

**A.R.C.T**

LA REGRIPIERE  
ST CRESPIN  
TILLIERES



AVENIR  
REGRIPIEROIS CRESPINOIS TILLIERES  
FOOTBALL

## **PROJET SPORTIF**

**AVENIR Regrippiérois Crespinois Tillières**

- CADRE DU PROJET SPORTIF
- L'ENCADREMENT
- LES EDUCATEURS
- LE DIRIGEANT-ACCOMPAGNATEUR
- LES PARENTS
- L'ORGANISATION DE L'ECOLE DE FOOTBALL
- POLE EVEIL-INITIATION (U6 A U13)
- LE FOOT A 11
- POLE FORMATION (U14 A U17)
- POLE POST-FORMATION SENIORS (U18-SENIORS-LOISIRS)
- CONCLUSION

**ARCT FOOTBALL, 5 Rue du stade, 49230 Tillières**

Tillières, Stade municipal : 02.41.70.43.59

St Crespin, Stade municipal : 02.41.70.04.67

La Regrippière, Stade des Douves : 02.40.33.63.02

Site officiel : [www.arctfoot.com](http://www.arctfoot.com)

e-mail : [arct@arctfoot.com](mailto:arct@arctfoot.com)



## -CADRE DU PROJET

La vocation de ce projet sportif est d'informer joueurs et parents de notre démarche éducative et sportive, et que tous les éducateurs qui intègrent notre structure bénéficient d'une vision précise de leur mission et de leur cadre de responsabilités.

Il doit nous inciter à poursuivre nos actions dans le sens donné par ce projet et nous permettre d'obtenir les LABELS QUALITE F.F.F attribués par la Direction Technique Nationale.

L'A.R.C.T. a pour vocation l'éveil, l'initiation, et la formation au football, pour tous les jeunes désireux de découvrir les joies de ce sport.

Pour jouer ce rôle formateur au mieux, les différents acteurs de l'ARCT, se fixent 3 objectifs, vecteurs du Projet Sportif :

1 / Accueillir, sans esprit sélectif, tous les joueurs, dès l'âge de 5 ans, désirant découvrir, puis s'initier à la pratique football. L'animation de séances d'entraînement, adaptées à leur âge et leurs capacités, est confiée à une équipe d'éducateurs formés et responsables.

2 / Transmettre, dès le plus jeune âge, une éducation sportive, sur la base des valeurs de RESPECT, de POLITESSE, et de FAIR-PLAY.

3/ Développer un état d'esprit fondé sur la volonté de progresser, pour favoriser l'épanouissement progressif de ses joueurs.

La concrétisation de ce projet permettra au club de perpétuer l'esprit de convivialité qui y règne, et de nourrir des ambitions sportives, par l'amélioration du niveau de performances de ses équipes.

A court terme, l'ambition du club est de stabiliser le niveau de son équipe première au niveau Ligue. A moyen et long terme, Il s'agit de faire de l'ARCT, un club attractif, reconnu dans la Ligue Atlantique de par le niveau de son équipe première mais aussi de la valeur de son école de football et de de son pôle formation. Il devra savoir fidéliser son effectif et le renforcer en insistant sur la valeur de sa commission technique et d'une certaine image positive vis-à-vis des clubs limitrophes (ratio niveau-état d'esprit-compétences)

## -L'ENCADREMENT

Pour assurer son bon fonctionnement, le club a instauré 4 commissions afin d'animer le Projet sportif:

1/ Commission technique (coordinateur sportif-éducateurs)

2/ Commission école de Football (coordinateur sportif-éducateurs-secrétaire jeune-dirigeants référents et accompagnateurs)

3/ Commission Foot à 11 jeunes (coordinateur sportif-éducateurs-secrétaire jeune-dirigeants accompagnateurs)

4/ Commission Foot à 11 seniors et post-formation (coordinateur sportif-entraîneur-secrétaire seniors-dirigeants accompagnateurs+1 joueur par équipes)

**ARCT FOOTBALL, 5 Rue du stade, 49230 Tillières**

Tillières, Stade municipal : 02.41.70.43.59

St Crespin, Stade municipal : 02.41.70.04.67

La Regrippière, Stade des Doves : 02.40.33.63.02

Site officiel : [www.arctfoot.com](http://www.arctfoot.com)

e-mail : [arct@arctfoot.com](mailto:arct@arctfoot.com)



Elles jouent un rôle de « locomotive » pour la structure.

## -LES EDUCATEURS

Il constitue le principal repère du joueur, dans sa pratique sportive. Par son comportement responsable et pédagogue, l'éducateur développe un état d'esprit favorable à la progression et à l'épanouissement des joueurs. Sa mission sportive est basée sur :

1/ la préparation et l'animation des séances d'entraînement, pendant lesquelles il garantit le respect des installations et du matériel.

2/ la gestion de l'équipe lors des rencontres suivant l'organisation sportive décidée en début de saison. Seul décideur de la participation des joueurs, il les guide par des consignes « simples », et les soutient dans les moments difficiles. Il favorise le progrès, en intégrant l'erreur comme composante du jeu. Il applique et fait appliquer les règles de bonne conduite sportive qu'impose l'image du club. Son rôle d'exemple nécessite un comportement positif en toutes circonstances, y compris dans un environnement rendu parfois hostile.

Hors du terrain, il veille à la bonne intégration collective de chaque joueur, et lui permet d'évoluer dans un environnement sécurisant.

Pour permettre à ses éducateurs de se perfectionner sur les plans techniques et pédagogiques, l'A.R.C.T investit régulièrement dans leur formation, en finançant des stages diplômants, sous l'égide du District de Football du Maine et Loire et de la ligue Atlantique de football.

Afin de coordonner l'ensemble de son activité, l'A.R.C.T. confie à une commission technique, l'animation de son équipe d'éducateurs.

## -LE DIRIGEANT-ACCOMPAGNATEUR

Il est indispensable au bon fonctionnement du club, et intervient en soutien de l'éducateur, pour lui permettre de se consacrer pleinement à sa mission éducative.

Son rôle devient complexe quand la fonction se cumule à celle de parent (pour certaines catégories, le club ajoute un dirigeant accompagnateur référent (non parent).)

Pour le bien du groupe d'enfants, il devra faire abstraction de son lien de parenté, dans ses comportements et ses propos.

Il sert aussi de repère pour les enfants. Donc, à l'égal de l'éducateur, son attitude doit être exemplaire en toutes circonstances, en évitant critiques et contestations.

Il doit, comme l'éducateur, obtenir un respect permanent de la part des enfants et des parents.

## -LES PARENTS

Leur investissement est indispensable pour conforter l'enfant dans ses progrès, et garantir son épanouissement.

**ARCT FOOTBALL, 5 Rue du stade, 49230 Tillières**

Tillières, Stade municipal : 02.41.70.43.59

St Crespin, Stade municipal : 02.41.70.04.67

La Regrippière, Stade des Doves : 02.40.33.63.02

Site officiel : [www.arctfoot.com](http://www.arctfoot.com)

e-mail : [arct@arctfoot.com](mailto:arct@arctfoot.com)



Le respect des horaires d'entraînement et de convocation pour les matchs, ainsi que la communication des informations nécessaires au bien-être de l'enfant, constituent une aide précieuse pour l'éducateur, dans sa mission pédagogique.

Les parents doivent donc être tenus informés du fonctionnement du club, ainsi que des valeurs à véhiculer, afin que leur comportement, en tant que spectateurs, serve au mieux l'image du club.

Souvent centré sur la progression de leur propre enfant, il peut leur arriver d'occulter l'intérêt général de l'équipe, qui constitue la principale préoccupation de l'éducateur.

En aucun cas, il ne doit s'autoriser à intervenir, pendant les rencontres et les entraînements, auprès de son enfant, de l'éducateur ou du dirigeant-référent.

Tout mécontentement doit être exprimé à l'éducateur ou au dirigeant-référent, hors de la présence de son enfant et des autres joueurs.

Leur aide est vitale pour le club dans l'organisation des déplacements, et des rencontres sportives, ainsi qu'à l'occasion de manifestations extra-sportives, organisées par L'A.R.C.T. pour garantir sa pérennité, et développer ses structures, au bénéfice du joueur.

-L'ORGANISATION DE L'ECOLE DE FOOTBALL

-LE POLE EVEIL-INITIATION « APPRENDRE PAR LE JEU »

L'EVEIL concerne les U6, U7, U8, U9, soit les enfants de 5 à 9 ans.

A ce stade, l'objectif est de faire découvrir les bases du football, à des enfants dont la seule préoccupation repose sur le jeu.

Sur le plan technique, tous les enfants cherchent à s'approprier le ballon, et éprouvent des difficultés à le « lâcher » pour servir les copains. On constate donc, tout naturellement, dans le jeu, un effet « grappe » autour du ballon.

Sur le plan physique, l'enfant, faiblement coordonné, adore courir, mais ne sait doser ses efforts. Il reste faiblement exposé aux blessures, sur la base d'une musculature très « souple ».

L'objectif de l'éducateur, pour la découverte du football, est d'animer des ateliers ludiques où cohabitent des jeux à thème, avec ballon, et des jeux de coordination athlétique, à base de vitesse. Pour l'enfant, dans tout jeu, il y a un vainqueur. Il est donc primordial que chaque jeu fasse gagner des points, pour satisfaire l'envie d'être vainqueur, sans pour autant se comparer aux autres de manières abusives.

Dans ces catégories, l'A.R.C.T. ouvre ses portes au plus grand nombre, sans aucun esprit sélectif.

Les rencontres du Samedi, animées sous forme de plateaux, sont ouvertes aux licenciés, dont l'âge minimum est de 5 ans. Les scores ne sont pas comptabilisés et il y a plusieurs ateliers d'éveil, en marge des matchs.

**ARCT FOOTBALL, 5 Rue du stade, 49230 Tillières**

Tillières, Stade municipal : 02.41.70.43.59

St Crespin, Stade municipal : 02.41.70.04.67

La Regrippière, Stade des Doves : 02.40.33.63.02

Site officiel : [www.arctfoot.com](http://www.arctfoot.com)

e-mail : [arct@arctfoot.com](mailto:arct@arctfoot.com)



L'INITIATION concerne les U10, U11, U12, U13, soit les enfants de 10 à 13 ans.

Cette étape est l'âge d'or des acquisitions techniques et motrices.

En effet, l'enfant reste toujours très « joueur », mais son envie de progresser, d'apprendre, son développement de l'esprit collectif et de sa coordination physique, autorisent les éducateurs à la mise en place de séances basées sur :

- un travail technique, avec des ateliers à thème, qui permettent à l'enfant une grande répétition des gestes basiques.
  - un travail athlétique, où l'endurance (avec ballon) s'ajoute à des ateliers de coordination-vitesse, animés sous forme de jeu.
  - du jeu à thème, ludiques, avec ballon.
- une initiation aux étirements, pour apprendre aux enfants l'importance de la récupération après l'effort, et de l'entretien musculaire pour prévenir le risque de blessures.

Les rencontres du Samedi permettent aux éducateurs d'évaluer l'acquisition des bases travaillées aux séances d'entraînement. Il est donc vital que les enfants soient assidus à ces séances (« On joue comme on s'entraîne »), et se rendent disponibles pour le match du Samedi, qui permet le progrès, par la confrontation.

Lors de ces rencontres, le score est toujours placé au second plan, derrière la progression individuelle et collective.

**LES COMPOSITIONS D'EQUIPE** : être juste et pertinent

Les effectifs, parfois importants, obligent les éducateurs à opérer une sélection.

L'objectif prioritaire est de faire jouer tous les enfants, sur la base minimum d'une mi-temps par rencontre, le plus régulièrement possible. Les temps de jeu se répartissent ensuite en fonction des aptitudes démontrées par l'enfant, lors des séances d'entraînement, et non dans la volonté que les « meilleurs » jouent pour faire gagner l'équipe. A noter que depuis l'évolution des catégories d'âge, l'aspect compétition est un peu plus mis en avant à partir des U13. Le club tient à souligner qu'il s'adaptera aux consignes de la DTN (direction technique nationale).

A ce stade de leur formation, les rencontres permettent avant tout de mesurer les progrès de l'enfant.

Chez les enfants en plus grande difficulté sur le plan du jeu, la recherche de progrès se déroule lors des séances d'entraînement, et non durant les rencontres, où son plus faible niveau peut entraîner une « mise à l'écart » naturelle, de la part des autres enfants.

Ce comportement risquant de « bloquer » davantage encore sa progression, l'éducateur veille à lui accorder une attention soutenue pour permettre sa « mise à niveau ».

Nos éducateurs et dirigeants intègrent également dans le choix des compositions d'équipe, la notion d'« ESPRIT de GROUPE », qu'il est vital de développer sur le plan mental, pour répondre aux exigences futures d'un sport collectif.

Dans le choix du niveau de jeu, l'A.R.C.T. veille à inscrire ses équipes face à une adversité relevée.

L'enfant est compétiteur par nature. Il joue pour gagner. Cet

« esprit de gagne » doit être cultivé, mais la victoire face à une faible adversité freine le progrès.

**ARCT FOOTBALL, 5 Rue du stade, 49230 Tillières**

Tillières, Stade municipal : 02.41.70.43.59

St Crespin, Stade municipal : 02.41.70.04.67

La Regrippière, Stade des Doves : 02.40.33.63.02

Site officiel : [www.arctfoot.com](http://www.arctfoot.com)

e-mail : [arct@arctfoot.com](mailto:arct@arctfoot.com)



-LE FOOT A 11  
-LE POLE FORMATION  
« ENSEIGNER LE JEU AVANT L'ENJEU »

Il intègre les catégories de U14 à U17. Fort des bases acquises précédemment, le joueur entre dans l'aire du football à 11, où commence sa préparation progressive à l'intégration des équipes Seniors.

Si l'esprit de compétition devient bien présent, le jeu prévaut toujours sur tous les enjeux sportifs.

«LE JEU, C'EST LE PLAISIR DE SE COMPRENDRE... »  
« C'EST PAR LE JEU, QUE LES JOUEURS PROGRESSENT »

Ces catégories voient s'intensifier progressivement le travail physique, en parallèle d'un travail technique répétitif, visant à perfectionner les acquisitions.

Le plan tactique est aussi mis en éveil dès la catégorie des U14, pour permettre aux enfants de trouver leurs repères sur une aire de jeu plus étendue.

Dès cette catégorie, le volume d'efforts à fournir pour progresser, impose à l'enfant une grande motivation. C'est un passage difficile pour certains jeunes joueurs. L'écart entre les joueurs ayant acquis les bases du jeu, et ceux plus en difficulté, s'accroît. S'ajoute une étape de maturité, chez les jeunes joueurs, qui influe sur leurs comportements.

Pour faire face à ces exigences, l'A.R.C.T. développe, sur ce pôle, une stratégie basée sur :

- des éducateurs expérimentés, présents à l'entraînement comme en match, aptes à enseigner un travail technique, athlétique et tactique, sur un dosage progressif, tout en veillant à l'épanouissement du joueur.
- la mise en place de plusieurs équipes suivant les effectifs dans les catégories, pour satisfaire l'esprit de compétition et la marge de progression des meilleurs, tout en permettant aux enfants moins « maîtrisant » ou moins « compétiteurs » de trouver une réponse à leur envie de jouer, dans un championnat à leur niveau.

Il est vital, pour notre club, de développer un esprit de compétition, pour nous permettre de conserver nos meilleurs joueurs, et ainsi, bénéficier de tout le travail effectué pendant l'initiation. Aussi, nous nous montrerons progressivement plus ambitieux.

En parallèle, il est tout aussi vital pour le club, que des enfants inscrits dans sa culture, ses valeurs, continuent de s'épanouir sous ses couleurs, malgré des aptitudes moindres. La même attention et les mêmes moyens seront investis dans le bon fonctionnement de ces équipes « bis », constituées avec des joueurs du club mais aussi parfois en entente avec un autre club ayant des effectifs trop importants.

-POLE POST-FORMATION-SENIORS-LOISIRS

LES U19 : une étape de transition

L'objectif de l'ARCT pour cette catégorie est de la maintenir dans le futur afin de préserver un vivier de joueurs suffisant pour l'aspect qualitatif et quantitatif de nos équipes seniors, malgré les difficultés existantes de cette génération (démographie-études-évolution de la société...). Elle devrait au contraire être utilisée comme une force pour notre club afin d'attirer d'éventuels joueurs à la recherche de club disposant d'équipes U19.

**ARCT FOOTBALL, 5 Rue du stade, 49230 Tillières**

Tillières, Stade municipal : 02.41.70.43.59

St Crespin, Stade municipal : 02.41.70.04.67

La Regrippière, Stade des Doves : 02.40.33.63.02

Site officiel : [www.arctfoot.com](http://www.arctfoot.com)

e-mail : [arct@arctfoot.com](mailto:arct@arctfoot.com)



## LES SENIORS

Dernière étape dans le parcours du joueur-compétiteur, cette catégorie est l'aboutissement du parcours de formation du footballeur. Pour le club, il est important de trouver un équilibre entre les 4 points suivants :

-Niveau de l'équipe première : Avoir l'ambition d'évoluer le plus haut possible en fonction du nombre de licenciés dans le club. Pour cela, l'investissement des joueurs dans la semaine et le week-end est primordial. Il doit avoir un comportement sportif et véhiculer une bonne image du club.

-Club formateur : Un club formateur doit s'appuyer comme son nom l'indique sur la formation. Plus de joueurs issus de la formation au sein du club seront présents en équipe première, plus le projet du club sera cohérent.

-Recrutement : Aspect également très important, le niveau et le comportement de l'équipe première doit également permettre au club de pouvoir attirer des joueurs formés dans les clubs environnants, afin de combler éventuellement à un déficit quantitatif et/ou qualitatif à certaines périodes (trous générationnels, arrêts, départs de joueurs cadres à des niveaux supérieurs)

-Equipes réserves : La quantité et la qualité des équipes réserves sont des éléments également importants pour le club. Des équipes au sein desquelles tout le monde peut y trouver sa place, afin d'obtenir une catégorie compétitive et cohérente.

## LES LOISIRS

Catégorie « annexe » mais également à considérer dans le club, elle doit permettre aux joueurs qui n'ont pas suivi un parcours de formation, ou en fin de carrière, de pratiquer leur sport favori en toute simplicité, mais toujours dans le respect des règles de vie collectives, sans empiéter sur le groupe seniors.

## -CONCLUSION

L'A.R.C.T. arrivera ainsi au terme d'un long parcours de formation, pendant lequel la compétence pédagogique et technique des éducateurs, ajoutée à un lourd investissement en temps, permet de respecter chaque étape, au rythme de l'individu.

La réussite de ce parcours exige une relation permanente, basée sur l'échange et la confiance, entre tous les acteurs (sportifs et extra-sportif), et notamment entre les joueurs, les parents, les dirigeants et les éducateurs.

Comme tout projet, il est important de se fixer des étapes pour atteindre les objectifs définis, et de savoir se montrer patient, à la fois avec les joueurs, mais aussi avec les dirigeants, qui œuvrent en complet bénévolat, en marge d'activités professionnelles et personnelles.

**ARCT FOOTBALL, 5 Rue du stade, 49230 Tillières**

Tillières, Stade municipal : 02.41.70.43.59

St Crespin, Stade municipal : 02.41.70.04.67

La Regrippière, Stade des Douves : 02.40.33.63.02

Site officiel : [www.arctfoot.com](http://www.arctfoot.com)

e-mail : [arct@arctfoot.com](mailto:arct@arctfoot.com)