

Formation continue des éducateurs du foot d'animation du samedi 17 janvier 2015





ORDRE DU JOUR



MATIN

- Ouverture / Présentation
- Réflexions / Echanges
 - 1) Le programme éducatif Fédéral et son utilisation
 - 2) Réflexion sur l'utilité du foot à 5 et du foot à 8

REPAS

APRES MIDI

- Observation d'une séance d'entraînement U12-U13 avec les nouveaux procédés d'entraînement et la pédagogie adaptée (CFF1, 2 et 3)
- Réflexion et discussion autour de ces procédés

CLOTURE



REFLEXIONS ET ECHANGES



L'utilité du foot à 5 et du foot à 8



TRAVAIL DE GROUPE



PAR GROUPE (20 min):

8 GROUPES

Réflexion sur les apprentissages d'une catégorie :
Technique / Physique, Tactique / Psychologique

Les différents systèmes de jeu sur cette catégorie et
leurs intérêts



Les apprentissages par catégorie



FOOT A 5

Cat.	Technique	Tactique	Psychologique	Physique
U6 U7	<p>Conduite de balle</p> <p>Passe</p> <p>Contrôle</p> <p>Tir</p>	<p>Reconnaitre l'espace et le sens du jeu</p> <p>Repérer le partenaire</p> <p>Reconnaitre l'adversaire</p>	<p>Se concentrer sur une tache</p> <p>Identifier les règles du jeu</p> <p>Vie de groupe</p>	<p>Courir</p> <p>sauter</p> <p>s'équilibrer</p> <p>s'orienter</p> <p>se latéraliser</p>
U8 U9	<p>Prise de balle et enchainement</p> <p>Les différentes passes</p> <p>Les conduites et enchainement</p> <p>Les tirs</p> <p>Les dribbles</p> <p>Duel défensif</p> <p>La jonglerie</p>	<p>Agrandir l'espace de jeu en largeur et profondeur (occupation du terrain)</p> <p>Se replacer et défendre sur l'axe ballon-but</p> <p>Reformer le bloc equipe</p> <p>Appui / soutien</p>	<p>Recherche de la qualité (concentration)</p> <p>Éducation sportive</p> <p>Esprit d'équipe</p>	<p>Courir</p> <p>sauter</p> <p>s'équilibrer</p> <p>s'orienter</p> <p>se latéraliser</p> <p>Vitesse de réaction</p>



FOOT A 8

Cat.	Technique	Tactique	Psychologique	Physique
U10 U11	<p>Prise de balle et enchaînement</p> <p>Les différentes passes (courtes, longues, centres, dernières passes)</p> <p>Les conduites et enchaînement</p> <p>Remises et déviations</p> <p>Les tirs</p> <p>Les dribbles et enchaînements</p> <p>Utilisation du corps</p> <p>Duel défensif</p>	<p>Agrandir l'espace de jeu en largeur et profondeur</p> <p>Jeu entre les lignes</p> <p>Appui / soutien</p> <p>Dédoublement</p> <p>Changer de rythme (temps fort et faibles)</p> <p>Garder le temps d'avance</p> <p>Se replacer et défendre sur l'axe ballon-but</p> <p>Reformer le bloc équipe</p>	<p>Recherche de la qualité (concentration)</p> <p>Éducation sportive</p> <p>Esprit d'équipe</p> <p>Gout à l'effort</p> <p>Développer l'envie de progresser</p>	<p>Motricité</p> <p>Vitesse de réaction</p> <p>Vitesse de course</p> <p>Vitesse gestuelle</p> <p>Vivacité</p>

FOOT A 8



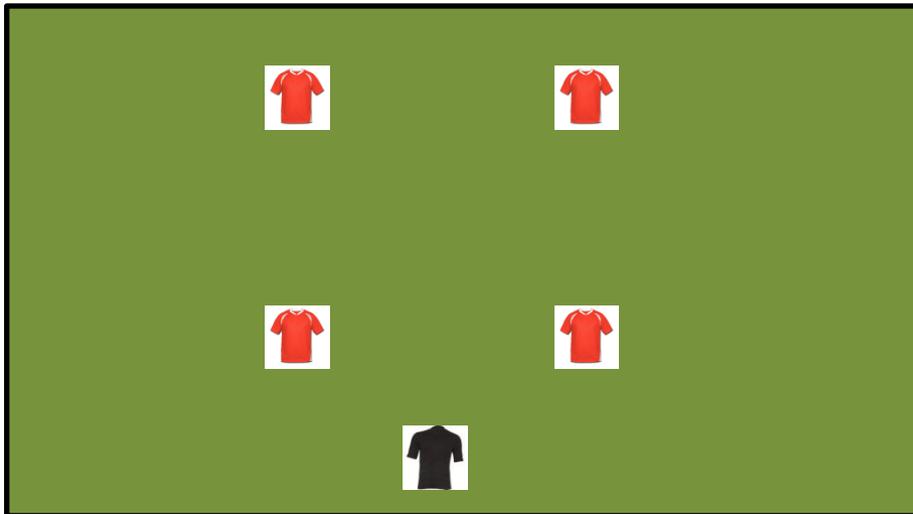
Cat.b	Technique	Tactique	Psychologique	Physique
U12 U13	Prise de balle et enchainement	Agrandir l'espace de jeu en largeur et profondeur		
	Les différentes passes (courtes, longues, centres, dernières passes)	Jeu entre les lignes	Recherche de la qualité (concentration)	Motricité
	Les conduites et enchainement	Fixer dans une zone pour jouer dans une autre	Éducation sportive	Vitesse de réaction
	Remises et déviations	Appui / soutien	Esprit d'équipe	Vitesse de course
	Les tirs	Dédoublement	Gout à l'effort	Vitesse gestuelle
	Les dribbles et enchainements	Changer de rythme (temps fort et faibles)	Développer l'envie de progresser	Vivacité
	Jeu de volée	Garder le temps d'avance	Développer l'autonomie et donner des responsabilités	Endurance (à travers les jeux)
	Jeu de tête	Se replacer et défendre sur l'axe ballon-but		Etirements / gainage
	Utilisation du corps	Reformer le bloc équipe		
	Duel défensif			



Les différents systèmes de jeu du foot à 5

2 – 2

- Différencier les positions de défenseurs et d'attaquants
 - Déplacement de l'équipe ensemble



1 – 2 – 1

- Différencier les positions de défenseur, de milieu et d'attaquant
 - Bonne occupation de la largeur et de la profondeur
 - Développer le jeu sur les côtés
 - Notion d'appui et de soutien



2 – 1 – 1

- Différencier les positions de défenseur, de milieu et d'attaquant
 - Notion d'appui et de soutien





Les différents systèmes de jeu du foot à 8

3 – 3 – 1

- Bloc équipe équilibré, permet de travailler le déplacement du bloc équipe
 - Bonne occupation de la largeur et de la profondeur
 - Relation appui-soutien dans toutes les zones
- Jeu combiné dans les couloirs (dédoublément, 1-2...)
- Favorise la relance du gardien (plus de solutions)



DEFENSIVEMENT

▲ Les + (s'opposer à la progression)

- Bloc équipe équilibré. Doit permettre d'être en permanence à distance pour cadrer.

- Favorise la gestion de la largeur.

▲ Les + (s'opposer pour protéger son but)

- Permet les prises à 2 sur les côtés.



▼ Les - (s'opposer à la progression)

- Manque de densité axiale.

- Courses importantes des milieux excentrés pour conserver le bloc.

▼ Les - (s'opposer pour protéger son but)

- Infériorité dans la surface.

- La gestion de l'axe sur les 2ème temps de jeu.

TRANSITION

▲ Les + (DEF-OFF)

- Possibilité rapide de sortir le ballon sur les côtés.

- Projection rapide vers l'avant et en supériorité.

▲ Les + (OFF-DEF)

- Possibilité de cadrer dès la perte.

▼ Les - (DEF-OFF)

- Tendance à se débarrasser du ballon par manque de relais à l'intérieur du jeu.

▼ Les - (OFF-DEF)

- Bloc coupé en deux si manque d'accompagnement.

- Réactivité dans la fermeture de l'axe.

OFFENSIVEMENT

▲ Les + (conservation et progression)

- Favorise la relance du gardien de but (multiples solutions).

- Occupation de la largeur et profondeur rationnelle.

- Permet de trouver des relations appuis-soutiens dans toutes les zones.

▲ Les + (déséquilibre et finition)

- Favorise la créativité et permet de la liberté pour les joueurs offensifs.

- Invite au jeu combiné dans les couloirs (relation latéral-excentré sur des 1-2 ou dédoublement).

▼ Les - (conservation et progression)

- Être à distance de passe, être vu du porteur et à distance d'un défenseur.

- Manque d'appui haut pour sortir d'une zone de crise (isolement de l'attaquant).

- Ecrasement de l'équipe (manque de profondeur).

▼ Les - (déséquilibre et finition)

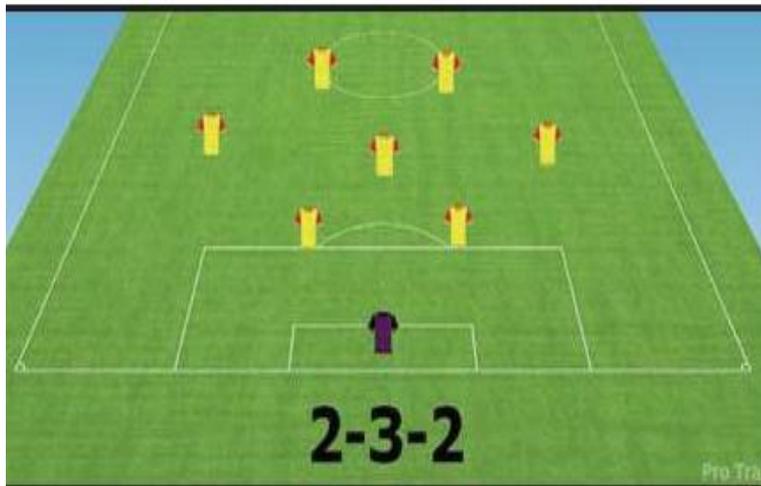
- Manque de présence devant le but.

- Risque de développer un jeu stéréotypé si aucune permutation de joueurs.

- Projection difficile du milieu axial en zone de finition (car plus personne en zone axiale).

2 – 3 – 2

- Densité axiale, notion de cadrage et de couverture
- Recherche d'appui offensif avec conservation des attaquants
 - Appui / soutien avec remises et déviations
 - Alternance jeu court / jeu long
- Création de réseaux de passes (jeu en triangle, angle de passe simplifié)
 - Déplacements et relations entre les joueurs offensif (appel croisé, décrochage/profondeur...)



DEFENSIVEMENT

▲ Les + (s'opposer à la progression)

- Bloc équipe équilibré (peut permettre de jouer haut).
- Offre une densité axiale.

▲ Les + (s'opposer pour protéger son but)

- Permet d'introduire la notion de cadrage et de couverture (joueurs axiaux).

▼ Les - (s'opposer à la progression)

- Infériorité numérique dans les couloirs.
- Cadrage des joueurs de côté adverses.

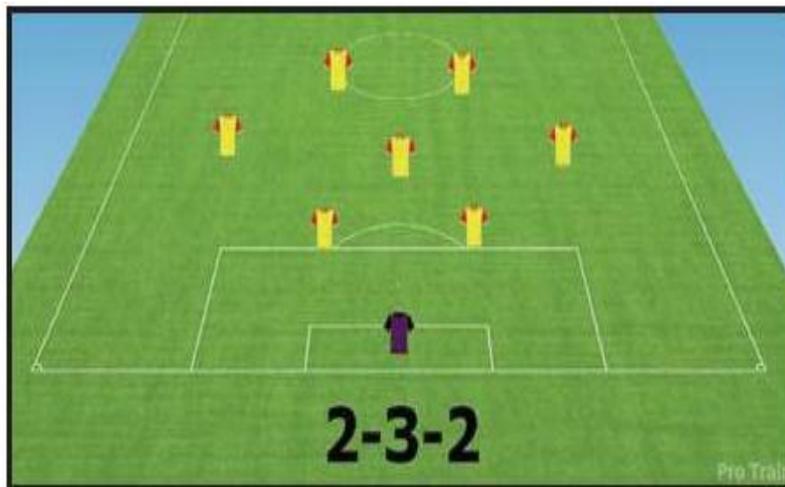
▼ Les - (s'opposer pour protéger son but)

- Gestion de la profondeur dans les couloirs.
- Dézoning des défenseurs sur les déséquilibres.

TRANSITION

▲ Les + (DEF-OFF)

- Possibilité rapide de sortir le ballon sur les 2 attaquants (recherche d'appui pour conserver).



▲ Les + (OFF-DEF)

- Permet d'avoir des garanties défensives (2 + 1).
- Permet un cadrage dès la perte (rôle des attaquants).

▼ Les - (DEF-OFF)

- Impose des courses intensives des milieux pour se projeter et offrir du soutien.

▼ Les - (OFF-DEF)

- Impose des courses intensives de remplacement (milieux).
- Impose une grande vigilance de tous les joueurs pour conserver l'équilibre (compensation).

OFFENSIVEMENT

▲ Les + (conservation et progression)

- Favorise la progression du ballon (réseaux en triangle et angles de passes intéressants).
- Offre des appuis et soutiens au porteur.
- Favorise l'alternance jeu court/jeu long.

▲ Les + (déséquilibre et finition)

- Permet de trouver des déplacements complémentaires.

- Invite au jeu combiné dans la recherche du déséquilibre (relation des 2 attaquants à développer).
- Présence devant le but.

▼ Les - (conservation et progression)

- Tendance à concentrer le jeu dans l'axe. Solutions latérales plus difficiles à trouver (infériorité).
- Ecrasement de l'équipe (si manque de profondeur).

▼ Les - (déséquilibre et finition)

- Difficile de créer de l'incertitude et de combiner sur les côtés (dédoublement).

3 – 2 – 2

- Utilisation de la largeur
- Incertitude permanente avec la position des joueurs offensif (dézonage)
 - Fixer dans une zone pour jouer dans une autre
 - Jeu combiné dans les couloirs (jeu à 2, à 3, dédoublement
 - Jeu dans la profondeur (appel des attaquants rentrant)
- Percussion axiale des milieux, les milieux se projettent devant le but



DEFENSIVEMENT

▲ Les + (s'opposer à la progression)

- Offre une base défensive sécurisante (3 + 2).
- Permet de casser la ligne de passe axe-latéral.

▲ Les + (s'opposer pour protéger son but)

- Supériorité aux abords de la surface.
- Permet le harcèlement du porteur adverse et son orientation sur les côtés.

▼ Les - (s'opposer à la progression)

- Cadrage des défenseurs axiaux.

▼ Les - (s'opposer pour protéger son but)

- Efficacité de l'action des attaquants dans le lien avec le bloc.

TRANSITION

▲ Les + (DEF-OFF)

- Possibilité rapide de sortir le ballon sur les côtés, voire dans la profondeur.

▲ Les + (OFF-DEF)



- Permet de garder des garanties d'équilibre défensif.

▼ Les - (DEF-OFF)

- Pas de solution d'appui ou de jeu long axial.

▼ Les - (OFF-DEF)

- Courses importantes de remplacement des attaquants.

OFFENSIVEMENT

▲ Les + (conservation et progression)

- Favorise l'utilisation de la largeur.
- Possibilité de créer de l'incertitude en permanence par le positionnement des attaquants et milieux.

- Permet de fixer dans une zone pour jouer dans une autre.

▲ Les + (déséquilibre et finition)

- Permet plus de créativité pour les joueurs offensifs.
- Invite au jeu combiné sur les côtés (relation à 3 latéral-milieu-attaquant).
- Courses dans la profondeur des attaquants vers le but.
- Permet à l'un des deux milieux axiaux de se projeter devant le but.

- Animation qui pose un problème à l'adversaire.

▼ Les - (conservation et progression)

- Pas d'appui de fixation axe et haut sur le terrain.
- Peut favoriser l'écrasement du jeu par un manque de profondeur.

▼ Les - (déséquilibre et finition)

- Coordination difficile entre les deux attaquants.
- Manque de présence devant le but (1er poteau ou retrait).

2 – 4 – 1

- Notion de couverture et défense en zone
- Utilisation de la largeur et possibilité de jouer en 2 lignes au milieu
 - Fixer dans une zone pour jouer dans une autre
- Jeu combiné dans l'axe (appui – soutien pour chercher un 3^{ème} joueur)
- Percussion axiale des milieux, les milieux se projettent devant le but



DEFENSIVEMENT

▲ Les + (s'opposer à la progression)

- Offre une base défensive sécurisante.
- Permet d'introduire la notion de couverture et de défense en zone.

▲ Les + (s'opposer pour protéger son but)

- Supériorité aux abords de la surface.
- Permet d'aborder la notion de couverture des axiaux.

▼ Les - (s'opposer à la progression)

- Infériorité numérique dans les couloirs.
- Gestion de la profondeur dans les couloirs.

▼ Les - (s'opposer pour protéger son but)

- Le dézonage des joueurs axiaux pour compenser, peut fragiliser la stabilité défensive.

TRANSITION

▲ Les + (DEF-OFF)

- Solutions multiples pour conserver le ballon.

▲ Les + (OFF-DEF)

- Offre une garantie défensive de 2 + 1 dans l'axe.



- Permet des compensations.

▼ Les - (DEF-OFF)

- Manque de profondeur avec 1 seule pointe.

▼ Les - (OFF-DEF)

- Permet difficilement de s'opposer dès la perte.

OFFENSIVEMENT

▲ Les + (conservation et progression)

- Permet le maintien de la largeur et de la profondeur.
- Offre du soutien en permanence au porteur de balle.
- Permet aux milieux de jouer en 2 lignes.
- Permet de fixer dans une zone pour jouer dans

une autre.

▲ Les + (déséquilibre et finition)

- Invite au jeu combiné dans l'axe (relation appui-soutien-3ème avec un triangle modulable des 2 milieux + attaquant).
- Permet la projection d'un des 2 milieux de terrain axiaux.

▼ Les - (conservation et progression)

- Tendance à développer un jeu axé (1 solution côté).
- Manque d'incertitude dans la recherche d'appui haut.
- Isolement de l'attaquant.

▼ Les - (déséquilibre et finition)

- Coordination entre l'attaquant et les autres joueurs (jeu qui peut devenir stéréotypé).
- Manque d'incertitude dans la prise de profondeur.
- Course en profondeur de l'attaquant désaxé du but.



BILAN

- NOUS AVONS VU QU'IL EXISTE DIFFERENTES ORGANISATIONS DE JEU,
LE SYSTEME DE JEU :

- Sert à mettre en application l'entraînement
 - N'est pas gage de victoire
- Doit être utiliser pour faire progresser ses joueurs et son équipe (collectivement et individuellement)
- LES JOUEURS DOIVENT ETRE UTILISE A DIFFERENTS POSTES (PAS DE SPECIALISATION AU POSTE)
- L'EDUCATEUR DOIT UTILISER TOUS CES OUTILS POUR FAIRE PROGRESSER CES JOUEURS ET NE PAS PENSER QU'AUX RESULTATS DU MATCH DU JOUR
- NE PAS VOULOIR SAUTER LES ETAPES, LES INTERETS DE CHAQUE FOOTBALL A 5 ET A 8



QUESTIONS DIVERSES

L'entraînement





Plan de Séance U13

Séance par atelier

Partie	Durée	Procédés d'entraînement	Objectifs	Méthodes pédagogiques
1	10'	Au choix	S'échauffer	Au choix
2	20'	Les jeux	S'approprier les règles d'action collectives	Pédagogie Active
5' : Hydratation - Récupération				
3	20'	Les situations	S'approprier les règles d'action individuelles et collectives	Pédagogie Active
4	20'	Les exercices	Perfectionner les moyens techniques et/ou athlétiques	Pédagogie Directive
5' : Hydratation - Récupération				
5	20'	Les jeux	Transférer les règles d'action et les moyens techniques	Pédagogie Active
5' : Bilan de la séance – Plaisir, concentration, objectifs				



Les méthodes pédagogiques

Les Procédés d'entraînement	Les Méthodes pédagogiques	L'éducateur	Le Joueur
LES JEUX	PEDAGOGIE ACTIVE Laisser jouer Observer Questionner	Aménage l'espace et le nombre de joueurs Communique le but et les consignes Laisse découvrir	S'adapte au jeu Découvre des solutions Construit des réponses adaptées aux contraintes
LES SITUATIONS	PEDAGOGIE ACTIVE Faire répéter l'action Questionner Orienter	Aménage l'espace et le nombre de joueurs Communique le but et les consignes Utilise les « arrêts flash »	S'adapte au problème Met en œuvre des solutions
LES EXERCICES	PEDAGOGIE DIRECTIVE Expliquer - Démontrer Faire répéter les gestes	Communique le but et les consignes Utilise la démonstration pour corriger	Exécute les gestes techniques Il imite

ANIMER EN PERMANENCE : VALORISER, STIMULER, SECURISER

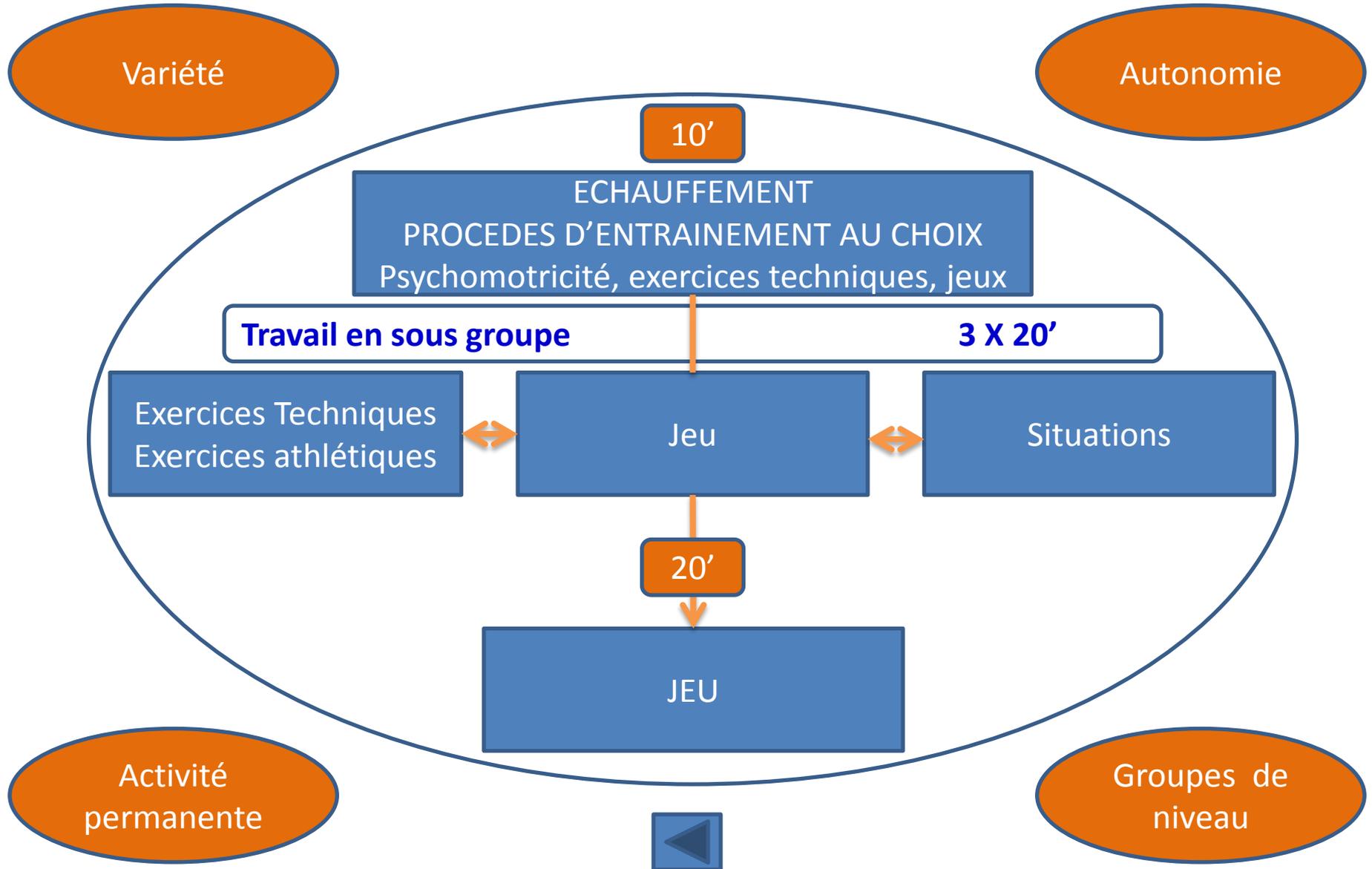


Les procédés d'entraînement

Les procédés d'entraînement	Définition	Invariants	Organisation souhaitée	Intérêts
Les jeux Pédagogie active	Forme de travail basée en priorité sur une égalité numérique (+ ou - un) avec des objectifs et des buts communs	Sens de jeu Partenaires Adversaires Ballon	Phase de jeu : Communiquée aux joueurs Objectifs : Non communiqués aux joueurs Buts et consignes : Communiqués aux joueurs	Le joueur s'adapte aux contraintes du jeu Il découvre des solutions Il construit des réponses adaptées
Les situations Pédagogie active	Forme de travail basée en priorité sur la répétition d'actions de jeu en inégalité numérique (ex : ligne – 2c1...) avec des objectifs et buts différents	Sens de jeu Partenaire(s) Adversaire(s) Ballon	Phase de jeu : Communiquée aux joueurs Objectifs : Communiqués aux joueurs Buts et consignes : Communiqués aux joueurs	Le joueur est confronté à un problème qu'il doit résoudre en répétant l'action de jeu
Les exercices Pédagogie directive	Adaptatifs Travail à choix multiple (gestes ou joueurs) enrichi avec des prises d'information plus importantes	Sens de jeu Partenaire(s) Sans Adversaire (sauf duels) Ballon Choix (gestes ou joueurs)	Phase de jeu : Communiquée aux joueurs Objectifs : Communiqués aux joueurs Buts et consignes : Communiqués aux joueurs	Le joueur exécute le mouvement ou les gestes techniques Il imite ou copie Il se corrige par la répétition du geste
	Analytiques Forme de travail de base avec une prise d'information faible (Joueur -> ballon)	Sens de jeu ou pas Partenaires ou pas Ballon		



Organisation d'une séance U13 – Effectif > 20





PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

« Respect Tous Terrains »

« Sois foot, joue dans les règles ! »

Santé

Engagement
citoyen

Environnement

Fair-play

Règle du jeu et
arbitrage

Culture foot

Les Enjeux

OBJECTIF : Capitaliser sur les vertus éducatives du football et promouvoir une opération pédagogique

1

Apporter un soutien aux clubs et les aider à jouer leur rôle éducatif

2

Sensibiliser les licencié(e)s et leur entourage sur les valeurs fondamentales du football

3

Restaurer l'image perçue du football auprès du grand public et des collectivités territoriales

Principes généraux



Qui ?

- TOUS LES CLUBS AYANT DES ÉQUIPES DE JEUNES DE 5 À 18 ANS.
- TOUS LES JOUEURS, DE TOUTES LES ÉQUIPES DE CHACUN DES CLUBS
- OBJECTIF: 80% DES CLUBS POUR L'EURO 2016

QUOI ?

- **Acquérir des compétences** dans le domaine éducatif en suivant une planification organisée sur la saison et adaptée aux 3 périodes d'âge.

COMMENT ?

- **L'éducateur**, en collaboration avec le **référént du club**, fait passer des messages spécifiques et propose des actions en relation avec les 6 thèmes du Programme Educatif Fédéral.

Méthodologie



5 principes de fonctionnement simples...

Proposer des actions simple nécessitant peu de temps

Intégrer tous les acteurs impliqués dans le projet du club

Mettre en avant et insister sur la force de la répétition

Valoriser le projet du club et ses actions

Promouvoir les valeurs défendues par le football

Clubs de l'Essonne engagés

ARPAJONNAIS RC	MONTGERON ES
ATHIS MONS FC	PALaiseau US
BONDOUFLE AMC	PAYS DE LIMOURS
BRETIgNY FOOT CS	RIS ORANGIS US
BREUILLET FC	SERMAISE FC
BRUNOY FC	SOISY SUR SEINE AS
CORBEIL ESSONNES AS	SAINt MICHEL SPORTS
DRAVEIL FC	SAINt VRAIN FC
EPINAY SUR ORGE SC	VAL YERRES CROSNE
EVERY FC	VERIERES LE BUISSON TU
FLEURY MEROGIS US	VIGNEUX CO
GRIGNY US	VILLABE ES
IGNY FC	WISSOUS FC
LONGJUMELLOISE JS	FCF JUVISY
LONGJUMEAU FC	VAL D'ORGE FCF
MILLY LA FORET FC	



Organisation du Classeur



**Une feuille de
route éducative**

**Des Fiches
Pédagogiques**



**Des outils
complémentaires**

**Des Fiches de
Référence**

Les 6 thématiques du programme

LES REGLES DE VIE

THEME 1

SANTE

THEME 2

ENGAGEMENT
CITOYEN

THEME 3

ENVIRONNEMENT

LES REGLES DE JEU

THEME 4

FAIR-PLAY

THEME 5

REGLES DU JEU ET
ARBITRAGE

THEME 6

CULTURE FOOT

Feuille de route éducative

Septembre/Octobre	Novembre/Décembre	Janvier/Février	Mars/Avril	Mai/Juin
LE PLAISIR	LE RESPECT	L'ENGAGEMENT	LA TOLERANCE	LA SOLIDARITE
Faire son sac et bien s'équiper	Economiser l'eau	Réduire sa consommation d'énergie	S'enrichir de la diversité au sein de l'équipe	Supporter son équipe en respectant les autres
Saluer les personnes de son environnement	Respecter ses partenaires et son éducateur	Connaître les règles essentielles du jeu	Identifier la nature des déchets	Porter les valeurs du foot
Respecter le cadre de fonctionnement collectif	Prendre une douche après l'effort	Utiliser des transports écoresponsables	S'interdire toutes formes de discriminations	Connaître les méfaits du tabac
Découvrir et assumer le rôle de capitaine	Prioriser le projet collectif	Triier ses déchets	Jouer sans tricher	Adapter son sommeil à l'activité
Connaître les fautes à ne pas commettre	Respecter les adversaires	Partager sa connaissance du foot	Faire preuve de volonté de progresser	S'alimenter pour jouer
S'hydrater pour jouer	Tenir le rôle d'arbitre assistant	Avoir l'esprit club	Respecter et comprendre les sanctions de l'arbitre	Porter les valeurs du foot
		Maîtriser la règle du hors-jeu		
Bien s'échauffer en autonomie (p...)	Se déplacer en toute sécurité	Connaître les parcours pour devenir éducateur, arbitre	Réduire sa production de déchets	Connaître les méfaits de l'alcool
Laisser les installations en bon état	Utiliser à bon escient les réseaux sociaux	Gérer et arbitrer une rencontre futsal	S'impliquer dans la vie de son club	Connaître les méfaits du cannabis
Se comporter avec élégance sur et en dehors du terrain	Respecter les arbitres	Connaître l'organisation du club	Rester concentré	Etre fidèle à son club
	Connaître les sanctions disciplinaires	Connaître les partenaires du club	Faire preuve d'abnégation et de combativité	Porter les valeurs du foot
	Tenir le rôle d'arbitre central	Connaître l'environnement institutionnel de son club	Connaître le barème des sanctions	

U6 à U9

U10 à U13

U14 à U19

Des fiches Thématiques

Fiches Pédagogiques (Educatrices)

- La période d'âge ciblée
- La compétence à acquérir (titre de la fiche)
- Les constats et enjeux
- La mission de l'éducatrice (encadré)
- Les actions à mettre en place
- Les messages clés
- Le renvoi vers la fiche de référence

Fiche de Référence (Licenciés et/ou parents)

- Complément essentiel à la fiche pédagogique
- Fiche à distribuer

Programme Educatif Fédéral



TRAVAIL DE GROUPE



Travail de groupe

MISE EN PLACE D'UNE ACTION (15min)

- La période d'âge ciblée
- Qui intervient ?
- Quand ?
- Où ?
- Comment ?

RESTITUTION (5min)



Travail de groupe

QUELQUES PISTES

- **Qui intervient ?** Référents éducatif, éducateurs, dirigeants, parents et / ou joueurs
- **Public ?** Éducateurs, parents et / ou joueurs
- **Quand ?** Pendant un entraînement, un match, une réunion, un stage, une action spécifique...
- **Où ?** Sur le terrain, aux vestiaires, au club house....
- **Comment ?** Des messages, de l'affichage, documentations, outils vidéo, jeu / quizz, action spécifique.....



Programme Educatif Fédéral

Les Règles de vie

Thème « Santé »

U10 U13

S'hydrater pour jouer

5 Conseils en 5 étapes
Le water polo est un sport exigeant. Pour rester performant et éviter les blessures, il est essentiel de bien s'hydrater avant, pendant et après le match.

1. Préparer son corps
Boire suffisamment d'eau avant le match pour éviter la déshydratation.

2. Adapter son hydratation
Boire régulièrement pendant le match, même si on n'a pas soif.

3. Adapter son hydratation
Boire régulièrement pendant le match, même si on n'a pas soif.

4. Adapter son hydratation
Boire régulièrement pendant le match, même si on n'a pas soif.

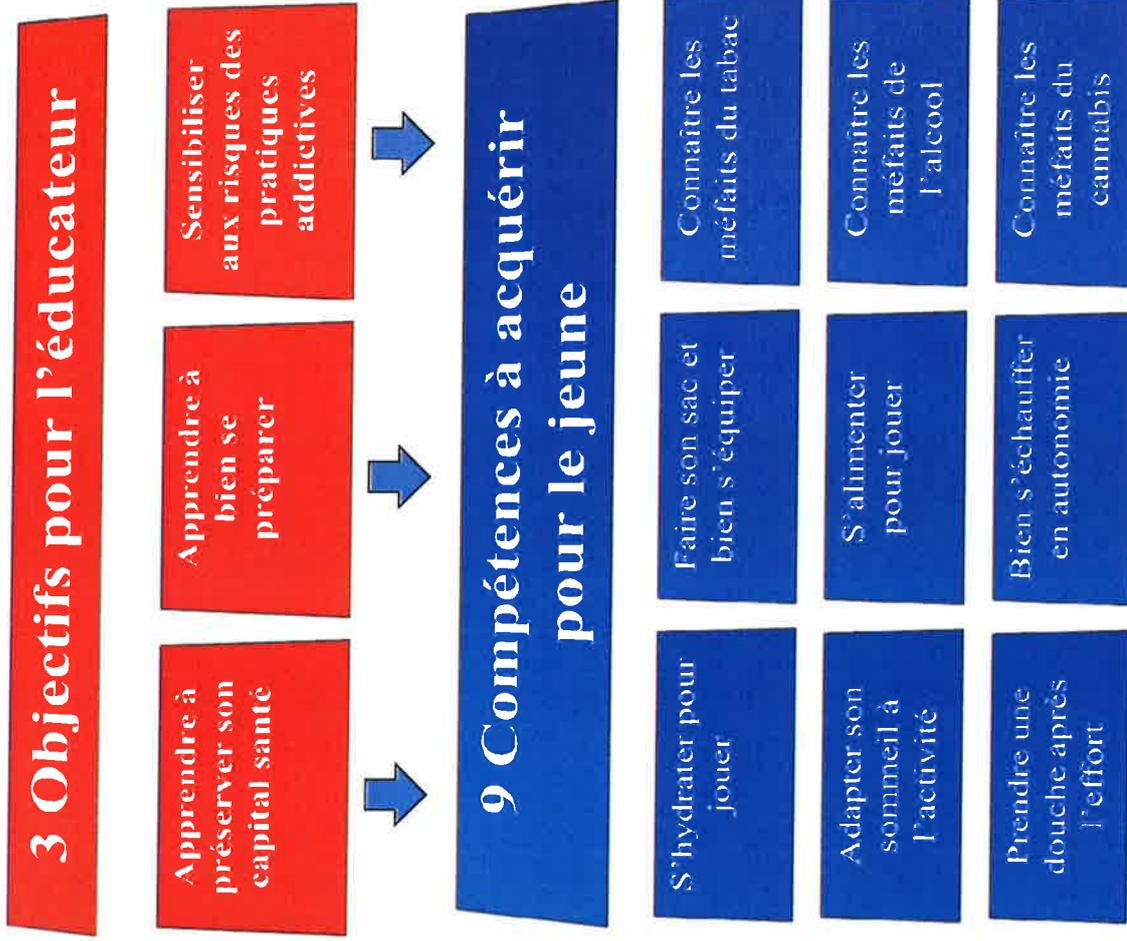
5. Adapter son hydratation
Boire régulièrement pendant le match, même si on n'a pas soif.

U10 U13

Bien boire c'est essentiel

Les boissons recommandées à adopter
L'eau est la meilleure boisson pour rester hydraté. On peut aussi boire du jus de fruits ou des boissons sportives.

Les boissons à éviter
Les boissons sucrées, les boissons alcoolisées et les boissons énergiscentes.



Exemple « Fiche Pédagogique »

U14
U19

Connaître les méfaits du cannabis



Constat et enjeux

Le cannabis est le produit **illicite** le plus largement consommé en France, surtout par les jeunes. En France, 39% des 15-16 ans déclarent avoir déjà expérimenté au moins une fois le cannabis. Dans un contexte sportif, cette consommation s'assimile à une conduite dopante. La consommation de cannabis est néfaste pour l'organisme et n'est pas compatible avec une bonne hygiène de vie et une performance sportive.



Mission de l'éducateur

Sensibiliser aux risques de la consommation de cannabis (dopage, addiction, isolement...) et expliquer ce qu'est une conduite dopante.



Propositions de messages clés

- « On peut être performant sans avoir recours à des produits grâce à une hygiène de vie adaptée et un environnement favorable. »
- « On parle de conduite dopante, lorsqu'une substance (médicament, stupéfiant...) est utilisée dans le but de surmonter un obstacle à des fins de performance (sportive ou autre). Le cannabis est sur la liste des produits dopants. »



Action à mettre en place :

- Organiser une séance de questions / réponses entre les licenciés et les éducateurs.



Fiches de référence :

- « Le cannabis : Info ou intox ? »

Recommandation :

- distribuer cette fiche aux licenciés et à leurs parents.
« Le cannabis, on s'informe et on en parle »



Outil de référence :

Clip pédagogique « Et si on en parlait » avec Michel Cymes et Mister V.
A utiliser en présence d'un entraîneur ou d'un encadrant :
<http://www.youtube.com/watch?v=X0s8dbNofTQ>

Exemple « Fiche de Référence »

Le cannabis : info ou intox

U14
U19

Le cannabis : info ou intox ?

Faux !

Le cannabis me déstresse et me rend plus performant sur le terrain.
Fumer du cannabis diminue la lucidité lors d'un match et perturbe la mémoire immédiate.
La consommation de cannabis modifie aussi la perception visuelle, la vigilance et les réflexes.

Le cannabis : info ou intox ?

Vrai !

Le cannabis a des effets néfastes sur la réussite scolaire et la vie sociale. Outre ses effets sur la mémoire et la concentration, le cannabis peut engendrer une perte de volonté et de motivation concernant les études, le sport et les loisirs. Il peut également altérer les relations amicales et familiales.

Le cannabis : info ou intox ?

Faux !

Le cannabis n'est pas vraiment une drogue, ni du dopage.
Le cannabis est un stupéfiant contenant du THC interdit par la loi, un principe actif fort qui agit sur le cerveau et peut rendre psychologiquement dépendant. S'il est repéré lors d'un contrôle antidopage, il entraînera une sanction.

Pourquoi je refuse de me doper ?

- J'ai ma personnalité et je n'en ai pas besoin.
- C'est tricher !
- Les produits sont dangereux pour ma santé.
- Je risque une sanction disciplinaire voir pénale car c'est interdit.

Comment être plus performant sans produit ?

- Une hygiène de vie adaptée (bien dormir, une alimentation saine et variée, ne pas consommer d'alcool, de tabac ni de stupéfiant).
- Être à l'écoute de son corps pour prévenir la fatigue et la douleur.



Programme Educatif Fédéral

Les Règles de Jeu

Thème « Règles du jeu et arbitrage »

U6 U9

Connaître les règles essentielles du jeu

14 **Connaître les règles essentielles du jeu**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance. Les règles essentielles du jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

15 **Apprendre à jouer au football**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

16 **Apprendre à jouer au football**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

17 **Apprendre à jouer au football**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

18 **Apprendre à jouer au football**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

19 **Apprendre à jouer au football**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

3 Objectifs pour l'éducateur

Transmettre la connaissance des règles du jeu

Pratiquer l'arbitrage : Rôle et technique

Connaître et comprendre la sanction

9 Compétences à acquérir pour le jeune

Connaître les règles essentielles de jeu

Respecter et comprendre les décisions de l'arbitre

Connaître les sanctions disciplinaires

Maîtriser la règle du hors-jeu

Tenir le rôle d'arbitre assistant

Tenir le rôle d'arbitre central

Gérer et arbitrer une rencontre de futsal

U6 U9

Conseils pratiques aux éducateurs pour l'apprentissage des règles du jeu

14 **Connaître les règles essentielles du jeu**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

15 **Apprendre à jouer au football**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

16 **Apprendre à jouer au football**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

17 **Apprendre à jouer au football**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

18 **Apprendre à jouer au football**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

19 **Apprendre à jouer au football**

Les règles fondamentales de la séance de jeu sont les mêmes pour tous les niveaux. Elles sont adaptées à l'âge des joueurs et à la durée de la séance.

Zoom sur « actions à mettre en place »



U10
U13

Tenir le rôle
d'arbitre central /
arbitre assistant

Constat et enjeux :

L'apprentissage de l'arbitrage est rarement organisé dans les clubs. Le passage des joueurs par cette fonction est pourtant riche dans son parcours du fait que la connaissance des règles soit meilleure et que cela permette de mesurer la difficulté de la mission. Son enseignement généralisé apaise le climat sur les terrains de football, améliore l'image de la fonction et incite davantage de joueurs à s'orienter vers la fonction officielle d'arbitre.



Mission de l'éducateur :

Promouvoir la fonction d'arbitre assistant



Actions à mettre en œuvre dans le club :

- Faire arbitrer les jeunes à l'entraînement ou en match (s'appuyer sur la fiche annexe)
 - « L'arbitrage par les joueurs à l'entraînement »
- Avoir un discours positif par rapport à la fonction
- Définir le rôle de l'arbitre et enseigner la gestuelle associée.
- Inclure les arbitres du club à participer à la promotion de la fonction (ex : lors d'une séance d'entraînement)
- Mettre en place une désignation du meilleur arbitre périodiquement (utiliser la fiche annexe « Challenge du meilleur arbitre »).
- Accueil à éviter : utiliser l'arbitrage d'un match par un joueur comme une sanction.

Fiche de référence :

- « Arbitrage - Chanson de geste »

Recommandations :

- Fiche à distribuer aux joueurs

Annexes :

- « L'arbitrage par les joueurs à l'entraînement »
- « Challenge du meilleur arbitre »



Exemple d'une compétence

« Tenir le rôle d'arbitre assistant » U10-U13

Actions à mettre en place dans le club

Sur le terrain :

- ✓ Définir le rôle de l'arbitre et enseigner la gestuelle :
utiliser la fiche «chanson de gestes»
- ✓ Faire arbitrer TOUS les jeunes à l'entraînement puis en
match

SSV Role du Référent Arbitre /arbitre du club

En salle :

- ✓ Quiz diaporama : hors jeu ou pas

Animation :

- ✓ Intervention d'un arbitre du club
- ✓ Périodiquement : « Challenge du meilleur arbitre »

Rôle et Missions des référents

Participer à la réunion
d'information des
« référents » clubs dans son
secteur

Inciter à l'inscription du club
dans le Programme Educatif
(FootClub)

Les Référents « Club »

Assurer la diffusion des
compétences à développer
par période et par catégorie
d'âge

Intégrer la commission
technique du club et organiser
une réunion pour les
éducateurs, arbitres, parents...

Outils d'accompagnement



coorpacademy



La plateforme numérique

Le carton vert

Les incollables du Foot



Lettres « types »

Affiche d'engagement



L'affiche d'engagement



Marque l'engagement du club dans le Programme Educatif

Doit être affichée dans les locaux du club (vestiaires, clubhouse...)

Nom du club à compléter dans l'encart blanc (autocollant)

« Les Incollables du Foot »



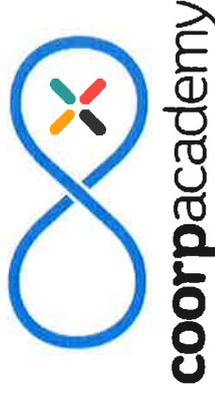
- ✓ Une forte notoriété
- ✓ Une caution ludique et pédagogique
- ✓ Un succès national et international



- ❑ Catégorie cible : Les U11 - U13
- ❑ Une Version « Print »
(35 fiches et plus de 200 questions / réponses)
- ❑ Quelques exemplaires des
« Incollables du Foot » distribués
pour les clubs engagés.
- ❑ « Jouer à tester ses
connaissances »



« La Plateforme Numérique »



Accès direct depuis le Site www.fff.fr :

- L'intégralité du classeur en format numérique
- Les compétences du mois à développer
- Plate forme numérique de E-learning (Coorpacademy) : quiz, vidéo etc...

« Les lettres types »

LETRE AUX COLLECTIVITES
Madame / Monsieur,
Président(e) du Club de Football

Objet : Information sur l'engagement du club des jeunes licenciés aux côtés de la FFF

Madame, Monsieur,

Comme vous le savez sans doute, notre club est engagé depuis 2010 aux côtés de la Fédération Française de Football pour développer ses actions éducatives auprès de nos jeunes licenciés dans le cadre du « Programme Éducatif Fédéral », qui propose des actions permettant de faire émerger des compétences plus responsables, plus solidaires et plus éco-citoyennes chez nos jeunes licenciés et leur entourages.

Cette démarche est structurée autour de la notion centrale de respect pour que, dans l'exercice du club de football et du football, un véritable respect collectif soit au cœur des valeurs de respect, de tolérance et de solidarité envers le football.

Pour cette action concrète de sensibilisation, de formation et de médiation des jeunes joueurs, la Fédération Française de Football a mis à disposition un matériel pédagogique et de communication qui sera remis à la disposition de l'ensemble de nos clubs de football, de notre Centre de Football de Formation, de participation de la jeunesse et de respect de la planète.

Notre club se considère volontairement comme un relais de cette philosophie gérée et matérialisée en nos objectifs et en nos actions. Vous trouverez ci-joint un dossier de présentation de notre action que nous souhaitons mettre en place, accompagné d'un budget prévisionnel d'investissement.

Je reste à votre disposition pour vous présenter de vive voix la démarche que j'espère vous voir soutenir, activée et développée dans sur les actions que nous mènerons, même complexe pour s'inscrire dans une action viable.

Dans l'attente de votre retour, je vous prie de bien vouloir agréer,
Madame, Monsieur,
l'assurance de ma haute considération,
Cordialement,
[Signature]

Collectivités



LETRE AUX PARTENAIRES
Madame / Monsieur,
Président(e) du Club de Football

Objet : demande de partenariat

Madame, Monsieur,

Notre club est engagé depuis 2010 aux côtés de la Fédération Française de Football dans le cadre du « Programme Éducatif Fédéral », qui propose des actions permettant de faire émerger des compétences plus responsables, plus solidaires et plus éco-citoyennes chez nos jeunes licenciés et leur entourages.

Notre club souhaite se présenter à votre association en tant que partenaire de votre action éducative, sportive et de participation de la jeunesse et de respect de la planète.

Forme de l'association de nos associations de nos associations de nos associations, nous souhaitons développer un véritable partenariat autour de nos valeurs de respect, de tolérance et de solidarité envers le football, de notre Centre de Football de Formation, de participation de la jeunesse et de respect de la planète.

Notre association se propose de vous apporter son soutien et son expertise dans le cadre de votre action éducative, sportive et de participation de la jeunesse et de respect de la planète.

Je reste à votre disposition pour vous présenter de vive voix la démarche que j'espère vous voir soutenir, activée et développée dans sur les actions que nous mènerons, même complexe pour s'inscrire dans une action viable.

Dans l'attente de votre retour, je vous prie de bien vouloir agréer,
Madame, Monsieur,
l'assurance de ma haute considération,
Cordialement,
[Signature]

Partenaires



LETRE AUX PARENTS
Madame / Monsieur,
Président(e) du Club de Football

Objet : Information sur l'engagement du club des jeunes licenciés aux côtés de la FFF

Madame, Monsieur,

Comme vous le savez sans doute, notre club est engagé depuis 2010 aux côtés de la Fédération Française de Football pour développer ses actions éducatives auprès de nos jeunes licenciés dans le cadre du « Programme Éducatif Fédéral », qui propose des actions permettant de faire émerger des compétences plus responsables, plus solidaires et plus éco-citoyennes chez nos jeunes licenciés et leur entourages.

Cette démarche est structurée autour de la notion centrale de respect pour que, dans l'exercice du club de football et du football, un véritable respect collectif soit au cœur des valeurs de respect, de tolérance et de solidarité envers le football.

Pour cette action concrète de sensibilisation, de formation et de médiation des jeunes joueurs, la Fédération Française de Football a mis à disposition un matériel pédagogique et de communication qui sera remis à la disposition de l'ensemble de nos clubs de football, de notre Centre de Football de Formation, de participation de la jeunesse et de respect de la planète.

Notre club se considère volontairement comme un relais de cette philosophie gérée et matérialisée en nos objectifs et en nos actions. Vous trouverez ci-joint un dossier de présentation de notre action que nous souhaitons mettre en place, accompagné d'un budget prévisionnel d'investissement.

Je reste à votre disposition pour vous présenter de vive voix la démarche que j'espère vous voir soutenir, activée et développée dans sur les actions que nous mènerons, même complexe pour s'inscrire dans une action viable.

Dans l'attente de votre retour, je vous prie de bien vouloir agréer,
Madame, Monsieur,
l'assurance de ma haute considération,
Cordialement,
[Signature]

Parents



Faire connaître l'engagement du club dans le « Programme Éducatif Fédéral » afin de promouvoir son rôle social et citoyen

Soyez « PRETS »



NOTRE ADN

P

PLAISIR
Plaisir de jouer à tout âge
et tout niveau

R

RESPECT
Respecter l'adversaire,
l'arbitre, l'encadrement

Ê

ENGAGEMENT
Engagement
du corps et du cœur

T

TOLÉRANCE
Exemplaire dans l'accueil
de toutes les aptitudes

S

SOLIDARITÉ
Solidarité du football français
et du sport d'équipe



Référents DEF:

- ✓ P. Lehmann
- ✓ C. Deville
- ✓ D. Roy
- ✓ V. Plusquellec

footanimation@essonne.fff.fr

technique@essonne.fff.fr

direction@essonne.fff.fr

01 60 84 93 23 (21)

Permanence, sur RDV :

Tous les mercredis de 17h à 19h00:

direction@essonne.fff.fr

01 60 84 93 21

