarquage Notions de:

- "Sortie" du champ visuel de l'adversaire.
- Triangle ou carré défensif adverse: "Je vais là où il n'y a personne" ... Quand? À quelle vitesse?
- Initiative du déplacement.
- Fausse piste (appel/contre-appel, mouvement d'épaule, courses brisées, changement de rythme...).

#### 4 Rapport à la technique Notions de:

- Choix de surface de contact (passe, tir...).
- Qualité de la 1<sup>ère</sup> touche (sens, orientation, accélération).
- Qualité de transmission (intensité, dosage, précision, timing).
- Choix de surface de contact (transmission, finition).
- Fausse piste (intentions masquées).

### DEFENSIVEMENT ON N'A PAS LE BALLON

#### 1 Rapport à l'espace et au temps - Notions de:

- Réduction du temps de lecture du porteur (cadrage, pression, défense en avançant, temps de passe, distance appropriée).

#### 2 Rapport aux déplacements (+ psychomotricité) Notions de:

- Qualité et nature des appuis (fréquence, orientation...).
- "Jeu de corps" (opposition ("corps obstacle")).

#### 3 Rapport aux marquage Notions de:

- Position privilégiée (par rapport au ballon, au but, distance appropriée...).
- Détection et exploitation des indicateurs pertinents autres que le ballon (pied fort, habitudes, fausses pistes...) pour défendre sans subir le jeu de l'adversaire voire inverser le rapport de force et imposer ses choix.
- Contrôle du joueur lancé.

#### 4 Rapport à la technique Notions de:

- Choix de surface de contact (dégagements).

## OFFENSIVEMENT, ON A LE BALLON DEFENSIVEMENT ON N'A PAS LE BALLON

### TRANSITION

- Notion de changement de statut... pour tous.
- Notion d'instantanéité... voire d'anticipation.
- Notion de zone de terrain (à la perte ou à la récupération du ballon).

### AUTRES

- Notion de Prise d'information(s) (fréquence, "Voir loin pour voir près", partenaires/adversaires les plus proches).
- Notion de communication (verbale/non verbale; associée, précise, concise, nominative).
- Notion d'anticipation (que peut-il se passer après? "S'il se passe ça je fais quoi?").
- Notion de gestion des émotions (concentration sur la tâche et non la conséquence).
- Notion d'engagement dans la tâche (implication (mentale, athlétique), intensité, rythme...).
- Notion d'efficacité (attitudes, comportements, gestes, actions...).



Test Illinois Conduite de balle	U13	U14	U15
Elite <10%	< 21,10	<20,50	<20,20
Très Bon 10 à 25%	21,10 à 21,82	20,50 à 20,85	20,20 à 20,65
Correct 25 à 50%	21,82 à 22,76	20,85 à 21,45	20,65 à 21,65
Insuffisant 50 à 75%	22,76 à 23,80	21,45 à 21,95	21,65 à 22,12
Très insuffisant >75%	>23,80	>21,95	>22,12

Moyenne jonglerie bon pied au Stage départemental U13 Puydomois **43** **OBJECTIF 50**

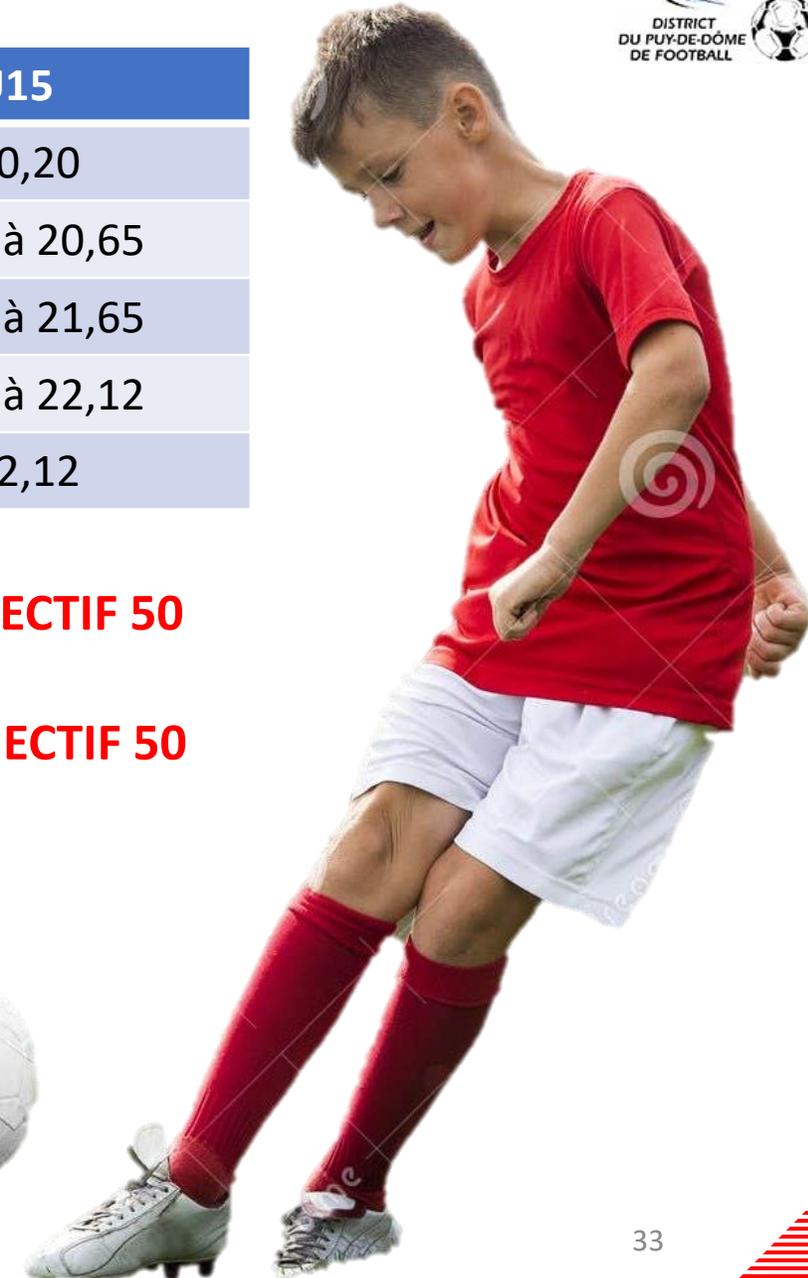
Moyenne jonglerie mauvais pied Stage départemental U13 Puydomois **25** **OBJECTIF 50**

Moyenne Vitesse 10m U13 Puydomois **2''08**

*Meilleur temps 1'92*

Moyenne Vitesse 30m U13 Puydomois **5''01**

*Meilleur temps 4'58*



# QUELQUES REUSSITES



**U13**

PROGRAMME DE PERFORMANCE FEDERAL

**U13**

PROGRAMME DE PERFORMANCE FEDERAL

**U14**

PROGRAMME DE PERFORMANCE FEDERAL

**U15**

PROGRAMME DE PERFORMANCE FEDERAL

**U15**

PROGRAMME DE PERFORMANCE FEDERAL

2ème Rass. Régional



**PERFORM6NC3**  
District du Puy de Dôme



**Bonne saison**