



GUIDE DU DÉVELOPPEMENT DE LA PRATIQUE FÉMININE

DISTRICT DE L'HÉRAULT

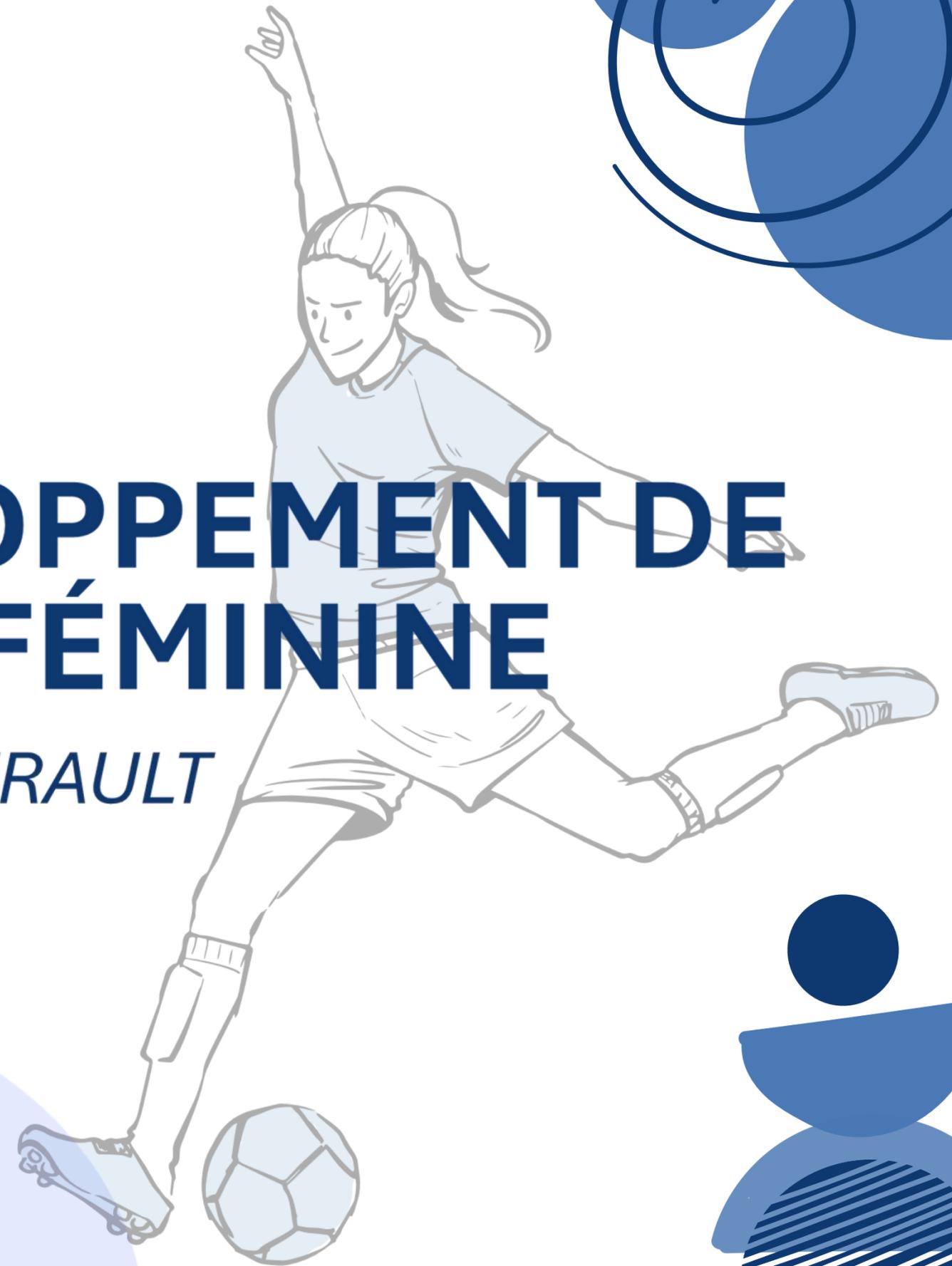




Table des matières :

- 1 - CRÉATION DE L'ÉCOLE FÉMININE DE FOOTBALL
- 2 - CONNAISSANCE DU PUBLIC FÉMININ
- 3 - COMMUNICATION ANIMATION
- 4 - ENCADREMENT RÉFÉRENT DES FÉMININES
- 5 - OFFRES DE PRATIQUE



1 - CRÉATION DE L'ÉCOLE FÉMININE DE FOOTBALL

Créer une École Féminine de Football ne s'improvise pas.

Vous devez contacter la Commission Féminine du District et les personnes en charge du dossier.

L'équipe départementale vous accompagnera dans l'élaboration, la préparation et la réalisation de votre projet.

La réussite de cette démarche repose sur des principes fondamentaux :

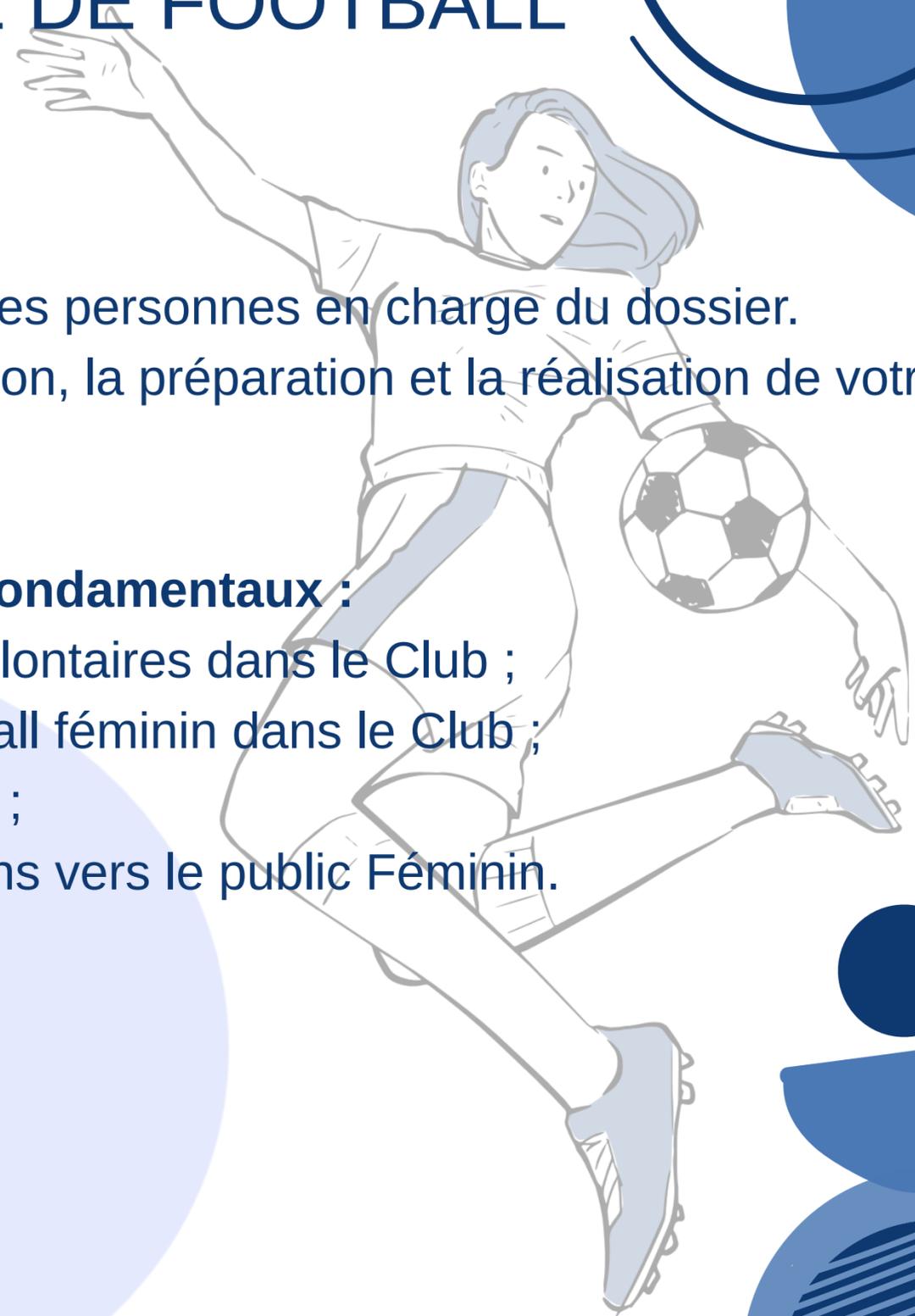
- Mobilisation et implication d'une équipe de dirigeant(e)s volontaires dans le Club ;
- Diagnostiquer le potentiel d'accueil et de pratique du football féminin dans le Club ;
- Nomination d'un(e) référent(e) du Club pour les Féminines ;
- Soutient et participation du Club à la mise en place d'actions vers le public Féminin.

Déroulement saison (calendrier)

Fonctionnement saison, FAL, feuille de match etc

Règlements,

Rapport Age / compétence





2 - CONNAISSANCE DU PUBLIC FÉMININ

Qu'attendent les parents vis-à-vis du Club ?

- Condition de Sécurité
- Bonne organisation
- Compétences de l'encadrement
- Informations et vie de l'association

Qu'attendent les parents pour leur fille ?

- Plaisir
- Épanouissement général
- Santé, Sécurité
- Progrès footballistique

Comment impliquer la cellule familiale ?

- Qualité de l'encadrement
- Développement de la responsabilité parentale
- Valorisation de l'implication des parents
- Qualité de l'accueil et de l'information



3 - COMMUNICATION ANIMATION

Actions promotion :

- Journées portes ouvertes
- Associations des Quartiers
- Écoles Primaires et Collèges
- Centres de Loisir

Supports de communication locaux :

- Affiches, Flyers
- Réseaux Sociaux
- Site du Club
- Presses, Journaux

Supports Communication des instances :

- Site du District
- Action Fédérale, Régionale, Départementale

Relations interne au Club :

- Familles des licenciés du Club
- Grand Public





4 - ENCADREMENT RÉFÉRENT DES FÉMININES

Il peut être :

- Un parent licencié
- Un Dirigeant ou Dirigeante
- Un Technicien ou Technicienne
- Un Joueur ou Joueuse



Rôle « En liaison avec les membres du Club il assure » :

- L'accueil du public Féminin
- La coordination de la relation *Joueuses/Educateur/Educatrice/Parents/Club*
- La promotion et la communication
- L'accompagnement de l'École de Football au Féminin

Mission s'il s'agit d'un Technicien ou Technicienne :

- Connaître le Public Féminin
- Connaître les spécificités du football féminin
- Capable de transmettre les valeurs éducatives
- Capable d'animer les séances d'entraînement
- Capable de suivre l'évolution de l'équipe tout au long de la saison





5 - OFFRES DE PRATIQUE

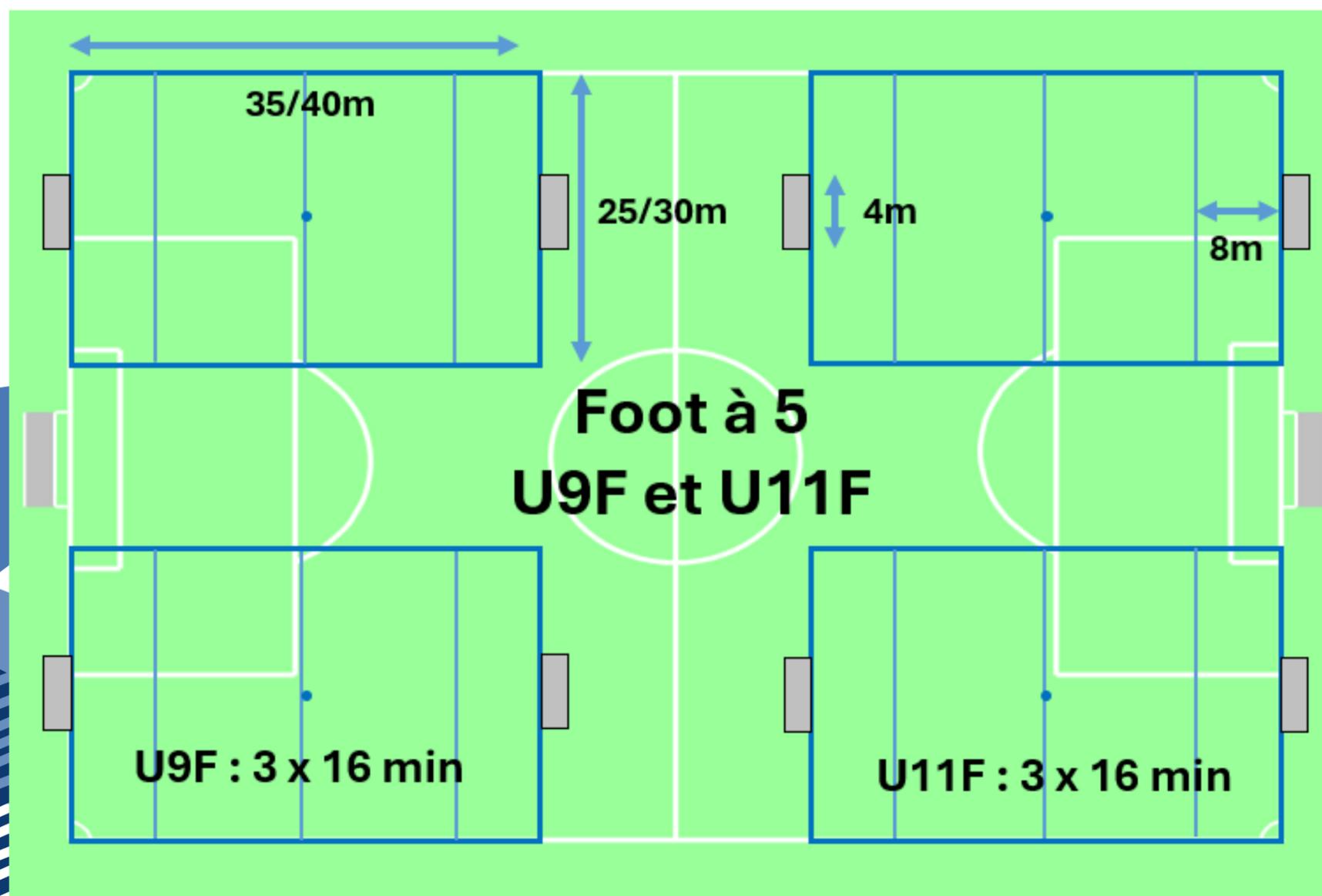
Les catégories :

Année de naissance	2019	2018	2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006	2005
Scolarité	GS M	CP	CE1	CE2	CM1	CM2	6ème	5ème	4ème	3ème	2nde	1ère	Ter		
Catégorie	U6	U7	U9F		U11F		U13F		U15F		U18F		Sénior F		
Formes de pratiques	Foot à 4 Mixte		Foot à 5 F		Foot à 5 F ou à 8 F				Foot à 8 F ou à 11 F						



5 - OFFRES DE PRATIQUE

La taille des terrains et les temps de jeu :



U9F = 4 temps de 12 minutes dont 1 ballon magique.

U11F = Foot à 5 = 3 matchs de 16 minutes

U13F = Foot à 5 = 3 matchs de 20 minutes

Foot à 5 = 2 remplaçantes

Hors-Jeu : Non



LA PRATIQUE DES U9 F

U8

U9

SAISON 2024-2025

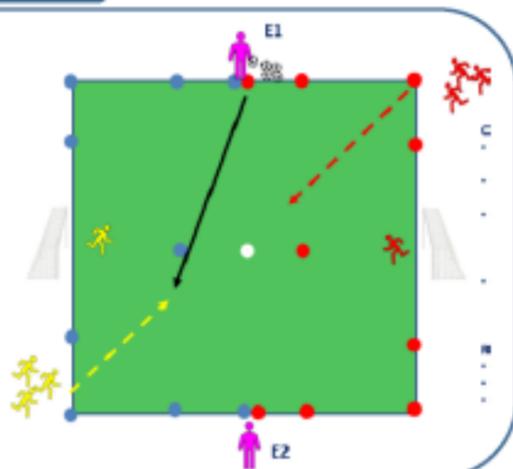
DEROULE DU PLATEAU : 50 min
4 temps de 12 min

TERRAIN 30X30M



TEMPS 1 :

BALLON MAGIQUE EN 2C2



TERRAIN 40X30M



TEMPS 2 :

JEU MATCH 5C5



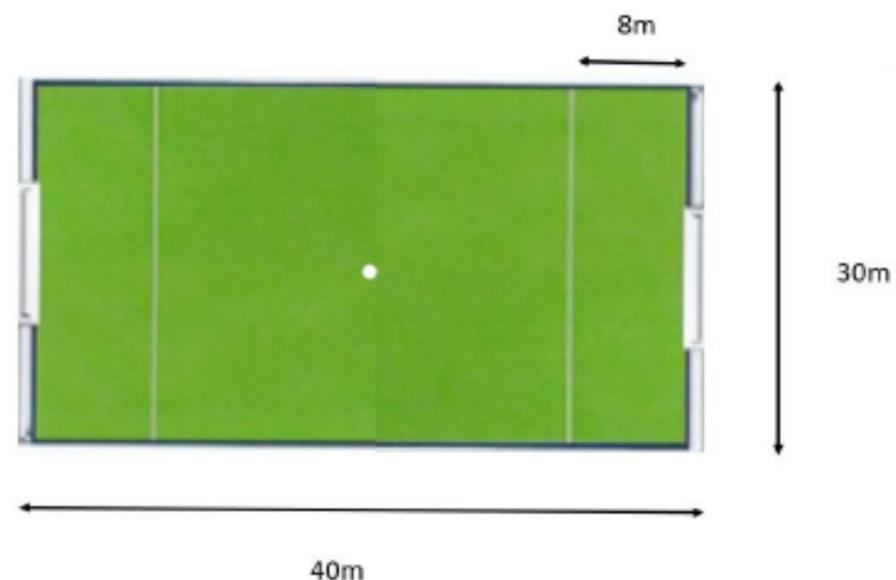
TEMPS 3 :

JEU MATCH 5C5



TEMPS 4 :

JEU MATCH 5C5



U8

U9

TEMPS 1

BALLON MAGIQUE EN 3C3 (GB COMPRIS)

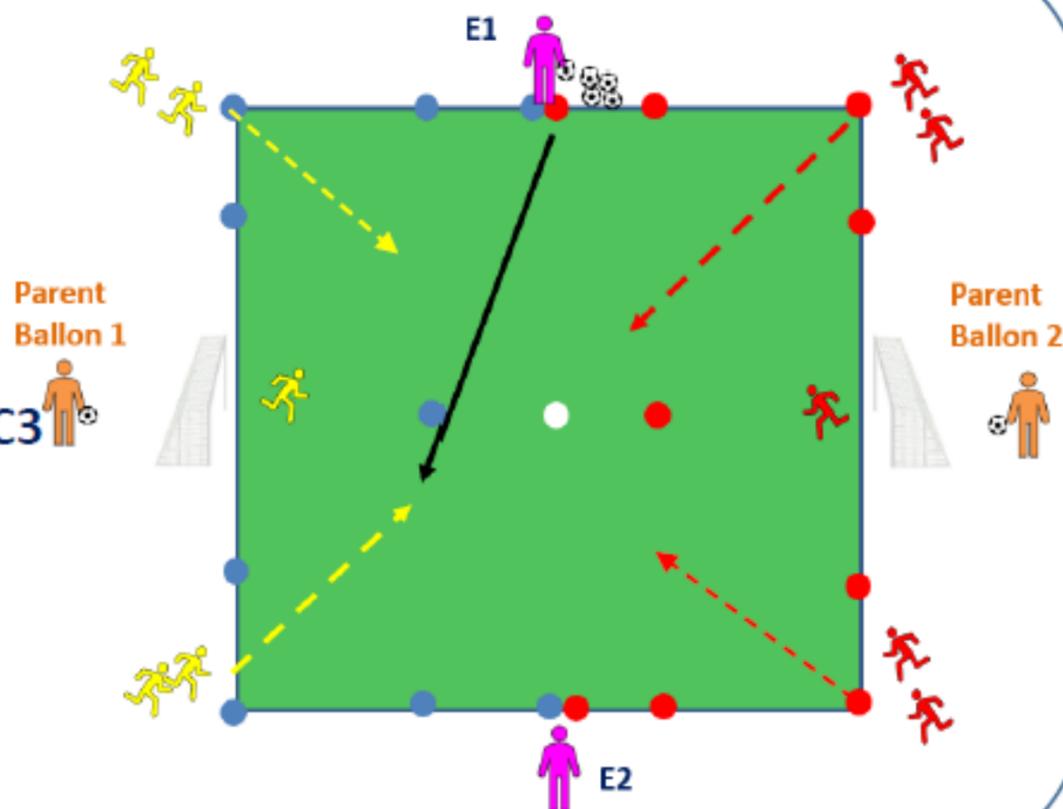
12 minutes



TERRAIN 30X30M

TEMPS 2 :

BALLON MAGIQUE EN 3C3



Les joueuses sont positionnées à hauteur des buts comme sur le schéma (1 de chaque côté du but). Un éducateur envoie un premier ballon au sol pour une équipe.

Duel 2c2 + GB

Les joueurs Jaunes attaquent pour marquer. Si but, sortie du ballon, faute... l'action s'arrête et le second éducateur donne ce coup-ci le ballon aux joueurs Rouges. Si les joueurs rouges récupèrent le ballon, à leur tour d'attaquer pour aller marquer.

Ainsi les joueurs s'affrontent sous un laps de temps de 30secondes en ayant le statut Offensif puis Défensif ou inversement.

***Prévoir 2 ballons par éducateurs pour les ballons magiques / Varier les départs et envoyer aux joueurs rouges**
A éviter : envoyer le ballon au milieu du terrain / envoyer le ballon en hauteur

U8

U9

TEMPS 2 / 3 / 4

MATCH EN 4C4 (GB COMPRIS)

3 X 12 minutes

TERRAIN 28X20M

Lors du passage du temps 1 au temps 2, les éducateurs/trices du terrain sur lequel ils viennent de jouer, mettent ensemble le but à hauteur des 40m pour faciliter l'organisation

Match en 5c5 (avec gardien de but compris)

*Prévoir 2 ballons par éducateurs pour maximiser le temps de pratique



TEMPS 3 :

JEU MATCH 4C4



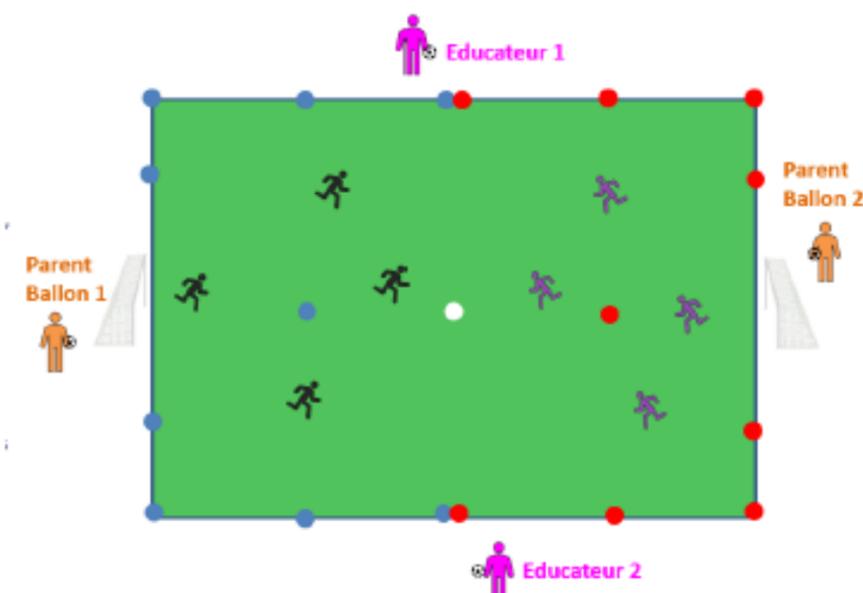
TEMPS 4 :

JEU MATCH 4C4



TEMPS 5 :

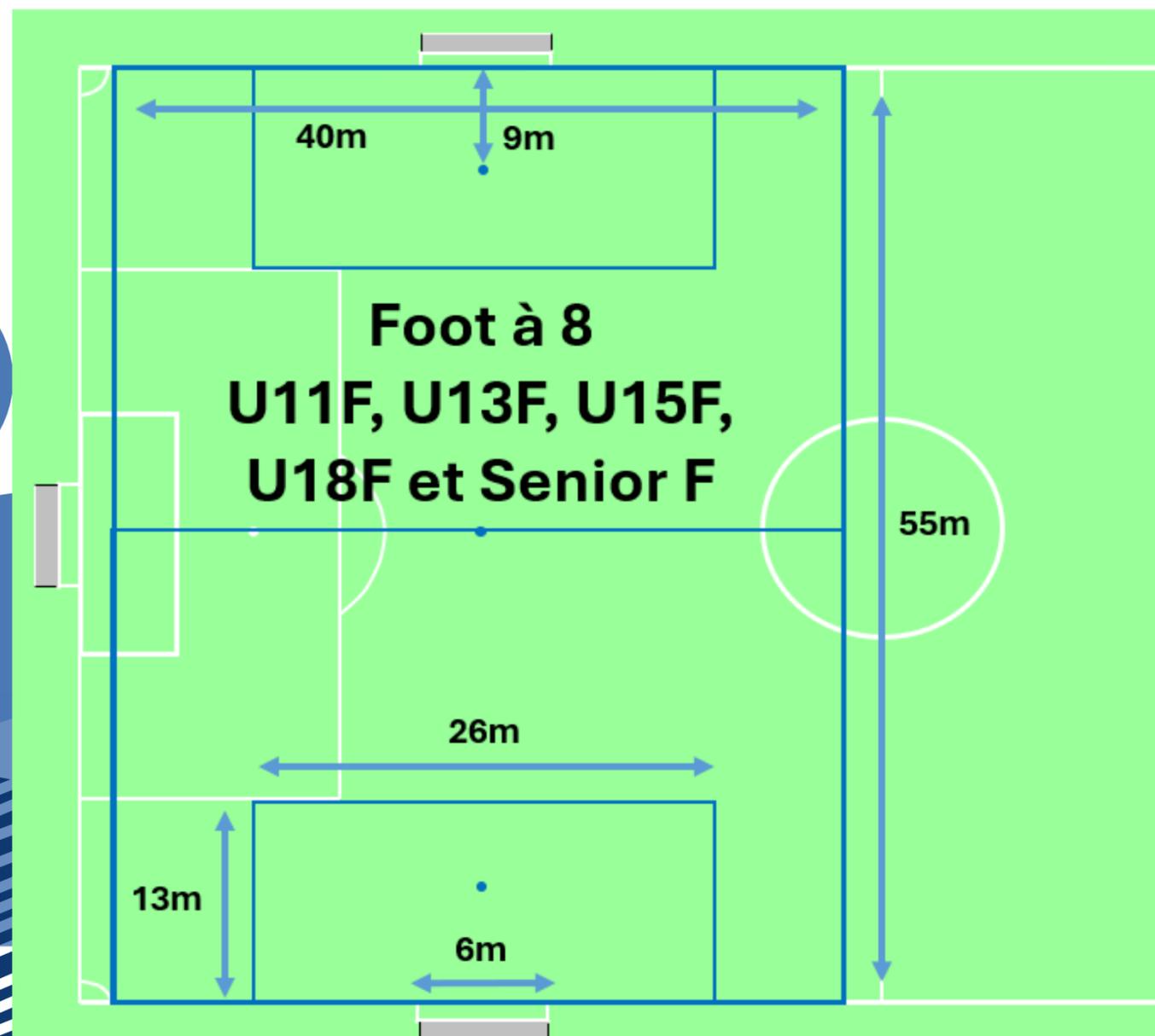
JEU MATCH 4C4





5 - OFFRES DE PRATIQUE

La taille des terrains et les temps de jeu :



U11F = Foot à 8 = 3 matchs de 16 minutes

U13F = Foot à 8 = 60 min en 4*15min avec pauses coaching

U15F = Foot à 8 = 70 min en 2*35min

U18F et Seniors F = Foot à 8 = 2*40 min

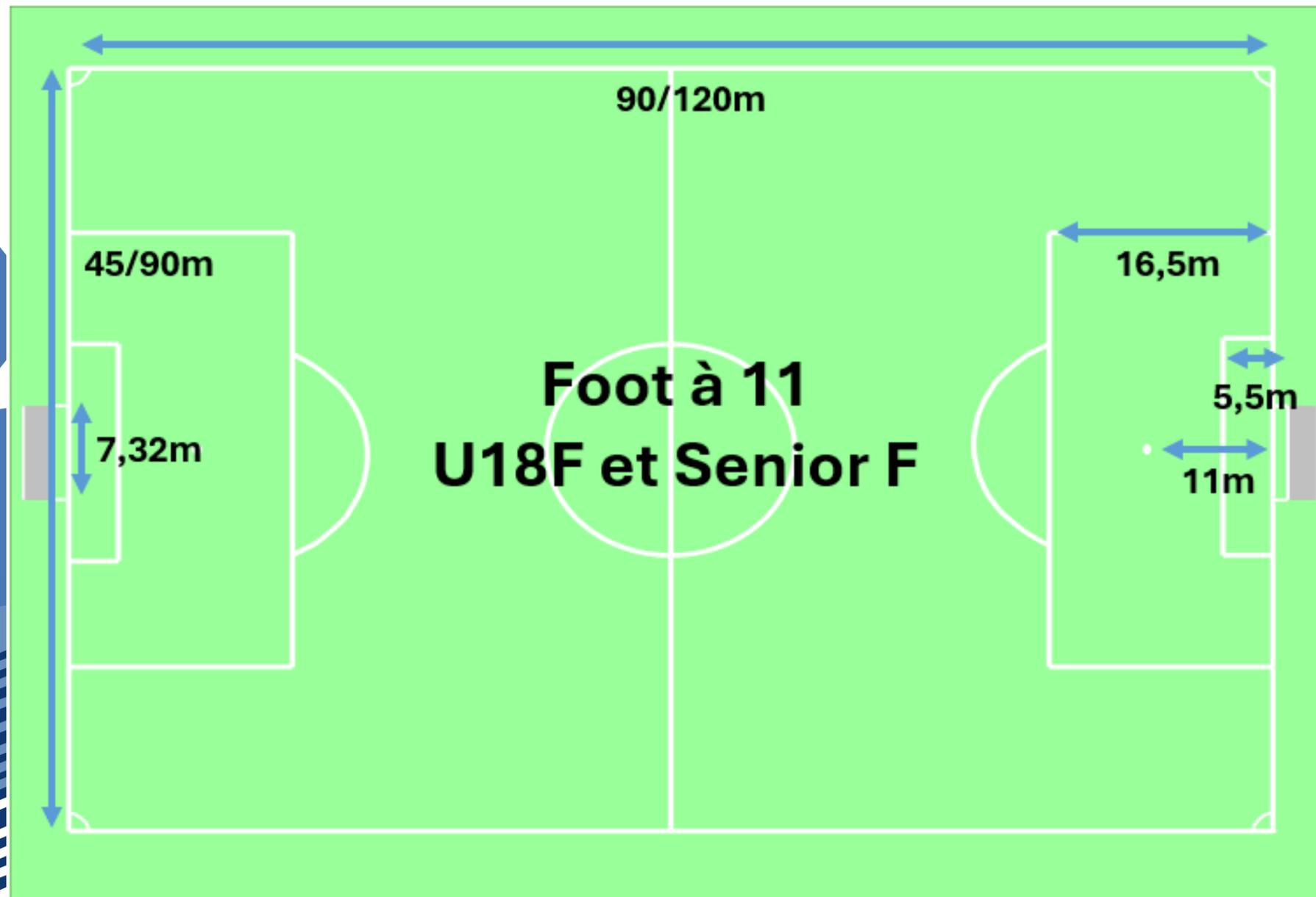
Foot à 8 = 4 *remplaçantes*

Hors-Jeu : U11F = 13m U13F/U15F/U18F/Seniors F = à la médiane en foot à 8



5 - OFFRES DE PRATIQUE

La taille des terrains et les temps de jeu :



U15F / U18F et Seniors F = Foot à 11 = 2*45min

Foot à 11 = 3 remplaçantes

Hors-jeu : à la médiane





GUIDE DU DÉVELOPPEMENT DE LA PRATIQUE FÉMININE

DISTRICT DE L'HÉRAULT

