



# Programme entraînement Joueuses et joueurs nés en 2006/2005 S.S.S. et clubs ultra marins



Semaine 9 du 1<sup>er</sup> au 7 juin 2020

Les étapes du déconfinement se suivent et nous pouvons progressivement envisager un retour vers les clubs et les terrains. Pour autant, nous devons encore patienter un peu en attendant les directives et fiches techniques de la Fédération Française de Football espérées pour la semaine prochaine.

Pour cette neuvième semaine, l'objectif sera encore de réaliser au moins deux séances physiques (**CIRCUITS**), deux séances techniques (**JONGLERIE + JEU DE TÊTE**) avec **TROIS DEFIS** Techniques, une séquence tactique (**FINITION SUR CENTRE**) et une nouvelle séquence liée au Programme Educatif de la F.F.F pour découvrir le (**P.P.F.**).

Tu noteras également sur la fiche de report de la jonglerie, que nous avons inscrit les 7 jours de la semaine. Si tu peux t'amuser tous les jours à faire mieux que la veille... fais toi plaisir, dépasse-toi et surprend ton coach ou tes coéquipiers à ton retour !

Tu trouveras dans les pages suivantes :

- 1 fiche technique + la fiche de performance
- 1 fiche physique + la fiche de suivi
- 1 fiche tactique + la fiche de réponse + la fiche réponse de la semaine passée
- 1 fiche P.E.F. + la fiche réponse

Plaisir pour toi et souviens toi, tes priorités sont, ta santé et l'école 😊  
Et le respect des gestes barrières....





# Programme entraînement

## Joueuses et joueurs nés en 2006/2005

### S.S.S. et clubs ultra marins



## Entraînement Technique

**Priorité, être capable de réaliser, en trois essais maxi, 50 jonglages enchaînant 1 Pied/ 1 cuisse, 1 pied/ 1 Poitrine ou 50 Têtes.**

Jonglerie sous contrôle 😊 : idéal réussir le contrat 5x fois. Entre deux réalisations, jongle tranquillement.

- Jongle, fait rebondir le ballon sur ton cou du pied et reprend à jongler
  - Essai avec un pied, puis pieds joints
- Jongle, fait rebondir le ballon sur ton talon, derrière ta jambe d'appui et reprend à jongler
- Jongle, refait rebondir le ballon, pied au sol, sur l'extérieur de ton pied et reprend à jongler
- Jongle, saute en passant une jambe au-dessus du ballon et avec la seconde remonte le ballon par en dessous et reprend à jongler
- Jongle, fait rebondir le ballon, passe en-dessous et reprend à jongler
- Jongle, fait rebondir le ballon, passer au-dessus et reprendre à jongler
- Jongle, lance le ballon au-dessus de ta tête, tape dans vos mains 1x devant, 1 x derrière toi et reprend à jongler
- Jongle, lance le ballon au-dessus de ta tête, fait un ½ tour et reprend à jongler
- Jongle, lance le ballon au-dessus de ta tête, fait 1 tour complet sur toi-même et reprend à jongler
- Jongle, lance le ballon au-dessus de ta tête, assieds-toi sur les fesses avec les 2 mains en l'air et reprend à jongler

Tu peux bien entendu répéter ses séquences pied droit et pied gauche... 😊

**Le big challenge** : Tu as 30" pour enchaîner le + de mouvements en jonglerie travaillés cette semaine. Filme-toi chaque jour et poste ta vidéo en privé à un copain ou à ton coach.

Défis	Scores jonglerie					
	Pied droit	Pied Gauche	Alternés	Tête	Pied/ Cuisse	Pied/ Poitrine
JOURS						
Lundi						
Mardi						
Mercredi						
Jeudi						
Vendredi						
Samedi						
Dimanche						





# Programme entraînement

## Joueuses et joueurs nés en 2006/2005

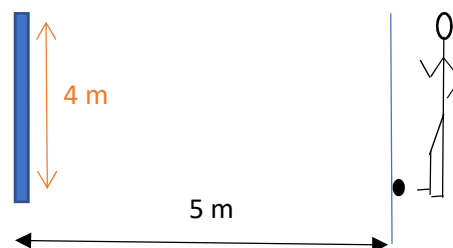
### S.S.S. et clubs ultra marins



#### LE JEU DE TÊTE : Face à un mur

1. Echange le ballon en 1 Touche 3 x 30''
2. Idem mais deux touches avant de renvoyer le ballon 3 x 30''
3. Idem mais trois touches avant de renvoyer le ballon 3 x 30''
4. Jongle de la tête, à 5 mètres du mur, puis envoie le ballon plus haut, **saute et frappe** le ballon de la tête directement dans le but. Objectif : marque 20 buts
5. Recule-toi à 10 mètres du mur, jongle de la tête et envoi **un tir lobbé** de la tête. Tu marques si le ballon ne touche pas le sol avant de frapper le mur. Attention, le but mesure 2 m 44 de haut. Si ton tir est trop haut ça ne compte pas non plus 😊. Objectif : marque 20 buts
6. Place toi à 5 mètres du mur, jongle de la tête et envoi **un tir piqué** de la tête. Tu marques si le ballon ne touche qu'une fois le sol avant de frapper le mur. Attention, le but mesure 2 m 44 de haut. Objectif : marque 20 buts
7. Option : si tu as **un angle sur le mur**, réalise une passe sur un mur et frappe de la tête vers l'autre mur.
  - a. Option 1 : Peux-tu enchaîner les têtes sur 3x30'' ?
  - b. Option 2 : Recule-toi d'un des deux murs. Tu vises le but sur le second but. Délimite-toi des zones cibles. Pense à changer de côté si possible pour travailler la rotation par la droite et par la gauche. Objectif : marque 10 buts à D et 10 à G

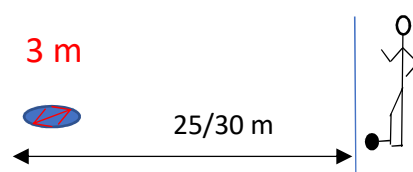
**2<sup>ème</sup> Le big challenge sur les passes :** Tu traces une ligne à 5 mètres d'un mur sur lequel tu délimites une largeur de 4 mètres (le but). Objectif : Combien de passes peux-tu enchaîner en 30'' ? Attention, si le ballon n'est pas dans le but (perdu), s'il reste entre le but et la ligne des 5 mètres (perdu), si tu dois faire un contrôle (perdu)... A toi de jouer 😊



**3<sup>ème</sup> Le big challenge sur les passes : Deux options :**

Si tu as de l'espace : Délimites une zone (3/3 m) à 25 / 30 mètres de toi. Le ballon doit s'arrêter dans la zone. Combien de réussite sur 10 essais par variante ?

1. Ballon au sol départ ballon arrêté puis en mouvement
2. Ballon aérien départ ballon arrêté puis en mouvement
3. Travail pied droit et pied gauche



Si tu n'as pas d'espace, places toi face à un mur, avec le plus d'espace possible. Et frappe ton ballon vers le mur. Il faut le placer le plus près possible du mur sans le toucher.

A toi de réduire ensuite la largeur de la cible pour rendre l'exercice plus stimulant.





# Programme entraînement Joueuses et joueurs nés en 2006/2005 S.S.S. et clubs ultra marins



## Entraînement Physique

Thomas t'a préparé une fiche de suivi pour t'accompagner dans tes séances.

Les exercices sont expliqués et illustrés dans le document joint. **Change les exercices dans les différentes familles. Tu peux faire 2 tours avec un exercice et sur les deux suivants tu changes l'exercice.**

Nombre de tour du circuit : 5 tours de circuit (2004) - 6 tours de circuit (2003/2002).

Récupération entre chaque tour de circuit : 5 minutes : Hydratation + étirements.

### Avant chaque séance :

Echauffement articulaire et musculaire progressif **obligatoire** avant chaque séance = 10'

Retour au calme avec des étirements **obligatoire** à la fin de chaque séance = 10'

Hydratation avant-pendant-après chaque séance **obligatoire**

JOUR	Type de séance	Durée Totale séance	Intensité Perçu	Forme du jour	Poids
Lundi					
Mardi					
Mercredi					
Jeudi					
Vendredi					
Samedi					
Dimanche	Repos complet				

### Après chaque séance note ton ressenti sur la séance

#### Echelle d'intensité et de forme



FAIBLE = 1



MODÉRÉE = 2



ELEVÉE = 3





# Programme entraînement Joueuses et joueurs nés en 2006/2005 S.S.S. et clubs ultra marins



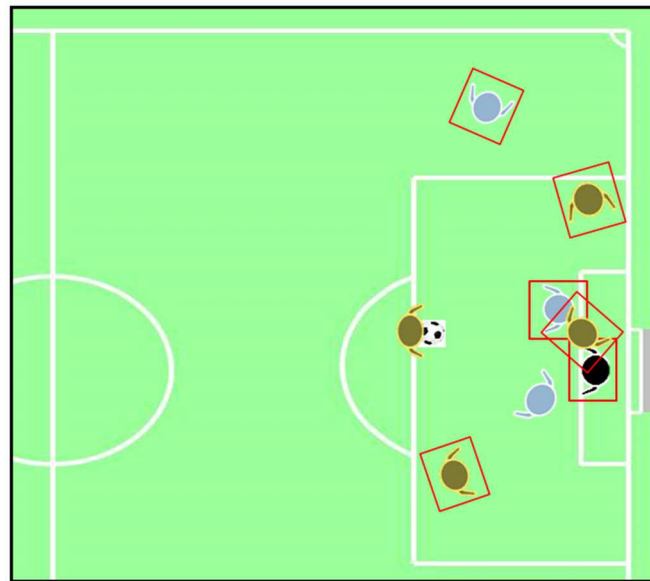
## Entraînement Tactique

Je te propose cette semaine une situation de centre. Comme tu le découvriras sur le schéma, seuls les joueurs entourés sont présentés dans le tableau.

A toi de prendre la place de chaque joueur et d'imaginer son intention et les comportements à réaliser. Certains comportements peuvent être faits en même temps ou les uns après les autres.

Les autres servent de repère également pour orienter vos actions.

Bonnes réflexions





# Programme entraînement

## Joueuses et joueurs nés en 2006/2005

### S.S.S. et clubs ultra marins



N°	Pour le Porteur de Balle (PdB)	Pour le partenaire Non Porteur de Balle (NPdB) 1er poteau	Pour le partenaire Non Porteur de Balle (NPdB) 2ème poteau	Pour le défenseur face au P8	N°	Pour le défenseur au 1er Poteau	N°	Pour le gardien de but
	Dans cette situation, il s'agit de centrer fort au premier poteau	Ma priorité est de fixer un défenseur	Mon objectif est d'offrir un second choix au P8	Ma priorité est de protéger l'axe ballon but		Si je récupère le ballon me 2ère intention est de décaler le plus possible	Ma priorité est de protéger le but	
	Dans cette situation, il s'agit de trouver le joueur libre	Je ne rentre dans la surface qu'après mon partenaire	Si mon équipe perd la balle, je dois me replacer le plus vite possible en défense	Ma priorité est d'empêcher le centre		Ma priorité est de récupérer le ballon	Je prends l'ensemble des informations toutes les 1/2" notamment à l'opposé, pour décider des priorités	
	Si j'ai de l'espace, alors je dois avancer le plus possible pour fixer le défenseur	Je dois m'orienter de façon à voir le ballon et le but	Le P8 de balle doit me donner le ballon sur mon 1er appel	Si je suis assez proche, ma priorité est de ne pas me faire éliminer		Je dois choisir un attaquant et rester au marquage sur lui jusqu'à la fin de l'action	Le guide mon défenseur face au P8	
	Même si j'ai de l'espace, je dois centrer le plus tôt possible sur le joueur libre	Si le P8 réalise un croquet, je dois proposer une autre course	Si le P8 réalise un croquet, je dois proposer une autre course	Ma priorité est de réduire l'angle du P8		Je dois jouer le ballon prioritairement même si je dois lâcher mon joueur pour cela	Si mon défenseur se fait éliminer, je me dis qu'il va centrer en retrait mais je dois fermer mon angle pour empêcher la trappe	
	Le centre au moment du contact visuel avec mon partenaire	J'attends la prise d'info du P8 pour me lancer au 1er poteau	Si le P8 lève la tête et me regarde, c'est le signal pour déclencher mon appel	Je reste sur mes appuis prêt à intervenir selon la conduite du P8		Le danger est situé au 1er poteau	Je demande à ma défense de remonter rapidement à la récupération	
	Si le défenseur est proche de moi, je le fixe et je le crochète	Je me déplace en dehors du champs visuel du défenseur	Je m'écarte du but pour attaquer ou attendre le ballon sur le temps de passe	Je rentre le P8 vers la ligne de sortie de but		Je dois assurer la couverture de mon partenaire sorti sur le P8	Je m'oriente de 3/4 pour voir le ballon et face du terrain	
	Je cherche un joueur lancé et face au but	Je fais mon appel entre le gardien et mon défenseur	Je ralentis ma course pour ne pas me retrouver arrêté	Je rentre le P8 vers la ligne de sortie de but		Si le P8 élimine mon partenaire, je dois avancer pour protéger l'axe ballon/but	Si le P8 centre fort au 1er poteau, je réduis l'angle et reste sur mes appuis pour pouvoir intervenir	
	Mon intention est de délivrer un centre en retrait	Je ne dois pas avoir dépassé le 1er poteau pour reprendre le ballon.	Je dois regarder exclusivement le ballon	Je peux être amené à jouer le hors-jeu pour mon équipe		Je dois rester en contact visuel avec mon attaquant	Si le P8 centre fort au 1er poteau, je ne bouge pas et laisse mon défenseur agir	
	Si j'élimine le défenseur par mon croquet et que je peux tirer, je tire	Je fais mon appel devant mon défenseur pour ne pas être hors-jeu	Si le P8 m'adresse un ballon aérien, j'attends que le ballon soit au sommet de sa trajectoire avant de me lancer	Si je suis éliminé alors je m'arrête		Même si ce n'est pas autorisé je dois tenir le maillot de mon adversaire	Si le P8 centre en retrait, j'avance sur le ballon le plus vite possible et reste sur mes appuis sur le temps de la trappe	
	Si je peux, le privilège une passe au sol	Je n'ai pas à prendre mes autres partenaires en compte, ils s'adaptent à ma course	Si je suis aligné avec le ballon et l'autre attaquant, alors je me décale	Si je suis en retrait alors je peux tacher		Je me positionne de façon à voir le ballon et mon adversaire	Si le P8 centre en retrait, je reste sur ma ligne prêt à bloquer	
	Si nous perdons la balle sur le centre, il faut vite se replacer au niveau de la ligne médiane	La priorité est d'offrir une solution au P8	Sur le centre, selon l'angle, la position du GB et de mes coéquipiers, je tire ou je en retrait	Je défends debout aussi longtemps que possible		Pour bien défendre je dois occuper la zone d'arrière possible du ballon pour conserver le temps d'avance	Si le centreur adresse un ballon au second poteau, je me déplace le plus vite possible pour réduire l'angle à l'opposé	



Pour plus d'information concernant le coronavirus COVID-19 je peux consulter le site « [www.gouvernement.fr/info-coronavirus](http://www.gouvernement.fr/info-coronavirus) » ou appeler le numéro vert 0800 130 000

**COVID-19** Il existe des gestes simples pour vous protéger et protéger votre entourage

- Se laver les mains très régulièrement
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir
- Utiliser des mouchoirs à usage unique
- Saluer sans se serrer la main, être les embrassades



# Programme entraînement

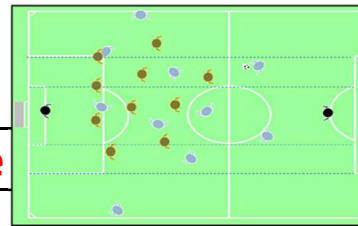
## Joueuses et joueurs nés en 2006/2005

### S.S.S. et clubs ultra marins



Je te laisse également le tableau des réponses de la semaine passée.

En jaune, les bonnes réponses



## Phase de jeu : déséquilibrer face à une défense placée

### Les intentions ou l'objectif de cette phase de jeu

Amener l'équipe adverse à courir vers son but	Se mettre en situation de tir ou de dernière passe	Je cherche à éliminer la dernière ligne ou à trouver un joueur entre la ligne des défenseurs et milieux adverses
---	--	--

### Définitions et grands principes

Il faut étirer la défense adverse et tenir la largeur avec un joueur sur chaque ligne de touche	C'est l'appel qui déclenche la passe	Si je peux dribbler et prendre de la vitesse, je dribble
Si je peux aller seul au but, j'y vais	Mes partenaires sans ballon doivent occuper le terrain en profondeur et largeur	Si je peux prendre de la vitesse et dribbler ou donner alors je le fais
Le jeu s'arrête après la passe	Tous les joueurs de l'équipe ne sont pas concernés	Il faut faire au moins 3 passes dans la moitié de terrain adverse pour pouvoir marquer
Il faut multiplier les passes latérales jusqu'au moment de trouver la faille	Pour déséquilibrer une défense placée, il est important de mettre de la vitesse	En football la vitesse, c'est seulement la vitesse de course
Le Une/Deux, la déviation et la remise sont appelées des techniques de vitesse	Je cherche le joueur lancé dans le dos de la défense	Lorsque je transmets le ballon à mon partenaire, par l'intensité et l'orientation de ma passe, je lui indique la suite possible de l'action
Le jeu long, à l'opposé est une autre arme technique intéressante pour déséquilibrer l'adversaire	S'il n'y a pas de solution, il faut parfois ressortir le ballon et aller à l'opposé	Le PB doit toujours avoir 3 solutions, une devant (appui), une sur un côté (appui) et une derrière lui (soutien + couverture)
Je peux masquer ma passe en regardant ailleurs, ou par une feinte de frappe	Mes partenaires doivent chercher à sortir du champ visuel de leur adversaire	Les attaquants doivent avoir une épaule orientée vers le but (voir le ballon et le but)
Si je ne suis pas servi sur mon premier appel, je propose une seconde course	Mon premier appel est soit l'occasion d'ouvrir un espace à mon partenaire soit un leurre pour feinter le défenseur	Quand je fais un appel de balle, si j'ai réussi à dépasser le défenseur, alors je me place dans sa course pour gagner du temps
Je cherche à proposer des passes vers l'avant pour transpercer les lignes adverses	Je cherche à me connecter avec les partenaires qui m'entourent. Si un bouge, je bouge	Je prépare mes appels sur le temps de passe du ballon et je le déclenche quand le PB reçoit le ballon
Je prends l'information lorsque j'ai effectué ma première touche de balle	Je prends l'information en permanence tout autour de moi	La prise d'information se fait avant de recevoir le ballon, tout en me déplaçant
Si la course est importante, le moment et la direction de l'appel le sont tout autant	Pour déclencher mon appel, mon partenaire doit être en mesure de me voir.	Si mon partenaire joue dans le même couloir de jeu que moi, il recherchera prioritairement le jeu dans les pieds





# Programme entraînement

## Joueuses et joueurs nés en 2006/2005

### S.S.S. et clubs ultra marins



Si mon partenaire joue dans ma course, il recherchera le pied le plus loin de lui pour que je puisse jouer vers l'avant sur ma première touche de balle	Si mon partenaire joue dans mes pieds et que je suis dos au but avec un adversaire qui arrive, je remise (1 touche) de face sur lui ou 1 3ème	En s'appuyant sur les 5 couloirs de jeu virtuels, si mon partenaire joue dans un autre couloir de jeu que le mien, il recherchera prioritairement le jeu dans ma course
<b>Algorithme collectif dans mon équipe - Si je fais ceci ou mon partenaire cela ... alors</b>		
Si l'excentré reste large, alors le latéral peut proposer une course à l'intérieur vers le but	Si l'attaquant de pointe élargie en restant haut, alors un milieu doit venir vers le PB.	Si l'excentré effectue sa prise de balle vers l'axe, alors le latéral peut proposer une course vers l'extérieur (dédoublant)
Si un joueur vient vers le PB, alors l'autre doit demander en profondeur	Si un de nos milieux défensifs se projettent vers l'avant alors les latéraux doivent garder la largeur pour étirer le bloc adverse	Si l'attaquant axial est dos au jeu, alors un excentré ou un milieu (8) propose une course entre un latéral et un défenseur axial
Si mes coéquipiers fixent l'adversaire par la conduite ou le jeu combiné d'un côté, je sais qu'ils chercheront ensuite un joueur lancé dans l'axe ou à l'opposé	Si un de nos milieux défensifs se projettent vers l'avant alors les latéraux doivent rentrer au milieu pour rester à 3 devant nos défenseurs centraux	Si un défenseur ou un milieu parvient à trouver un attaquant par la passe alors un défenseur, un milieu ou un autre attaquant vient lui offrir un soutien et un autre joueur effectue un appel en profondeur
Les défenseurs doivent anticiper la perte du ballon : gestion profondeur + empêcher la prise de vitesse	Lorsque l'équipe est en position haute et installée dans le camp adverse, nous restons à 2 derrières + 3 milieux	Si je ne suis pas attaqué alors je dois progresser individuellement avec le ballon
Si les deux latéraux sont très haut, les deux excentrés doivent rentrer au milieu	La remise de face d'un attaquant est le signal pour une course obligatoirement en profondeur d'un autre partenaire.	La prise de balle vers l'avant d'un milieu ou d'un attaquant est le signal pour une course obligatoirement en profondeur d'un autre partenaire.
<b>Algorithmes collectifs, si l'adversaire fait ceci... alors...</b>		
Si l'adversaire joue le hors-jeu, je peux jouer long à l'opposé, chercher un jeu combiné ou y aller seul.	Si le latéral opposé adverse rentre fermer l'axe, alors un joueur doit à l'opposé se tenir prêt à recevoir un jeu long	Si l'excentré reçoit un ballon et peut jouer le 1 c 1 avec son adversaire dans le couloir alors il doit le jouer
Si le ballon est sur un côté et que l'adversaire ferme l'axe, le latéral doit apporter le surnombre sur le côté en dédoublant	Si l'adversaire défend à 5 sur la largeur, il faut rechercher des joueurs lancés dans les intervalles	Si l'adversaire oriente le ballon vers l'intérieur, il faut jouer mettre du rythme dans les transmissions et limiter les touches de balle
Si les défenseurs adverses sont rapides alors nous privilégierons le jeu combiné	Si les défenseurs adverses sont grands alors on mettra avant tout sur le jeu au sol	Si notre avant-centre remporte ses duels aériens face aux défenseurs adverses alors nous le chercherons en appui pour gagner du terrain
Si l'adversaire est fort dans l'axe, nous rechercherons les situations de déséquilibre sur les côtés et des centres enchaînés	Si l'adversaire nous ferme un côté, nous assurerons la fixation avant de rechercher un joueur lancé à l'opposé.	Si l'adverse ferme tous les espaces, il faut déplacer le ballon pour faire bouger l'adversaire







# Programme entraînement Joueuses et joueurs nés en 2006/2005 S.S.S. et clubs ultra marins



## Programme Educatif Fédéral – P.P.F.

Que signifie P.P.F ? Qu'en connais-tu ? Es-tu au courant des différences entre les Centres de Formation (C.F.) ? Sais-tu quels types de contrat tu pourrais signer en intégrant un C.F. ? Connais-tu les différentes sélections nationales ?

Comme tu en as pris l'habitude, tu trouveras un jeu de questions auxquelles il te faudra répondre par Vrai ou Faux puis dans un autre tableau, nous te proposerons nos réponses avec les explications utiles.

A toi de jouer 😊

N°	Questions	VRAI	FAUX
1	P.P.F. signifie Parcours pour les joueurs à Potentiel Formation		
2	Le P.P.F. concerne les sélections uniquement		
3	Lionel Rouxel est le Directeur Technique National Adjoint en charge du P.P.F.		
4	Les Conseillers Techniques sont chargés d'appliquer la Politique Technique Nationale sur leur territoire d'exercice		
5	Les Conseillers Techniques sont tous chargés du P.P.F.		
6	S.S.S. signifie section sportive scolaire		
7	La mixité n'est pas autorisée en sections sportives		
8	Les S.S.S. ne concerne que les années collèges		
9	Une Section Sportive Elite est d'un meilleur niveau qu'un pôle espoir		
10	Si je veux aller en Pôle Espoir il faut passer le concours d'entrée		
11	Les Pôles Espoir sont mixtes		
12	Si je veux aller en Section Sportive Elite, il faut passer le concours d'entrée		
13	Je peux aller dans le pôle de mon choix		
14	Une Section Jean Leroy est une section sportive lycée		
15	Toutes les sections lycée sont des sections Jean Leroy		





# Programme entraînement

## Joueuses et joueurs nés en 2006/2005

### S.S.S. et clubs ultra marins



16	Le CERFA est une section sportive Jean Leroy		
17	Pour entrer en Section Sportive, il faut changer de club		
18	Pour entrer en Section Sportive, il faut passer un concours		
19	Tous les clubs peuvent ouvrir un Centre de Formation		
20	Tous les clubs professionnels doivent avoir un C.F.		
21	Pour être agréer un C.F. doit respecter un cahier des charges très strict		
22	Avant de signer dans un C.F. il faut s'assurer du niveau de son classement		
23	Les C.F. sont limités dans le nombre des contrats qu'ils peuvent accorder aux joueurs dans les C.F.		
24	Dans un C.F. il existe différent type de contrats possibles : Aspirant, Stagiaire professionnel, Apprentis, Elite...		
25	On peut entrer dans un C.F. avec une simple convention		
26	Un joueur qui entre en C.F. avec une convention a 1 chance sur 14 de devenir professionnel		
27	Un joueur qui entre en C.F. avec un contrat a 1 chance sur 3 de devenir professionnel		
28	Si on n'est pas entré en C.F. avant 17 ans, il n'est plus possible de devenir professionnel		
29	Il y a des joueurs qui n'ont fait aucune sélection et qui parviennent à intégrer un C.F.		
30	Le niveau scolaire est un critère important pour entrer en C.F.		
31	Il faut un agent pour entrer en C.F.		
32	Un agent peut vous demander de l'argent pour vous placer en C.F.		
33	Les C.F. de formation n'existent pas pour les féminines		
34	Les féminines doivent obligatoirement aller en S.S.S. pour arriver en D1 ou D2		
35	Il existe une sélection nationale U13 G		
36	Les équipes de France U17 et U19 G et F participent chaque année aux championnats d'Europe de la catégorie		
37	Si les sélections Françaises terminent dans les 5 premières places du tournoi final européen, elles sont qualifiées pour la coupe du Monde de leur catégorie		
38	Il existe une sélection nationale vétérans		
39	Il n'existe pas de sélection nationale jeune en Futsal		





# Programme entraînement Joueuses et joueurs nés en 2006/2005 S.S.S. et clubs ultra marins



40	Il existe en revanche un Pôle France situé à Lyon (niveau Lycée)		
41	Il existe une sélection nationale U17 et U19 de Beach Soccer		
42	Il existe une sélection nationale du football d'entreprise		
43	Il existe une équipe de France militaire		
44	Il existe une équipe de France Handisport.		
45	Dans la fédération Handisport, il existe une sélection nationale foot fauteuil		
46	Dans la fédération Handisport, il existe une sélection nationale des non-voyants		
47	Dans la fédération Handisport, il existe une sélection nationale des personnes sourdes		
48	Dans la fédération Handisport, il existe une sélection nationale foot en marchant		
49	Il existe une équipe de France de Sport Adapté (pour les personnes ayant un handicap mental)		
50	Les sélections jeunes féminines commencent seulement en U18		
51	Il n'existe pas de sélection nationale Futsal féminine		





# Programme entraînement

## Joueuses et joueurs nés en 2006/2005

### S.S.S. et clubs ultra marins



#### CORRECTIONS

N°	Questions	REPNSES	EXPLICATIONS
1	P.P.F. signifie Parcours pour les joueurs à Potentiel Formation	FAUX	Parcours de Performance Fédérale. C'est une terminologie qui appartient au Ministère des Sports et reprise par les fédérations
2	Le P.P.F. concerne les sélections uniquement	FAUX	S'il concerne les sélections, il suit également l'ensemble des structures d'accès au Haut Niveau
3	Lionel Rouxel est le Directeur Technique National Adjoint en charge du P.P.F.	FAUX	Jean Claude Giuntini est le Directeur Technique National Adjoint en charge du P.P.F. Lionel Rouxel est le responsable des sélections jeunes masculines Sonia Aziraj est son homologue féminine
4	Les Conseillers Techniques sont chargés d'appliquer la Politique Technique Nationale sur leur territoire d'exercice	VRAI	
5	Les Conseillers Techniques sont tous chargés du P.P.F.	FAUX	Certains sont orientés vers le développement et l'animation de la pratiques (jeunes à seniors, garçons et filles, foot à 11, futsal, Beach...)
6	S.S.S. signifie section sportive scolaire	VRAI	
7	La mixité n'est pas autorisée en sections sportives	FAUX	Aux collèges, les S.S.S. sont souvent mixtes même si aujourd'hui certaines sont spécifiquement féminines. Au lycée, la mixité n'est plus autorisée
8	Les S.S.S. ne concerne que les années collèges	FAUX	Elles sont organisées au collège et au lycée
9	Une Section Sportive Elite est d'un meilleur niveau qu'un pôle espoir	FAUX	Ce sont deux structures comparables. Une SSE est attachée à un club professionnel et un Pôle à la FFF
10	Si je veux aller en Pôle Espoir il faut passer le concours d'entrée	VRAI	Le concours est ouvert à tous les licenciés U13
11	Les Pôles Espoir sont mixtes	VRAI	Même si elles restent encore très minoritaires, les U13 F à potentielle peuvent être intégrées aux Pôles de leur zone géographique de rattachement
12	Si je veux aller en Section Sportive Elite, il faut passer le concours d'entrée	FAUX	Les clubs professionnels prennent les joueurs qu'ils veulent avec l'accord des parents dans la limite de leur zone d'influence (la ligue)
13	Je peux aller dans le pôle de mon choix	FAUX	Chaque pôle est rattaché à une zone géographique. Il n'est possible de candidater que sur la zone de ton lieu d'habitation
14	Une Section Jean Leroy est une section sportive lycée	VRAI	





# Programme entraînement

## Joueuses et joueurs nés en 2006/2005

### S.S.S. et clubs ultra marins



15	Toutes les sections lycée sont des sections Jean Leroy	FAUX	La différence tient là encore dans le cahier des charges. Les sections Jean Leroy sont les plus exigeantes (nombre de séances / semaine, niveau de diplôme du coach...)
16	Le CERFA est une section sportive Jean Leroy	FAUX	Le CERFA est une structure fédérale dont le cahier des charges est plus proche de celui d'un C.F.
17	Pour entrer en Section Sportive, il faut changer de club	FAUX	Tu t'entraînes la semaine avec la section et tu joues le weekend dans le club de ton choix
18	Pour entrer en Section Sportive, il faut passer un concours	VRAI	Il faut d'abord déposer un dossier au sein de l'établissement puis satisfaire aux épreuves sportives.
19	Tous les clubs peuvent ouvrir un Centre de Formation	FAUX	Seuls les clubs professionnels de L1 et L2 le peuvent. Attention, si un club de L2 descend, il peut garder son CF pendant 2 ans sauf s'il remonte. Idem un club de national ne pourra ouvrir son CF qu'après une année complète en L2 donc la 2 <sup>ème</sup> saison
20	Tous les clubs professionnels doivent avoir un C.F.	FAUX	C'est le choix de chaque club.
21	Pour être agréé un C.F. doit respecter un cahier des charges très strict	VRAI	L'agrément est délivré par le ministère des Sports après avis de la D.T.N.
22	Avant de signer dans un C.F. il faut s'assurer du niveau de son classement	FAUX	Il existe différentes catégories pour les C.F. de A, B ou C. Cela correspond à des cahiers des charges plus importants et à l'efficacité (école + football)
23	Les C.F. sont limités dans le nombre des contrats qu'ils peuvent accorder aux joueurs dans les C.F.	VRAI	Selon leur catégorie, les clubs sont limités à un nombre de contrat aspirant ou stagiaire ou Elite va de 5 à 70 selon la classification du C.F.
24	Dans un C.F. il existe différents types de contrats possibles : Aspirant, Stagiaire professionnel, Apprentis, Elite...	VRAI	<u>Le contrat aspirant</u> pour les U16, U17 et U18. La durée du contrat est liée à l'âge. Maximum 3 ans pour les U16 et 1 an pour les U18 ; <u>Le contrat stagiaire</u> , peut être signé pour une durée de 1 à 3 ans entre 17 et 19 ans, après ou non un contrat aspirant. <u>Le contrat Elite</u> : 5 ans (2 en CF + 3 Pro)
25	On peut entrer dans un C.F. avec une simple convention	VRAI	Celle-ci est valable une année seulement renouvelable.
26	Un joueur qui entre en C.F. avec une convention a 1 chance sur 14 de devenir professionnel	VRAI	Cf. Etudes de la Direction Technique Nationale
27	Un joueur qui entre en C.F. avec un contrat a 1 chance sur 3 de devenir professionnel	VRAI	Cf. Etudes de la Direction Technique Nationale





# Programme entraînement

## Joueuses et joueurs nés en 2006/2005

### S.S.S. et clubs ultra marins



28	Si on n'est pas entré en C.F. avant 17 ans, il n'est plus possible de devenir professionnel	FAUX	L'accès au haut niveau est un chemin différent pour beaucoup. Il n'y a pas deux parcours identiques.
29	Il y a des joueurs qui n'ont fait aucune sélection et qui parviennent à intégrer un C.F.	VRAI	La sélection est souvent la photographie des meilleurs joueurs du moment. Pas celle de demain. IL arrive donc parfois que certains potentiels émergent un peu plus tard
30	Le niveau scolaire est un critère important pour entrer en C.F.	VRAI	Même si les clubs et leurs directeurs ne regardent pas simplement les notes, ils sont très attentifs au travail, à l'attitude et à la capacité des joueurs à suivre même sur des diplômes techniques. Et puis, pour signer un contrat, pour éviter de se faire escroquer par X ou Y, mieux vaut savoir lire et comprendre ce à quoi on s'engage.
31	Il faut un agent pour entrer en C.F.	FAUX	
32	Un agent peut vous demander de l'argent pour vous placer en C.F.	FAUX	Un agent ne peut réclamer d'argent à un mineur ou à ses parents.
33	Les C.F. de formation n'existent pas pour les féminines	VRAI	Même si les meilleurs clubs féminins comme l'Olympique Lyonnais, ont une structure de formation comparable à un C.F. celles ne sont aujourd'hui pas reconnues par le Ministère
34	Les féminines doivent obligatoirement aller en S.S.S. pour arriver en D1 ou D2	FAUX	Une S.S. est une aide pour accéder au HN mais la F.F.F. a surtout créé des Pôles Espoirs Fédéraux Féminins au lycée. Il existe aujourd'hui 7 pôles Espoirs Féminins et 1 pôle France à l'INSEP (Paris)
35	Il existe une sélection nationale U13 G	FAUX	Les sélections nationales démarrent en U16. Il y a ensuite les U17, U18, U19, U20, les Espoirs et les A
36	Les équipes de France U17 et U19 G et F participent chaque année aux championnats d'Europe de la catégorie	VRAI	L'U.E.F.A. le propose chaque année. Ces sélections Françaises disputent deux tours qualificatifs avant de pouvoir accéder au tournoi final à 8.
37	Si les sélections Françaises terminent dans les 5 premières places du tournoi final européen, elles sont qualifiées pour la coupe du Monde de leur catégorie	FAUX	La mécanique est exacte (5èmes places), mais les coupes du Monde ne sont organisées que tous les deux ans
38	Il existe une sélection nationale vétérans	FAUX	
39	Il n'existe pas de sélection nationale jeune en Futsal	FAUX	Comme en football extérieur, il existe des sélections mais seulement en U17 et U19
40	Il existe en revanche un Pôle France situé à Lyon (niveau Lycée)	VRAI	
41	Il existe une sélection nationale U17 et U19 de Beach Soccer	FAUX	Il n'y a pas de sélection Jeunes en Beach Soccer. Il existe qu'une sélection senior





# Programme entraînement

## Joueuses et joueurs nés en 2006/2005

### S.S.S. et clubs ultra marins



42	Il existe une sélection nationale du football d'entreprise	VRAI	
43	Il existe une équipe de France militaire	VRAI	La France a même obtenu le titre de champion du Monde militaire en 1984
44	Il existe une équipe de France Handisport.	VRAI	Il existe une Fédération Française de Handisport avec laquelle la F.F.F. collabore
45	Dans la fédération Handisport, il existe une sélection nationale foot fauteuil	VRAI	
46	Dans la fédération Handisport, il existe une sélection nationale des non-voyants	VRAI	
47	Dans la fédération Handisport, il existe une sélection nationale des personnes sourdes	VRAI	
48	Dans la fédération Handisport, il existe une sélection nationale foot en marchant	FAUX	
49	Il existe une équipe de France de Sport Adapté (pour les personnes ayant un handicap mental)	VRAI	Il existe une Fédération Française de Sport Adapté avec laquelle la F.F.F. collabore
50	Les sélections jeunes féminines commencent seulement en U18	FAUX	Idem que les garçons : U16, U17, U18, U19, équipe de France B puis A
51	Il n'existe pas de sélection nationale Futsal féminine	VRAI	C'est en cours. Le futsal se développe bien chez les féminines également et l'équipe de France devrait bientôt exister.

