

# LE PROJET SPORTIF

**C.A.C.**

**CLUB ATHLETIQUE  
CASTETS-EN-DORTHE**

# LA DEFINITION

Le projet sportif définit les formes et les niveaux de pratique du club, en adéquation avec les besoins des pratiquants. Il détermine les normes d'encadrement et de pratique ainsi que le climat et les contenus d'entraînement.

# PREAMBULE

Le C.A.C. est un jeune club de football ayant un historique fort dans la région.

En effet, après la fin de la fusion avec le LANGON FC, le club renait en 2009 avec la création de l'équipe FOOT LOISIR. L'année d'après, en 2010, le C.A.C. crée une école de football et compte 50 jeunes licenciés nés entre 1998 et 2004.

Aujourd'hui en 2014, le club est composé de 128 licenciés des U6 au U18.

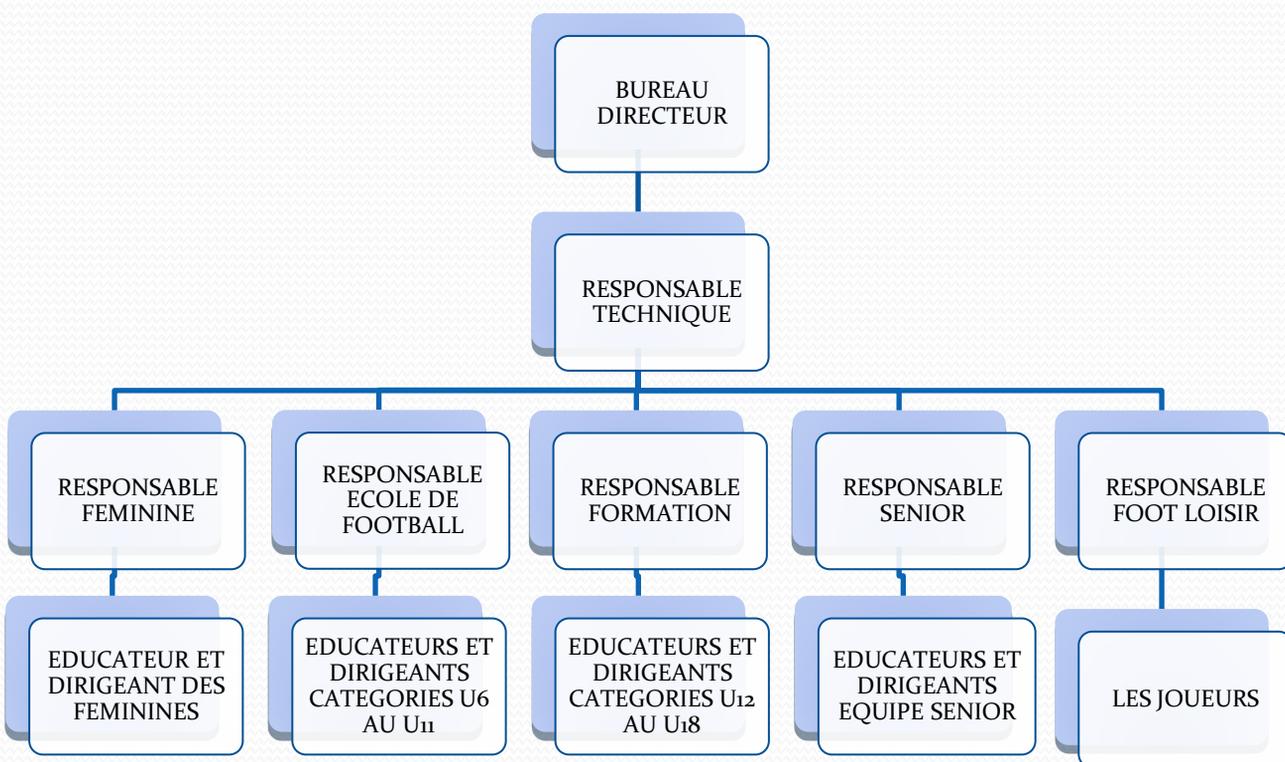
Vu la forte progression du nombre de licenciés et l'obtention des LABEL F.F.F. (école de football et féminine), le club a logiquement décidé de créer son projet sportif.

# SOMMAIRE

- **LE C.A.C.**
  - L'organisation sportive
  - Les rôles
  - Les infrastructures
    - Les Charmilles
    - Les Hauts de Castets
  - Les licenciés
    - Les dirigeants
    - Les joueurs
  - Les valeurs du club
- **Le projet sportif**
  - Les objectifs
    - Une équipe sénior
    - Formation de dirigeants
    - La pratique du football
      - L'école de football
      - La formation
      - Les séniors
  - Les règles arbitrales
  - Le football féminin
- **Conclusion**

# LE C.A.C.

# L'ORGANISATION SPORTIVE



# LES ROLES

- Bureau directeur : il vote le projet sportif.
- Responsable technique : il propose le projet sportif au bureau directeur. Il participe et accompagne les dirigeants dans l'application du projet sportif.
- Responsable féminine : il met en application le projet pour les féminines en collaboration avec les dirigeants.
- Responsable école de football : il met en application le projet pour l'école de football en collaboration avec les dirigeants des catégories U6 au U11.
- Responsable formation : il met en application le projet pour la formation en collaboration avec les dirigeants des catégories U12 au U18.
- Responsable sénior : il met en application le projet pour les séniors en collaboration avec les dirigeants.
- Educateurs et dirigeants : Ils sont chargés d'appliquer le projet sportif voté par le bureau directeur.

# LES INFRASTRUCTURES

# LE STADE DES CHARMILLES

- Un terrain d'honneur avec éclairage
- Un terrain à 7 avec éclairage
- Un club house pour les réceptions
- 4 vestiaires
- Un vestiaire arbitre
- Un local matériel

# LE STADE DES HAUTS DE CASTETS

- Un terrain avec éclairage
- 4 vestiaires
- Un local pour le matériel
- Un bureau
- 2 vestiaires arbitres

# **LES LICENCIES**

SAISON 2014-2015

# LES DIRIGEANTS

- Le nombre de dirigeants est de 26 dont 8 dirigeantes
- Le nombre d'éducateur fédéral est de 1
- Le nombre de cadre technique régional est de 1

# LES JOUEURS

- U6/U7 : 20 licenciés dont 2 filles
- U8/U9 : 11 licenciés dont 3 filles
- U10/U11 : 26 licenciés dont 6 filles
- U12/U13 : 31 licenciés dont 2 filles
- U14/U15 : 23 licenciés dont 1 fille
- U18 : 17 licenciés dont 1 fille
- SENIOR : 0 Licencié
- FOOT LOISIR : 24 licenciés

# LES VALEURS DU CLUB

- Après concertation auprès des dirigeants les valeurs du club sont :
  - Le Plaisir
  - Le Travail d'équipe
  - Le Partage
  - Le Fair Play
  - Le Respect

# **LE PROJET SPORTIF**

# LES OBJECTIFS

- L'objectif du club : devenir un club possédant toutes les catégories d'âges du district en s'appuyant sur la formation tout en étant inscrit dans les projets de la FFF.
- Les objectifs du projet sportif :
  - Créer une équipe sénior.
  - Développer les compétences des dirigeants.
  - Développer le niveau et la pratique des licenciés par une politique sportive commune suivant les règles de la FFF.
  - Être en conformité avec le règlement arbitral de la FFF.
  - Développer le football féminin.

# UNE EQUIPE SENIOR

- Création de l'équipe pour la saison 2015-2016
- 2 dirigeants ont été nommés
- Les dirigeants sont dans la démarche de contacter et de recevoir des joueurs
- Un article dans le journal sera publié au mois de mars

# FORMATION DES DIRIGEANTS

- Les formations permettent d'améliorer les compétences de l'encadrement.
- 2 possibilités de formation :
  - Formation en externe par la FFF
  - Formation en interne par le responsable technique
- L'objectif est que chaque dirigeant soit formé pour uniformiser les méthodes d'entraînement dans les pédagogies, les procédés, le projet de jeu pour donner une continuité d'apprentissage aux joueurs entre les différentes catégories.

# LA PRATIQUE DU FOOTBALL

- Le club veut devenir un club formateur tout en fidélisant ses pratiquants pour pouvoir se suffire à lui-même.
- Le club doit être capable d'effectuer une expertise cohérente de chaque joueur qui permettra de les suivre année après année dans leurs progressions.
- Cette expertise s'appuiera sur 4 axes :
  - Le mental : développement et évolution de la pensée du joueur.
  - Technique : développement du savoir faire individuel.
  - Tactique : développement de l'intelligence du joueur dans le jeu.
  - Athlétique : développement des qualités physiques.

# L'ÉCOLE DE FOOTBALL

- L'école de football regroupe les catégories U6 à U11.
- Les joueurs de ces catégories sont des enfants qui vont évoluer physiquement et mentalement pour rentrer dans l'adolescence.
- Ces catégories n'ont pas de compétitions avec un classement.
- L'objectif général est la découverte du football et de ses règles aux enfants.
- Les objectifs d'apprentissage par catégorie :

**U6/U7  
&  
U8/U9**

Phases de jeu	Règles d'actions collectives	Règles d'actions individuelles	Moyens techniques	Moyens Athlétiques
<b>Conserver Progresser</b>	Occuper l'espace en largeur et profondeur.	VOIR ses partenaires et adversaires ETRE VU dans un espace libre, dans un intervalle (entre 2 joueurs)	Les passes Les prises de balle et enchaînement. Jonglerie.	P S Y C H O M O T R I C I T E
<b>Conserver Progresser</b>	Avoir des solutions de passes → créer des réseaux (triangles et jeu à l'intérieur)	-Prendre l'information = VOIR -Progresser quand l'espace est libre et donner quand il est bloqué. Enchaîner donner, se déplacer pour redemander (jeu à 2 ou à 3). Etre toujours en mouvement et concerné par le jeu SE RENDRE DISPONIBLE Se déplacer en s'orientant par rapport au sens du jeu Recevoir en mouvement Se démarquer : à distance de passe, vu du porteur, à l'écart des défenseurs	Les passes Les prises de balle et enchaînement. Jonglerie.	
<b>Déséquilibrer Finir</b>	Garder le temps d'avance pour finir l'action	Occuper la zone de vérité en nombre Arriver lancer devant le but	Les tirs Les dribbles et enchaînement	
<b>S'opposer</b>	Se replacer sur l'axe ballon/but Défendre en permanence l'axe ballon/but	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et réduire la prise d'information  Freiner le porteur de balle	Jeu de corps (le contre, la charge)	
<b>S'opposer</b>	Récupérer le ballon	Harcéler le porteur et repousser les attaquants sur les côtés pour empêcher la finition. Cadrer le porteur pour empêcher la dernière passe ou le tir	Jeu de corps (le contre, la charge)	

**U10/U11**

Phases de jeu	Règles d'actions collectives	Règles d'actions individuelles	Moyens techniques	Moyens Athlétiques
<b>Conserver Progresser</b>	Occuper l'espace en largeur et profondeur	VOIR Utiliser les notions appuis, appels et soutien selon les possibilités. ETRE VU Se déplacer dans les intervalles Se démarquer en appui entre les lignes et en soutien	Les passes courtes Les prises de balles et enchaînement	P S Y C H O M O T R I C I T E
	Avoir des solutions de passes → recréer des réseaux (triangles et jeu à l'intérieur)	-Prendre l'information = VOIR -Progresser quand l'espace est libre et donner quand il est bloqué. Enchaîner donner, se déplacer pour redemander (jeu à 2 ou à 3). Etre toujours en mouvement et concerné par le jeu SE RENDRE DISPONIBLE Se déplacer en s'orientant par rapport au sens du jeu Recevoir en mouvement Se démarquer : à distance de passe, vu du porteur, à l'écart des défenseurs	Utiliser le corps pour protéger le ballon Les conduites et enchaînements	
<b>Déséquilibrer Finir</b>	Changer de rythme de jeu (temps forts et faibles)	Changer de rythme par la conduite ou soit par les touches de balles Augmenter le nombre de partenaires en disponibilité dans la zone de jeu Utiliser les changements de direction et de rythme dans les appels	Les tirs Les dribbles et enchaînement	
	Garder le temps d'avance pour finir l'action	Occuper la zone de vérité en nombre en coordonnant les déplacements Arriver lancer devant le but pour couper les trajectoires	Les centres, les tirs	
<b>S'opposer à la progression</b>	Défendre en permanence l'axe ballon/ but et se déplacer sur l'axe ballon/but	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et réduire la prise d'information	Jeu de corps (le contre, la charge)	
	Reformer le bloc équipe	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et d'informations. Couvrir son partenaire, orienter l'adversaire en dehors de l'espace de jeu direct. Marquer les receveurs potentiels	La charge, le contre	
<b>S'opposer pour protéger son but</b>	Récupérer le ballon proche de son but	Harceler le porteur et repousser les attaquants sur les côtés pour empêcher la finition. Cadrer le porteur pour empêcher la dernière passe ou le tir	Jeu de corps (le contre, la charge)	
	Récupérer le ballon en bloc (Augmenter la densité)	Récupérer le ballon sur des temps de passe (interception) Récupérer le ballon après un duel	Jeu de corps (le contre, la charge)	

# LA FORMATION

- La formation regroupe les catégories U12 au U18.
- Les joueurs sont des jeunes adolescents en pleine croissance physique et mentale pour atteindre la vie d'adulte.
- La compétition commence en U12 avec un classement.
- L'objectif général est l'apprentissage du football à 11 et de ses règles. La compétition doit être un moyen de stimulation mais les résultats ne sont pas la priorité : « l'enjeu ne doit pas prendre le pas sur le jeu ».
- En suivant, les objectifs d'apprentissage par catégorie :

**U12/U13**

Phases de jeu	Règles d'actions collectives	Règles d'actions individuelles	Moyens techniques	Moyens Athlétiques
<b>Conserver Progresser</b>	Occuper l'espace en largeur et profondeur	VOIR Utiliser les notions appuis, appels et soutien selon les possibilités. ETRE VU Se déplacer dans les intervalles Se démarquer en appui entre les lignes et en soutien	Les passes courtes Les prises de balles et enchaînement	<u>Vitesse</u> Gainage Souplesse Psychomotricité Endurance
	Avoir des solutions de passes → recréer des réseaux (triangles et jeu à l'intérieur)	-Prendre l'information = VOIR -Progresser quand l'espace est libre et donner quand il est bloqué. Enchaîner donner, se déplacer pour redemander (jeu à 2 ou à 3). Etre toujours en mouvement et concerné par le jeu SE RENDRE DISPONIBLE Se déplacer en s'orientant par rapport au sens du jeu Recevoir en mouvement Se démarquer : à distance de passe, vu du porteur, à l'écart des défenseurs	Utiliser le corps pour protéger le ballon Les remises, les déviations	
<b>Déséquilibrer Finir</b>	Changer de rythme de jeu (temps forts et faibles)	Changer de rythme par la conduite ou soit par les touches de balles Augmenter le nombre de partenaires en disponibilité dans la zone de jeu Utiliser les changements de direction et de rythme dans les appels	Les centres, les tirs, la dernière passe Le jeu de volée	
	Fixer dans une zone pour jouer dans une autre	Fixer l'adversaire pour libérer des partenaires et jouer dans une zone libre. Coordonner les déplacements : appui/soutien/appel. Prise de vitesse (joueur lancé) Dédoublement	Les centres, les tirs, la dernière passe Le jeu de volée	
	Garder le temps d'avance pour finir l'action	Occuper la zone de vérité en nombre en coordonnant les déplacements Arriver lancer devant le but pour couper les trajectoires	Les tirs Les dribbles et enchaînement Les centres Le jeu de tête, de volée	
<b>S'opposer à la progression</b>	Défendre en permanence l'axe ballon/ but et se déplacer sur l'axe ballon/but	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et réduire la prise d'information	Jeu de corps (le contre, la charge)	
	Gérer l'infériorité numérique à 1 contre 2, 2 contre 3	Ne pas se jeter en vue de favoriser le retour des partenaires. Utiliser le recul frein	La charge, le tackle, le contre	
	Reformer le bloc équipe	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et d'informations. Couvrir son partenaire, orienter l'adversaire en dehors de l'espace de jeu direct. Marquer les receveurs potentiels	La charge, le tackle, le contre	
	Réduire l'espace entre les lignes et les intervalles (avant et arrière)	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et réduire la prise d'information Couvrir son partenaire pour fermer les angles de passes Marquer les receveurs potentiels	La charge, le tackle, le contre	
<b>S'opposer pour protéger son but</b>	Récupérer le ballon proche de son but	Harceler le porteur et repousser les attaquants sur les côtés pour empêcher la finition. Cadrer le porteur pour empêcher la dernière passe ou le tir	Jeu de corps (le contre, la charge)	
	Récupérer le ballon en bloc (Augmenter la densité)	Récupérer le ballon sur des temps de passe (interception) Récupérer le ballon après un duel	Jeu de corps (le contre, la charge)	

**U14/U15**

Phases de jeu	Règles d'actions collectives	Règles d'actions individuelles	Moyens techniques	Moyens Athlétiques
<b>Conserver Progresser</b>	Occuper l'espace en largeur et profondeur	VOIR Utiliser les notions appuis, appels et soutien selon les possibilités. ETRE VU Se déplacer dans les intervalles Se démarquer en appui entre les lignes et en soutien	Les passes courtes Les prises de balles et enchaînement	<u>Vitesse</u> Gainage Souplesse Psychomotricité Endurance
	Avoir des solutions de passes → recréer des réseaux (triangles et jeu à l'intérieur)	-Prendre l'information = VOIR -Progresser quand l'espace est libre et donner quand il est bloqué. Enchaîner donner, se déplacer pour redemander (jeu à 2 ou à 3). Etre toujours en mouvement et concerné par le jeu SE RENDRE DISPONIBLE Se déplacer en s'orientant par rapport au sens du jeu Recevoir en mouvement Se démarquer : à distance de passe, vu du porteur, à l'écart des défenseurs	Utiliser le corps pour protéger le ballon Les remises, les déviations	
<b>Déséquilibrer Finir</b>	Changer de rythme de jeu (temps forts et faibles)	Changer de rythme par la conduite ou soit par les touches de balles Augmenter le nombre de partenaires en disponibilité dans la zone de jeu Utiliser les changements de direction et de rythme dans les appels	Les centres, les tirs, la dernière passe Le jeu de volée	
	Fixer dans une zone pour jouer dans une autre	Fixer l'adversaire pour libérer des partenaires et jouer dans une zone libre. Coordonner les déplacements : appui/soutien/appel. Prise de vitesse (joueur lancé) Dédoublément	Les centres, les tirs, la dernière passe Le jeu de volée	
	Garder le temps d'avance pour finir l'action	Occuper la zone de vérité en nombre en coordonnant les déplacements Arriver lancer devant le but pour couper les trajectoires	Les tirs Les dribbles et enchaînement Les centres Le jeu de tête, de volée	
	Alterner jeu court / jeu long (direct et indirect)	Jouer dans le dos d'une ligne Se déplacer à l'opposé du déplacement des défenseurs	Les tirs La dernière passe	
<b>S'opposer à la progression</b>	Défendre en permanence l'axe ballon/ but et se déplacer sur l'axe ballon/but	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et réduire la prise d'information	Jeu de corps (le contre, la charge)	
	Gérer l'infériorité numérique à 1 contre 2, 2 contre 3	Ne pas se jeter en vue de favoriser le retour des partenaires. Utiliser le recul frein	La charge, le tackle, le contre	
	Reformer le bloc équipe	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et d'informations. Couvrir son partenaire, orienter l'adversaire en dehors de l'espace de jeu direct. Marquer les receveurs potentiels	La charge, le tackle, le contre	
	Réduire l'espace entre les lignes et les intervalles (avant et arrière)	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et réduire la prise d'information Couvrir son partenaire pour fermer les angles de passes Marquer les receveurs potentiels	La charge, le tackle, le contre	
<b>S'opposer pour protéger son but</b>	Récupérer le ballon proche de son but	Harcéler le porteur et repousser les attaquants sur les côtés pour empêcher la finition. Cadrer le porteur pour empêcher la dernière passe ou le tir	Jeu de corps (le contre, la charge)	
	Récupérer le ballon en bloc (Augmenter la densité)	Récupérer le ballon sur des temps de passe (interception) Récupérer le ballon après un duel	Jeu de corps (le contre, la charge)	

**U18**

Phases de jeu	Règles d'actions collectives	Règles d'actions individuelles	Moyens techniques	Moyens Athlétiques
<b>Conserver Progresser</b>	Occuper l'espace en largeur et profondeur	VOIR Utiliser les notions appuis, appels et soutien selon les possibilités. ETRE VU Se déplacer dans les intervalles Se démarquer en appui entre les lignes et en soutien	Les passes courtes Les prises de balles et enchaînement	
	Avoir des solutions de passes → recréer des réseaux (triangles et jeu à l'intérieur)	-Prendre l'information = VOIR -Progresser quand l'espace est libre et donner quand il est bloqué. Enchaîner donner, se déplacer pour redemander (jeu à 2 ou à 3). Etre toujours en mouvement et concerné par le jeu SE RENDRE DISPONIBLE Se déplacer en s'orientant par rapport au sens du jeu Recevoir en mouvement Se démarquer : à distance de passe, vu du porteur, à l'écart des défenseurs	Utiliser le corps pour protéger le ballon Les remises, les déviations	
<b>Déséquilibrer Finir</b>	Changer de rythme de jeu (temps forts et faibles)	Changer de rythme par la conduite ou soit par les touches de balles Augmenter le nombre de partenaires en disponibilité dans la zone de jeu Utiliser les changements de direction et de rythme dans les appels	Les centres, les tirs, la dernière passe Le jeu de volée	
	Fixer dans une zone pour jouer dans une autre	Fixer l'adversaire pour libérer des partenaires et jouer dans une zone libre. Coordonner les déplacements : appui/soutien/appel. Prise de vitesse (joueur lancé) Dédoublément	Les centres, les tirs, la dernière passe Le jeu de volée	
	Garder le temps d'avance pour finir l'action	Occuper la zone de vérité en nombre en coordonnant les déplacements Arriver lancer devant le but pour couper les trajectoires	Les tirs Les dribbles et enchaînement Les centres Le jeu de tête, de volée	
	Alterner jeu court / jeu long (direct et indirect)	Jouer dans le dos d'une ligne Se déplacer à l'opposé du déplacement des défenseurs	Les tirs La dernière passe	
<b>S'opposer à la progression</b>	Défendre en permanence l'axe ballon/ but et se déplacer sur l'axe ballon/but	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et réduire la prise d'information	Jeu de corps (le contre, la charge)	
	Gérer l'infériorité numérique à 1 contre 2, 2 contre 3	Ne pas se jeter en vue de favoriser le retour des partenaires. Utiliser le recul frein	La charge, le tackle, le contre	
	Reformer le bloc équipe	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et d'informations. Couvrir son partenaire, orienter l'adversaire en dehors de l'espace de jeu direct. Marquer les receveurs potentiels	La charge, le tackle, le contre	
	Réduire l'espace entre les lignes et les intervalles (avant et arrière)	Cadrer pour interdire la prise de vitesse et réduire la prise d'information Couvrir son partenaire pour fermer les angles de passes Marquer les receveurs potentiels	La charge, le tackle, le contre	
<b>S'opposer pour protéger son but</b>	Récupérer le ballon proche de son but	Harcéler le porteur et repousser les attaquants sur les côtés pour empêcher la finition. Cadrer le porteur pour empêcher la dernière passe ou le tir	Jeu de corps (le contre, la charge)	
	Récupérer le ballon en bloc (Augmenter la densité)	Récupérer le ballon sur des temps de passe (interception) Récupérer le ballon après un duel	Jeu de corps (le contre, la charge)	

# LES SENIORS

- Création d'une équipe l'année prochaine.
- Le comité directeur fixera l'objectif résultat.
- Le club souhaite que les nouveaux joueurs adhèrent à ses valeurs et soient des modèles d'exemplarités.
- Le responsable des séniors proposera au responsable technique son projet de jeu et le mettra en place.

# REGLEMENT ARBITRAL

- Pour pouvoir être en règle concernant les arbitres, le club souhaite former des jeunes arbitres.
- Le club cherche dans ses effectifs un licencié motivé pour passer le diplôme.
- Un ancien arbitre sera affecté à sa formation et à son suivi.
- De plus l'arbitre référant interviendra sur les différentes catégories pour l'apprentissage des règles.

# FOOTBALL FEMININ

- En 2014, le club a obtenu le label argent de la Ligue d'Aquitaine de football.
- L'objectif est de devenir or dans 3 ans.
- Un plan d'action sera proposé au comité directeur en rapport au cahier des charges « Ecole Féminine de Football ».

# CONCLUSION

- Par la mise en place du projet sportif sur 3 ans, le club s'inscrit dans une démarche de progression à travers ses éducateurs et ses joueurs en s'appuyant sur ses valeurs.
- Le projet sportif permettra d'atteindre l'objectif général du club : « Avoir toutes les catégories d'âges du district en s'appuyant sur la formation tout en étant inscrit dans les projets de la FFF ».