



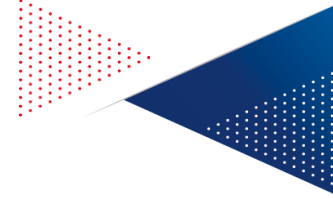
# Projet de Performance Fédéral District de l'Allier

## Les Centres de Perfectionnement U12 – U13

« Au service de la progression du joueur »



# LES DATES



Centre de  
Perf N°1  
**3 secteurs**  
Lundi 16/12

Centre de  
Perf N°2  
**3 secteurs**  
Lundi 20/01

Centre de  
Perf N°3  
**3 secteurs**  
Lundi 03/02

Centre de  
Perf N°4  
**3 secteurs**  
Lundi 17/03

Centre de  
Perf N°5  
**3 secteurs**  
Lundi 31/03

Centre de  
Perf N°6  
**3 secteurs**  
Lundi 14/04

Centre de  
Perf N°7  
**3 secteurs**  
Lundi 05/05

Centre de  
Perf N°8  
**3 secteurs**  
Lundi 26/05

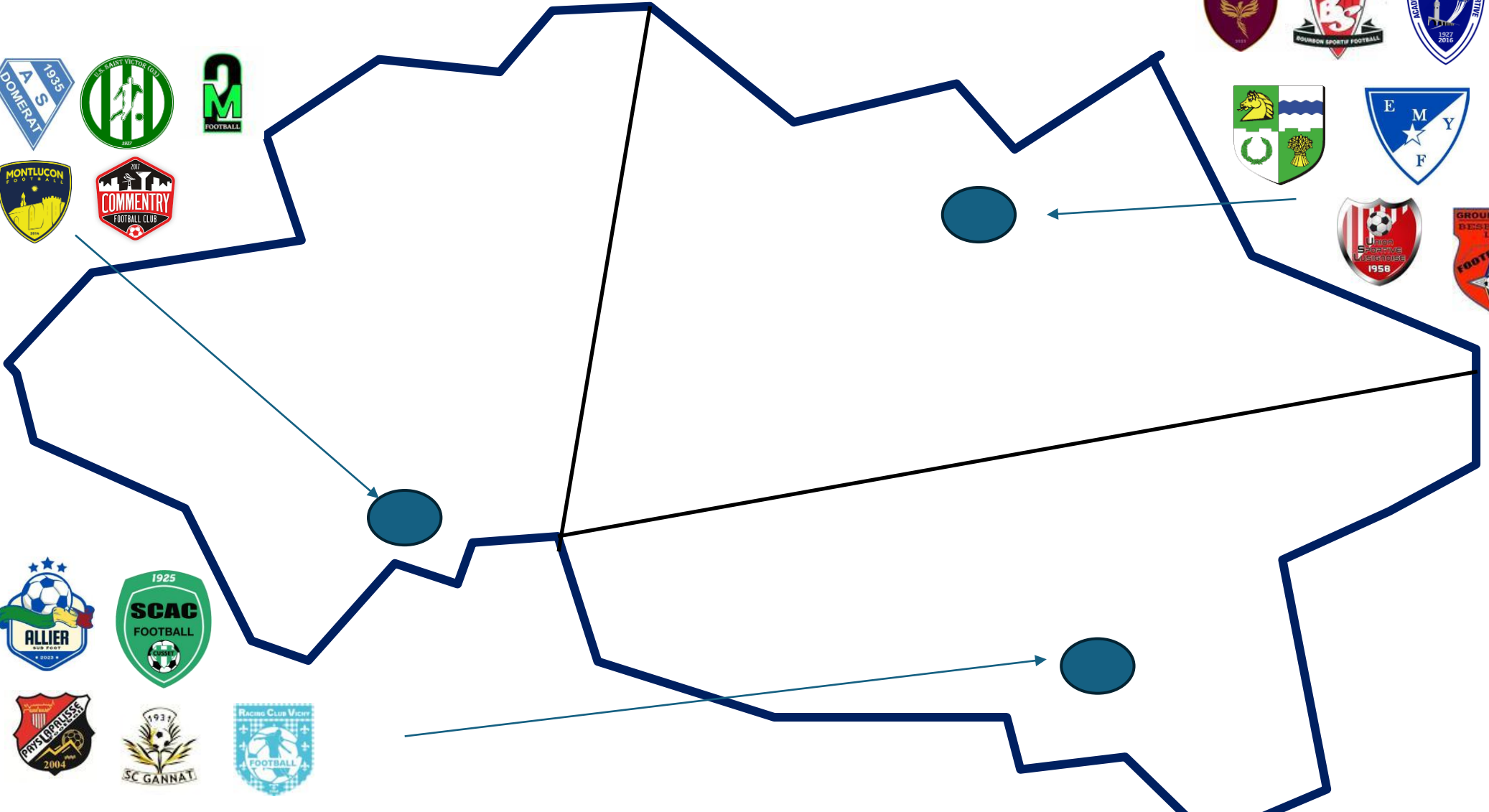
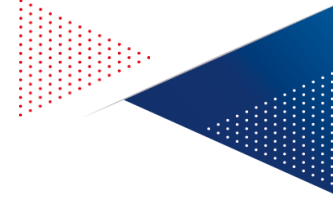
## QU'EST-CE QUE C'EST ?

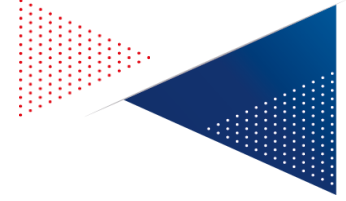


Les Centres de Perfectionnement de Secteurs (Montluçon, Moulins, Vichy) sont pilotés et animés par l'équipe technique départementale et la commission technique du District de l'Allier. Les catégories concernées sont les U12G et U13G et les U12F et U13F. Après un tour de détection U12G et U13G les listes sont établies pour démarrer les centres. Les joueurs sélectionnés participent à 8 séances d'entraînement réparties sur la saison. Le Centre de Perfectionnement de Secteur vise à perfectionner une cohorte de joueurs d'un secteur géographique du district, en proposant un minimum de 8 séances de perfectionnement (idée de régularité, de continuité => fréquence de 8 à 10 séances).



# MAILLAGE TERRITORIAL





# LES INTERVENANTS

## REFERENTS EQUIPE TECHNIQUE DEPARTEMENTALE

Stéphanie MAITRE  
(Conseillère Technique  
Départementale PPF)

Joan CONTOUR  
(Educateur District)

Frédéric MARTINET  
(Conseiller Secteur Vichy)

## COMMISSION TECHNIQUE ET DAP

### SECTEUR MONTLUCON

Jocelyn WATY  
Gaëtan BONNO (spé gardiens)  
Thierry GRANDJEAN  
David GENESTOUX (spé gardiens)

### SECTEUR MOULINS

Fabien PLACHOT  
Fabien DURON  
Jens RECHER (spé gardiens)

### SECTEUR VICHY

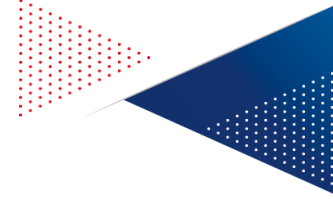
Théo GARCIA  
Baptiste ROUSSET  
Gérard DAUPRAT (spé gardiens)  
Gérald TRINCAL (spé gardiens)

## CLUBS SUPPORTS





# LES OBJECTIFS



Le CPS vise à perfectionner une cohorte de joueurs, identifiés en amont, dans un parcours de détection préalable (1ère partie de saison, brassage/détection).

Il s'agit de créer un groupe d'entraînement de joueur du secteur (dont un potentiel a été identifié) qu'on souhaite perfectionner en leur permettant d'avoir accès à de bonnes conditions d'entraînement (rapport de force, conditions matérielles, enseignements, contenus...), complémentaire au club.

Augmenter les  
normes  
d'entraînement sur  
le territoire

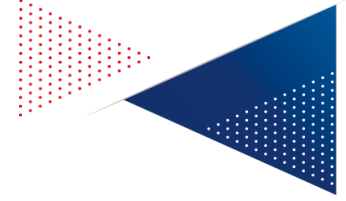
Mailler le territoire  
en favorisant  
l'accès aux CPS à  
tous

Mieux  
accompagner les  
joueurs sur le  
parcours de  
détection

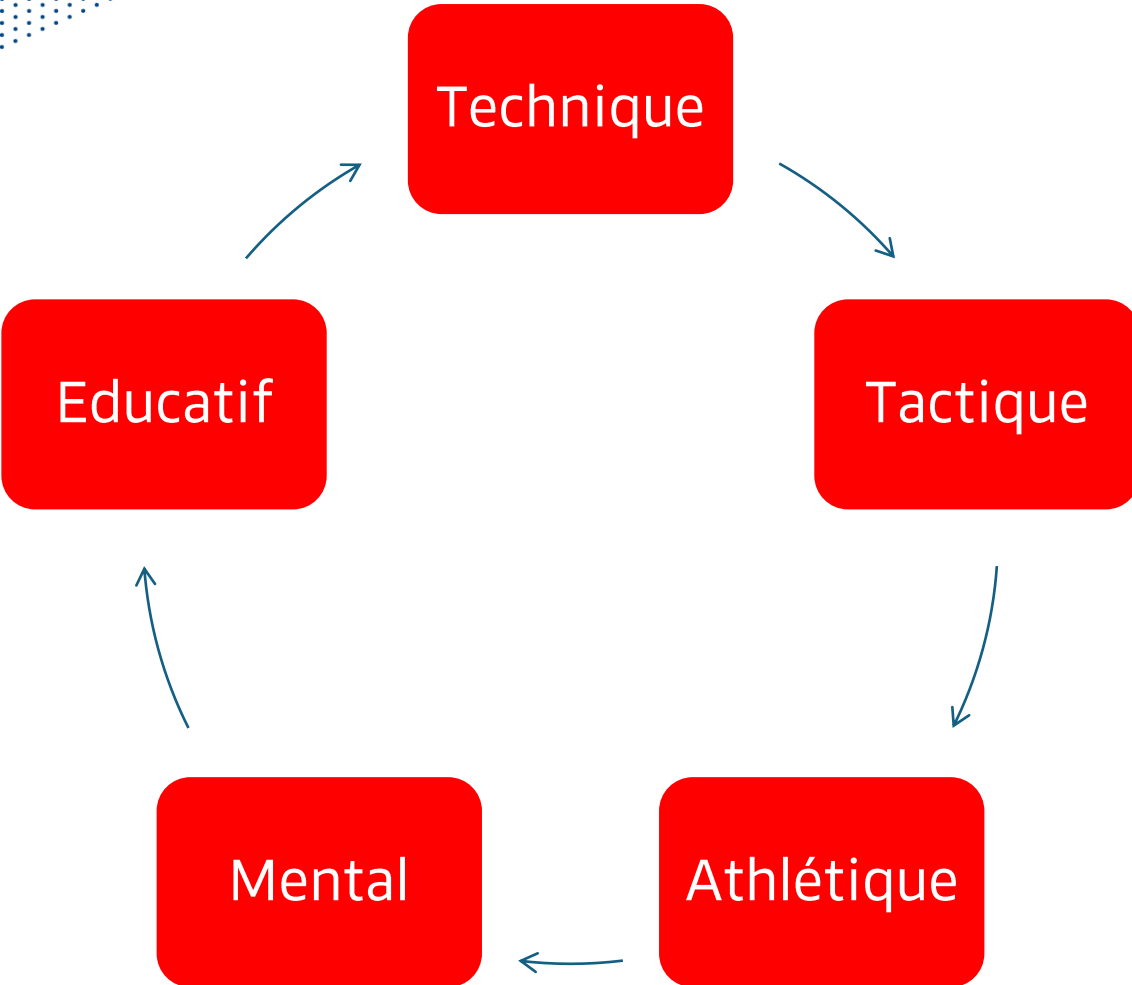
Identifier les  
meilleurs profils  
dès U12 et les  
perfectionner



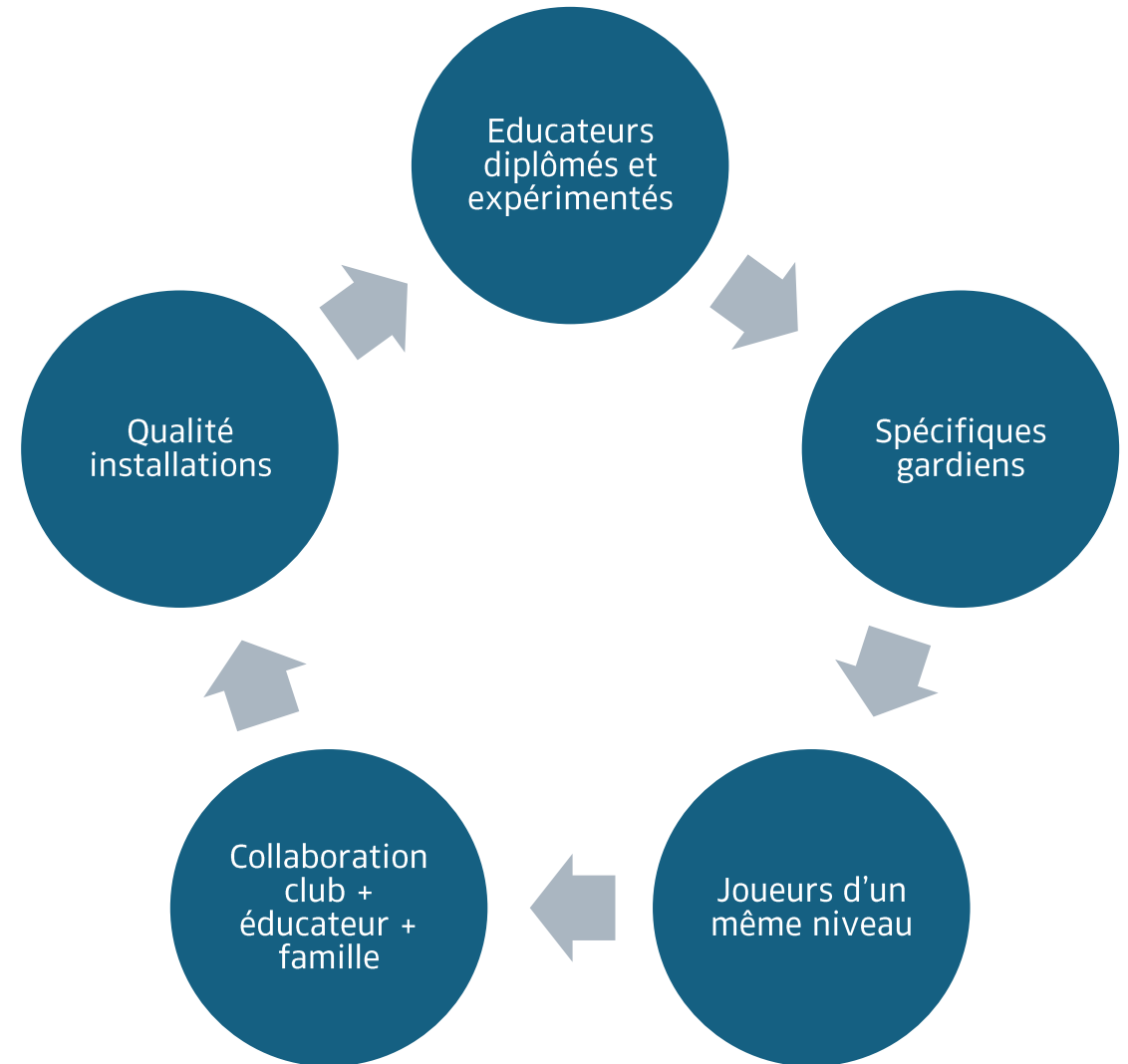
# LES OBJECTIFS



## SPORTIFS



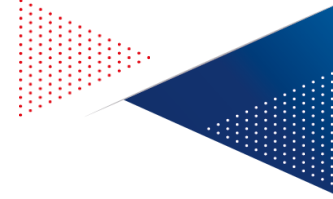
## LES MOYENS







# LES OBJECTIFS



En réunissant en petits effectifs les cohortes de joueurs, nos méthodes visent à faire progresser individuellement le joueur à travers les 4 facteurs de performance.



## Technique

Passe  
Prise de balle et enchaînement  
Techniques défensives  
Prise d'information

## Tactique

Agir individuellement et collectivement  
Analyser pour s'adapter  
Se coordonner  
S'orienter

## Athlétique

Motricité  
Fréquence d'appuis  
Rythmicité  
Latéralité

## Mental

Gestion des émotions  
Combativité  
Se dépasser  
Plaisir



# UN TRAVAIL COMMUN ET COMPLEMENTAIRE



En lien étroit avec les clubs, nous invitons les éducateurs U12 – U13 du département sur les centres de perf. Invitations à partir de Février.

**COLLABORATION**

**SUIVI**

**ECHANGES**

**FORMATION**





# INFOS ET CONTACT

**Stéphanie Maitre**  
**Conseillère Technique Départementale**  
**Projet de Performance Fédéral**

**06 – 79 – 59 – 90 – 37**  
**[smaitre@laurafoot.fff.fr](mailto:smaitre@laurafoot.fff.fr)**