



« Mes parents m'ont transmis la volonté, ils m'ont toujours encouragé. La volonté a toujours été mon moteur. »

JP BELMONDO

PROJET DE PERFORMANCE FÉDÉRAL

GUIDE PPF ACCOMPAGNEMENT DES PARENTS



Les Valeurs de la FFF et de la Ligue de Football des PAYS de la LOIRE dans les sélections

ENSEMBLE, soyons P.R.Ê.T.S.*, soyons FOOT !

P

PLAISIR

- Partage/joye/émotions/bien-être/échanges/ensemble/collectif/jeu/soutenir/remercier/congratuler/s'épanouir.

R

RESPECT

- Règles/partenaires/adversaires/arbitres/éducateurs/règlement et lois du jeu/matériel/structures/règlement intérieur/écoute/congruence/sanction/cadre/égalité/statut/concurrence/choix.

Ê

ENGAGEMENT

- Contrat/intensité/fidèle à la parole/défis/abnégation/fair-play/ élégance/physique/régularité/fréquence/préparation/exigence/durée/remise en cause.

T

TOLÉRANCE

- Acceptation/erreur/l'autre/analyse/expression/rencontres/ouverture d'esprit/différences/recommencer.

S

SOLIDARITÉ

- Ensemble/se serrer les coudes/entraide/équité/fraternité/donner/les autres/équipe/club/groupe/sélection.



PPF : rôles des centres de ressources

DETECTER

ORIENTER

ACCOMPAGNER



FFF

Ligue

Districts

Orientation nationale du PPF : objectifs (FMS et détections).

Sélections nationales à partir des U15 (G et F) : groupes de développement U15 G et F.

Sélections nationales de U16 aux A (G et F).

Élaboration et suivi du schéma national concernant le FMS.

Suivi des joueuses et joueurs pour les sélections nationales.

Mise en place des orientations nationales sur le territoire (FMS, détections, sélections).

Suivi des joueurs U13 pour le Pôle Espoirs – Centres de Perfectionnement U13 G + Gardiens de but.

Suivi et visites des sections sportives (collèges et Lycées).

Rassemblements régionaux et équipes régionales de U14 à U16.

Suivi des compétitions + joueurs et joueuses de niveau national et régional.

Mise en place des orientations nationales et régionales sur le territoire (FMS, détections, sélections).

Suivi des joueurs U13 pour le Pôle Espoirs – Centres de Perfectionnement + Gardiens de but.

Suivi et visites des sections sportives (collèges et Lycées).

Rassemblements départementaux en U14 à U16.

Suivi des compétitions régionales et départementales + suivi des joueurs et joueuses.

INFLUENCE BUDGÉTAIRE DU HAUT-NIVEAU SUR LE FOOTBALL AMATEUR

80%

du budget FFF provient du Haut-Niveau

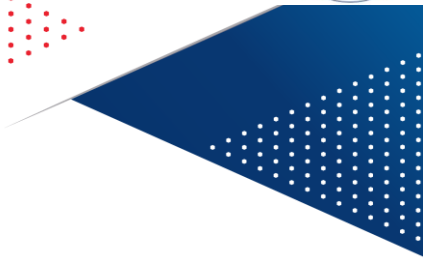
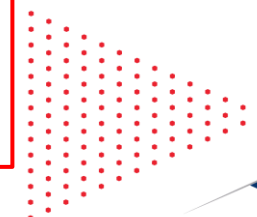
47%

du budget FFF est redistribué en direction du football amateur





Les orientations régionales du Projet de Performance Fédéral



Lionnel Ducloz
Directeur Technique Régional

Les enjeux forts et le CAP à prendre:

Permettre à tous les licenciés de la région de pouvoir accéder à leur meilleur niveau potentiel quelque soit le territoire de résidence. « Leur offrir la possibilité de relever leur plafond de verre »

Permettre à tous les clubs d'accueillir, offrir une palette d'activités plurielles et des parcours de développement

Renforcer le niveau des joueurs et joueuses à tous les niveaux y compris le haut niveau.

Être performant et concurrentiel pour préparer les joueurs et joueuses aux compétitions nationales voire internationales.



LES CONTACTS UTILES



A LEBERT

Assistante Administrative ETR
aleberty@lfpl.fff.fr

A contacter si problèmes administratifs et absences.



Grégoire SORIN

CTR PPF coordonnateur du PPF
Responsable Sélections Garçons.
06.29.22.09.48
gsorin@lfpl.fff.fr

A contacter pour les absences sur les rassemblements Garçons.



Lydie CHARRIER

CTR DAP –
Responsable du PPF Féminin
06.26.68.23.39
lcharrier@lfpl.fff.fr

A contacter pour les absences sur les rassemblements Féminins.



Thomas REGENT

CTR PPF FMS
06.19.34.45.78
tregent@lfpl.fff.fr

A contacter pour les problèmes relatifs au Football en milieu scolaire.



Arnaud VAUCELLE

CTR DAP - PPF Futsal
06.34.61.35.24
avaucelle@lfpl.fff.fr

A contacter pour les absences sur les rassemblements FUTSAL.



David MARRAUD

Directeur Pôle Espoirs
06.07.55.11.46
dmarraud@lfpl.fff.fr

A contacter pour tout ce qui concerne le Pôle Espoirs.



Arnaud MAINDROU

Responsable Régional Gardiens de but -
CTD DAP 49
06.10.21.58.74
amaindrou@foot49.fff.fr

A contacter pour les problèmes relatifs aux Centres de Perfectionnement GB



PPF LFPL : niveau Départemental



BULENGER Arnaud
CTD PPF Mayenne

06.28.65.50.86 / abulenger@mayenne.fff.fr

Mayenne
(53)

Sarthe
(72)



GARNIER Vincent
CTD PPF Sarthe

06.71.27.23.46 / vgarnier@sarthe.fff.fr



MARCHAND Karl
CTD PPF Loire Atlantique

06.26.68.18.52 / kmarchand@foot44.fff.fr

Loire-Atlantique
(44)

Maine et Loire
(49)



LHOMMEDE Yann
CTD PPF Maine et Loire

06.10.21.58.52 / ylhomme@foot49.fff.fr

Vendée
(85)



FRADET Julien
CTD PPF Vendée

jfradet@foot85.fff.fr / 06 60 92 94 49



BLANCHARD Rudolph
CTD PPF Loire Atlantique

06.29.94.50.91 / rblanchard@foot44.fff.fr



SÉLECTIONS RÉGIONALES

PRÉPARER LE JOUEUR/LA JOUEUSE
POUR LE NIVEAU NATIONAL et
LE NIVEAU REGIONAL



Suivi des compétitions

ACCOMPAGNER
AIDER à
PROGRESSER

DETECTER
SUIVRE
ORIENTER

DEVELOPPER
LES ATTITUDES
ADAPTEES AU HAUT-
NIVEAU

Assurer un brassage
permanent

Transmettre les
exigences de la
sélection

Intégration de tous
les secteurs
(urbain et rural)

Listes identifiées

Maîtriser les
principes de jeu
(réflexions sur le
jeu)

Orientation dans
les Structures :
sections sportives

PROJET DE PERFORMANCE FÉDÉRAL RAPPEL DES OBJECTIFS



DETECTER
LES JOUEURS/JOUEUSES
SUR LE TERRITOIRE



ORIENTER
VERS LES STRUCTURES DU
PPF



ACCOMPAGNER
VERS LE HAUT-NIVEAU

OBSERVABLES

- Des observables et critères de poste et de jeu clairs.
- Un projet de jeu identifié et identifiable.
- Travail vidéos avec les joueuses et les joueurs.
- Des entretiens individuels avec les joueuses et les joueurs.



DETECTION

Ligue régionale

Détection U13

Maillage
Territorial

Préparer
l'entrée en
Pôles Espoirs

Augmenter la
fréquence et la
qualité de
l'encadrement
en district et
ligue

Suivi en
compétition

Détection
U14

Rassemblements
+ matches
amicaux

Joueurs
PE, SSE, clubs
pros et amateurs

Rencontres
régulières

Suivi en
compétition

Liste des
meilleurs joueurs
par ligue
transmise à la
DTN

Détection
U15

Interligues G
et F.

Joueurs
PE et SSE
et clubs
amateurs

Séances,
Rencontres
régulières

Suivi en
compétition

Stage National
U15 à
Clairefontaine
en Mai.

Détection
U15

Rassemblements
+ matches
amicaux

Joueurs
P.E et S.S.E
et clubs
amateurs

Séances,
Rencontres
régulières

Suivi en
compétition

Préparer la SN
U16 Avenir

Détection
U16

Rassemblements
+ matches
amicaux

Joueurs
hors CF

Séances, Oppo.
Rencontres
régulières

Suivi en
compétition

*Orienter dans les
structures pros
et SN U17 U18*



Parcours accessible aux licenciés foot et futsal

Présentation du PPF Futsal

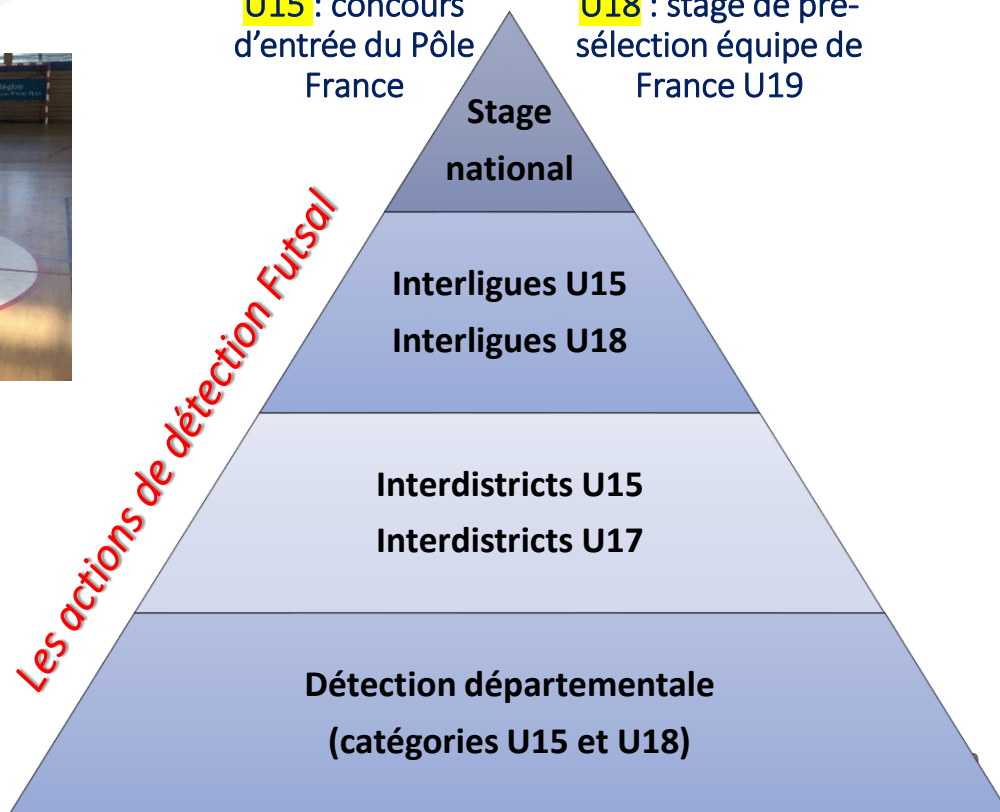


La filière d'accès au haut-niveau



U15 : concours d'entrée du Pôle France

U18 : stage de pré-sélection équipe de France U19



PSYCHOLOGIQUE
LE FUTSAL ACCENTUE LA CAPACITÉ DE CONCENTRATION ET D'ATTENTION

TACTIQUE
LE FUTSAL DÉVELOPPE LA LECTURE DU JEU

ATHLÉTIQUE
LE FUTSAL FAVORISE LES PROGRÈS EN COORDINATION MOTRICE

TECHNIQUE
LE FUTSAL AMÉLIORE LA MAÎTRISE ET LE CONTRÔLE DU BALLON

Droits, devoirs et définitions

Médical :

Si le joueur est blessé = certificat médical à envoyer au secrétariat technique : alebert@lfpl.fff.fr

Prévenir en cas d'absence (*justifiée*)

Si le retour de blessure est proche stage = appel au Responsable du stage pour prise de décision

Sur le stage ou rassemblement : il y a présence de kinésithérapeutes et/ou médecin.

Logistique :

Les rassemblements sont **gratuits** (*repas, hébergement*).

Les survêtements, maillots, shorts et chaussettes sont prêtés par la Ligue.

A apporter : 2 paires de chaussures (*terrains en herbe et synthétiques*), gourde, affaires de toilettes ...

Les parents peuvent assister aux rassemblements = **pas d'intervention, pas de consigne.**

Les parents peuvent assister à la réunion d'ouverture du stage et de clôture (*informations générales, questions éventuelles ...*).

La sélection est une obligation et est prioritaire.

Toute absence doit être justifiée.

Article - 175 Obligations des joueurs sélectionnés (Règlements Généraux LFPL)

Tout joueur retenu pour un stage, un match de préparation, de sélection ou une rencontre internationale est à la disposition de la Fédération. Il est tenu de répondre aux convocations adressées par l'intermédiaire de son club et d'observer les directives qui lui sont données. Les joueurs sélectionnés pour représenter la Ligue ou le District sont tenus d'observer les mêmes conditions que celles visées au présent article.

Interdistricts =

Rassemblements avec des matches entre les Districts (*départements*) au Centre Technique Sportif de St Sébastien

Rassemblements =

Regroupements de joueurs et joueuses au Centre Technique Sportif de St Sébastien/Loire : entraînements, oppositions en interne.

Interligues =

Rassemblements avec des matches entre 3 autres Ligues (*Régions*) soit au Centre Technique Sportif de St Sébastien/Loire ou dans une autre Région.

Centres de perfectionnement :
entraînements par catégorie et/ou par postes

Carte interactive des sections sportives scolaires :

<https://www.google.com/maps/d/viewer?mid=1xJ-7nK6TiooZzx5RGW72uExSOCjzXIU&ll=47.43048981789857%2C-0.8227986500000029&z=7>

FONCTIONNEMENT

Les Sections Sportives Scolaires répondent à un cahier des charges très strict élaboré par la Fédération Française de Football et l'Education Nationale

Dossier à retirer auprès de l'établissement (vers Janvier/Février). Plus concours d'entrée (tests en Mai).

LA SCOLARITÉ ET LE SPORT !

Les Sections Sportives Scolaires visent à enrichir le projet du jeune footballeur garçon ou fille, dans son processus de formation, sur le temps scolaire et à différents âges (de la 6^{ème} à la Terminale).

Les objectifs sont donc de 2 natures : sportifs et éducatifs :

- *S'affirmer comme joueur / joueuse de niveau régional (entraînement, compétition)*
- *Progresser et améliorer son niveau de jeu*
- *Apprendre le goût de l'effort et du dépassement*
- *Développer l'autonomie et le sens de l'organisation*



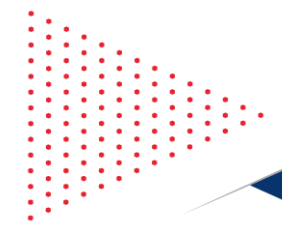
T REGENT

CTR PPF

Responsable FMS

06.19.34.45.78

tregent@lfpl.fff.fr



Q°1 : A quel moment manger avant un match ? Et pourquoi ?

3 heures avant le début de l'effort.
La digestion doit être terminée pour qu'un maximum de sang, et donc d'oxygène, soit à disposition des muscles pour faire un effort

Q°2 : Que manger avant un match ?

- Des féculents (pâtes, riz...)
- De la viande blanche
- Des fruits
- Des crudités sauf tomates

Q°3 : Que manger avant un entraînement ?

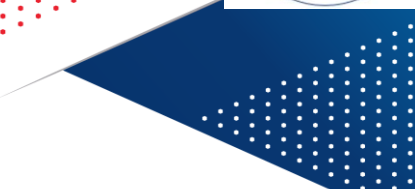
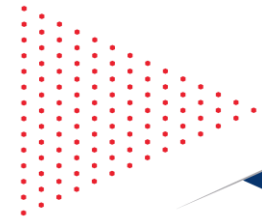
- Un fruit.
- Une barre de céréales.
- Un produit laitier (yaourt).

Alimentation

Pour éliminer ces aliments :

Information n°3 : Calories

1 barre Twix	= 3.97 KM
1 canette Coca-Cola	= 1.87 KM
1 croissant	= 3 KM
1 barre Mars	= 3.34 KM
1 paquet Lay's Strong (Ostre Chilli)	= 10.47 KM
2 carrés de chocolat	= 10 minutes d'abdominaux
Un Big Mac avec des frites	= 1 heure de course à pied



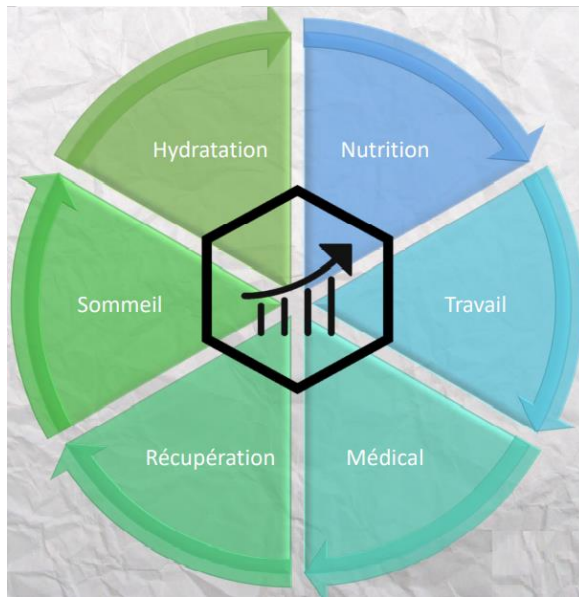
Q°4 : Pourquoi faudrait-il se coucher à 22h au plus tard ?

Parce que les hormones de croissance notamment travaillent au maximum à cette heure.

Parce que les heures de sommeil avant minuit comptent doubles.

Q°5 : De combien de sommeil, un adolescent a-t-il besoin ?

Cela dépend des individus mais la fourchette se situe entre 8 à 10 heures par nuit.



Récupération

Q°6 : Sur un stage de plusieurs jours comme un stage Ligue ou Inter-ligues, quels moyens mettre en œuvre pour récupérer du mieux possible entre les matches ?

- a) Porter des bas de contention
- b) Boire régulièrement et à distance des repas
- c) S'étirer
- d) Se reposer entre les séances ou les matches
- e) Manger équilibrer et en quantité utile
- f) Surélever légèrement le bout de son lit pour favoriser le retour veineux
- g) Se faire masser
- h) Faire les soins nécessaires
- i) Se coucher de bonne heure le soir

Réponses : A – B – C – D – E – F – G – H – I

Pour aller plus loin :

<https://www.pascal-aubrit.fr/competition-sportive-apprendre-a-gagner-apprendre-a-perdre/>

<https://www.tf1info.fr/societe/video-les-parents-supporters-insupportables-2216924.html>



Etude de Noémie Lienhart (INSEP) : « Le rôle des parents est essentiel dans les expériences sportives de leur enfant. Cependant, de nombreux exemples relatés par les médias ont montré que le soutien qu'ils apportent n'est pas toujours adapté. Leur investissement pourrait aider leur enfant à faire face aux exigences qui découlent de leur double projet sportif et scolaire. Ainsi, l'objectif de cette étude (thèse) était de comprendre et d'accompagner les parents d'adolescents sportifs de haut niveau.

Il a montré que l'investissement parental le plus adapté au développement du sportif correspond à un investissement modéré incluant des encouragements, et une pression et des comportements directifs peu fréquents de la part des deux parents. Les analyses ont révélé que les parents vivent différents facteurs de stress organisationnels, développementaux, compétitifs et personnels qu'ils perçoivent comme étant, pour la plupart, difficiles à gérer ».