



## PARCOURS DE PERFORMANCE FEDERAL SAISON 2017 /2018

### Centre de Perfectionnement U14-U15F

#### 1. Présentation du rassemblement

- Date : mercredi 20 décembre 2017
- Durée : de 14h30 à 17h30
- Lieu : Centre Sportif Normand d'Houlgate
- Nombre de joueuses participantes: 26 U14F (3 blessées – 4 excusées - 4 absentes)  
24 U15F (8 excusées – 1 absente)
- Nombre d'encadrants : 5
- Responsables du rassemblement : **Mylène PANNIER (responsable U15F)**  
**Etienne DENIS (responsable U14F)**
- Educateurs : Adrien BESNARD (BMF), Thomas GAGEZ (BEF) et Ysaline HUREAU (CFF1-2-3)



**Groupe U15F – Centre de perfectionnement régional**



## 2. CONDITIONS D'ORGANISATION

### a) Objectifs

- ✓ Proposer un perfectionnement technique avec les meilleures joueuses de la région
- ✓ Harmoniser la phase de détection en réunissant toutes les joueuses à potentiel sur le même site
- ✓ Affiner le groupe du centre de perfectionnement pour les U14F.

### b) Programme

14h30 : Accueil  
15h00 : Début de la séance  
17h00 : Fin de la séance  
17h30 : Clôture

### c) Infrastructure

- ✓ Le rassemblement s'est déroulé sur les installations du Centre Sportif d'Houlgate. Les U15F se sont entraînées sur le terrain synthétique tandis que les U14F sont allées sur le terrain en herbe.
- ✓ Le matériel a été fourni par la Ligue.

## 1. DEROULEMENT DE L'OPERATION

### a) Bilan

- ✓ Pour les U15F : au programme de l'après-midi, une séance basée sur la récupération collective du ballon.  
L'échauffement a démarré par la constitution de 3 équipes qui ont fait des échanges entre couleurs avant de passer et de recevoir d'une couleur différente. Puis après la passe, la joueuse va presser la receveuse sur le temps de passe pour préparer aux techniques défensives. Cette phase se termine par un jeu de conservation avec 2 équipes contre 1 en insistant sur l'organisation de l'équipe qui défend.  
Les gardiennes ont fait une séance basée sur les déplacements, les prises de balle et les relances avant de rejoindre leur groupe respectif.  
Le cœur de la séance a laissé place à une situation en 6 contre 4 où l'objectif pour l'équipe qui n'a pas le ballon est de récupérer le ballon et de relancer dans une des 3 portes situées au milieu du terrain. A la récupération du ballon, l'idée est de jouer rapidement vers l'avant pour déséquilibrer à son tour l'équipe adverse.





La séance s'est conclue par un match de 2 x 20' en 11 contre 11 pour les U15F où l'idée est de retranscrire les principes défensifs dans le jeu.

Cette deuxième séance de perfectionnement a permis aux joueuses de se connaître, d'appréhender les principes de la phase d'opposition pour protéger son but et de récupération :

- ✚ Etre capable de freiner la progression de l'équipe adverse
  - Cadrer la PB sur le temps de passe
  - Orienter la PB vers la touche pour favoriser le jeu dans l'axe
  - Interdire la passe le long de la ligne de touche
  - Gagner les duels (techniques défensives)
  - Communiquer pour favoriser le remplacement défensif
- ✚ Etre capable d'empêcher l'équipe adverse de se mettre en position de tir
  - Recul-frein pour gérer les situations d'infériorité numérique
  - Couverture mutuelle sur le jeu long (une joueuse au duel et l'autre en couverture au cas où)
  - Gérer les décrochages des attaquantes en les empêchant de se retourner dos au jeu
  - Sortir sur la PB à 25m du but pour empêcher le tir
  - Marquage serré sur les situations de centre

Le groupe a fait preuve d'écoute et d'attention sur la séance. Le niveau d'ensemble reste hétérogène et des progrès sensibles restent à faire dans les techniques défensives individuelles (orientation du corps de  $\frac{3}{4}$ , garder ses appuis, cadrer sur le temps de passe), la prise d'informations et la communication.

- ✓ Pour les U14F : au programme de l'après-midi, une séance basée sur la conservation, progression du ballon.

L'échauffement a démarré sous forme de plusieurs circuits techniques en passe et suit et en utilisant des techniques de vitesse (1-2, 1-2 + recherche 3<sup>ème</sup> joueuse).

Ensuite les joueuses ont réalisé une situation de conservation avec 2 équipes contre 1 avec pour objectif de faire un stop-ball pour les équipes en possession du ballon et de trouver l'éducateur à la récupération du ballon pour l'équipe qui n'a pas le ballon au départ de l'action.

La séance s'est conclue par des rencontres en foot à 8 de 2 x 20'.

Sur cette séance, on peut noter :

- Bonnes individualités
- Bonne qualité de réflexion dans les situations
- Forte envie d'apprendre et de progresser
- Hétérogénéité importante entre les jeunes filles
- Niveau technique assez faible de l'ensemble
- Temps de concentration limité





## b) Joueuses présentes

✓ U14F

N°	NOM	PRENOM	CLUB	22/11/17
1	AIT GOUGAM	DALYA	ASPTT CAEN FOOTBALL	X
2	AVICE	MANON	ENT.S. COUTANCAISE	X
3	BONDON	MAIWENN	AM.S. GACEENNE	ABS
4	BOUGON	PRESCILLIA	REV. ST GERMAIN COURSEULLES	EXC
5	BOUTON	MARIE LOU	AM.S. GACEENNE	X
6	CARLUER	JADE	AVT G. CAENNAISE	X
7	CASTEL	CORNELIA	BAYEUX F.C.	X
8	CATHERINE	ZINA	INTER ODON FC	X
9	CHRISTODOULOU	LIA	U.S. GAVRAYENNE	X
10	CUOQ	SICILIA	F.C. LISIEUX PAYS D'AUGE	X
11	DEBAECKER	LI LOU	BAYEUX F.C.	X
12	DESQUESNE	SARAH	INTER ODON FOOTBALL COMMUNAUTAIRE	X
13	DUFOUR	LENA	AM.S. GACEENNE	ABS
14	DUMAS	JADE	AM. S. VERSON	X
15	DURUEL	VALENTINE	E. S. PLAIN	X
16	EDOSA	PRECIOUS	U.S. ALENCONNAISE 61	X
17	HARMAERT	MADISONE	U.S. ALENCONNAISE 61	X
18	HENRI	MANON	U.S. TREVIEROISE	X
19	HEULIN	EGLANTINE	F.C. ARGENTAN	X
20	JUDALET	KIMBERLAY	AM.S. GACEENNE	EXC
21	LAROSE	MATHILDE	A.S. DE CHERBOURG F.	X
22	LAURENT	LUCIE	U.S. ALENCONNAISE 61	X
23	LEMAITRE	ROMANE	EL.S. CARPIQUET	EXC
24	LEROUX	CLARA	USC MEZIDON FOOTBALL	B
25	LEVY	RAPHAELLE	F.C. FLERIEN	X
26	MASSIN	LUCILLE	C.S. CARENTANAIS	B
27	M'DAHOMA	ABIBA	U.S. ALENCONNAISE 61	X
28	MELUN	LENA	A.S. DE CHERBOURG F.	X
29	MONTEBAULT	THAIS	AVT G. CAENNAISE	X
30	ORGBIN	MARGOT	F.C. FLERIEN	X
31	QUETEL	MARION	AS VILLERS HOULGATE COTE FLEURIE	X
32	REMBADIATTO	MARION	U.S. MORTAGNAISE	EXC
33	RUFFEL	ISIS	A.S. DE CHERBOURG F.	B
34	TILLARD	LINA	U.S. OUVRIERE NORMANDE MONDEVILL	ABS
35	TURBOUT	LAURA	F.C. ARGENTAN	X
36	TYTI	NOUHAILA	U.S. ALENCONNAISE 61	X
37	VOUTEAU	ISALYNE	AVT G. CAENNAISE	X

En jaune, les joueuses retenues pour la suite des Centres de Perfectionnement U14F.





# EQUIPE TECHNIQUE RÉGIONALE

✓ U15F

N°	NOM	PRENOM	CLUB	22/11/17
1	BALOSSIER	ALYSON	U.S. OUVRIERE NORMANDE MONDEVILLE	X
2	BIENVENU	CANDICE	U.S. ALENCONNAISE 61	X
3	BOUILLARD	EVA	F.C. ARGENTAN	X
4	CHARBONNIER	CANDICE	U.S. ALENCONNAISE 61	X
5	CHEMINEAU	KARLYNE	GRPT RUR. F. SEVERIN	X
6	DEMAUTIS	CHLOE	FOOT50 FEMININ	EXC
7	EL ARABI	NASSIMA	CRESSERONS HERMANVILLE LION T ET M	X
8	ENQUEBECQ	MARINE	U.S. GRANVILLAISE	X
9	GALLET	MAELYS	U.S. ALENCONNAISE 61	X
10	GARREAU	MANON	F.C. FLERIEN	EXC
11	GUERAULT	LOUANE	U.S. GRANVILLAISE	X
12	HAUVET	MORGANE	U.S. GRANVILLAISE	X
13	LAWSON AGBLOULOU	KOKOVI	A.S. IFS	EXC
14	LEBASTARD	LEA	AVT G. CAENNAISE	X
15	LEMASURIER	MAEVA	USC MEZIDON FOOTBALL	X
16	LEMESLE	OCEANE	F.C. FEMININ CONDEEN	X
17	LEPLEY	MARIE	FOOT50 FEMININ	EXC
18	MALOISEL	LUCIE	FOOT50 FEMININ	EXC
19	MARGUERITE	MAUD	F.C. FEMININ CONDEEN	X
20	MESNAGE	CONSTANCE	A.S. DE CHERBOURG F.	X
21	MONGIAT	JADE	F.C. DU PAYS AIGLON	EXC
22	MORDI	NAWEL	MALADRERIE O.S.	EXC
23	MOREAUX	MAGDALENA	U.S. GRANVILLAISE	X
24	NOLAIS	FLORINA	U.S. GRANVILLAISE	X
25	PAGNIER	ASTRID	S.C.U. DOUVE DIVETTE	X
26	PIERRE	MAEVA	AM.S. GACEENNE	ABS
27	ROBILLARD	SOLANGE	U.S. OUVRIERE NORMANDE MONDEVILLE	X
28	SENNELIER	ZOE	AVT G. CAENNAISE	X
29	THOMANN	CELIA	U.S. MELOISE	X
30	THOMAS	MANON	GRPT RUR. F. SEVERIN	X
31	TIREL	SWANN	A.S. VALOGNES F.	X
32	VAUTIER	LILWENN	AVT G. CAENNAISE	X
33	VICENTE	SERENA	MALADRERIE O.S.	EXC

Le prochain centre de perfectionnement est programmé le mercredi 17 janvier 2018 au Centre Indoor de Tirepiéd.

Pour conclure, la Ligue de Football de Normandie tient à remercier chaleureusement :

- l'ensemble des joueuses et les accompagnateurs.
- l'encadrement mobilisé pour cette action.

PANNIER Mylène, CTR.

