

U14/U19



U14  
U19

# S'échauffer en autonomie

## Constat et enjeux :

Un échauffement correctement réalisé prépare le corps à l'effort, limite le risque de blessure et favorise la performance physique.



Mission de l'éducateur :

**Faire prendre conscience aux joueurs de l'importance de l'échauffement dans la pratique sportive et compétitive. Leur apprendre à s'échauffer collectivement au début de chaque entraînement et avant chaque match**



## Actions à mettre en place :

- Enseigner des exercices-types à effectuer en autonomie pour monter progressivement en rythme (déplacements variés, jeux avec ballon...)
- Proposer à un joueur de prendre en charge l'échauffement du groupe. Faire en sorte que chaque joueur guide l'échauffement à tour de rôle.

## Propositions de messages clés :

- « Pour être performant sur le terrain dès l'entame du match, échauffez-vous selon les conseils de vos entraîneurs, avant le début de la rencontre »
- « L'échauffement est collectif, toute l'équipe participe à la mise en route. Des exercices spécifiques peuvent être mis en place en complément »

## Fiche de référence :

- « S'échauffer ensemble »

# S'échauffer ensemble

U14  
U19

## Étape 1 : Réveil musculaire

- Trottiner lentement
- Echauffer progressivement les membres inférieurs
- Echauffer progressivement les membres supérieurs

+ Hydratation



## Étape 2 : Exercices spécifiques

- Talons aux fesses
- Montées de genou
- Pas chassés
- Course à reculons

+ Hydratation



## Étape 3 : Jeux de ballon

- Jongleries
- Jeux au sol
- Conservations de balle

+ Hydratation



## Étape 4 : Étirements





U14  
U19

# Connaître les méfaits de l'alcool

## Constat et enjeux :

L'alcool a des effets sur la performance et la santé du sportif. Il est de la responsabilité de l'éducateur de responsabiliser les jeunes et lutter contre les idées reçues en informant les joueurs des risques associés à la consommation d'alcool dans le sport et en dehors : fatigue accrue, perte de contrôle, agressivité, infraction au code de la route, addiction et danger de mort.



Mission de l'éducateur :

**Informier et faire prendre conscience aux joueurs des dangers liés à la consommation d'alcool et à leurs conséquences sur la santé**



## Actions à mettre en place :

- Informer que la consommation d'alcool est interdite dans l'enceinte du stade aux jeunes mineurs.
- Montrer l'exemple et demander aux adultes de le faire : privilégier les « softs » à la vente en différenciant les tarifs pour favoriser les boissons sans alcool.
- Mettre en place l'opération « capitaine de soirée ».

## Propositions de messages clés :

- « L'alcool augmente le temps de réaction et entraîne une mauvaise coordination »
- « L'alcool ne désaltère pas. Au contraire, il accélère la déshydratation du corps, augmente le risque de crampe et ne permet pas une récupération optimale. Pour récupérer, il faut se reposer, boire de l'eau et s'étirer »
- « L'alcool est un psychotrope : il modifie le comportement des personnes, altère les capacités intellectuelles et donc la compréhension des messages de manière raisonnée. Il peut amener le sportif à faire de mauvais choix, rendre agressif ou défaitiste »

## Fiche de référence :

« Football, alcool et convivialité »

Recommandation :

Fiche à distribuer aux dirigeants du club et responsables de la buvette



# Football, alcool et convivialité

U14  
U19

La consommation de boissons alcoolisées est une pratique culturelle dans notre pays. Boire du vin, de la bière, un apéritif, ce n'est pas dangereux lorsque cela est avec modération.

## Ce qui est fortement déconseillé, voire interdit :

**Boire de l'alcool et pratiquer le football, ce n'est pas une bonne équation**

- Consommer de l'alcool avec excès
- Consommer de l'alcool lorsque l'on doit se déplacer en voiture, en bicyclette ou en scooter
- Consommer de l'alcool pour une femme enceinte
- Consommer de l'alcool avant la pratique du football



## Les conséquences de l'alcool dans la pratique du football :

**Bien se préparer pour jouer au football : c'est s'entraîner, bien se nourrir, boire de l'eau et se reposer.**

- Perte de vigilance et de concentration, peu de réflexion sur le jeu
- Mauvaise lecture des trajectoires
- Agressivité exacerbée
- Rythme cardiaque anormalement élevé, essoufflement
- Mauvaise qualité de récupération



**Les moments conviviaux du club sont aussi agréables en buvant de bons jus de fruits, des sodas ou des sirops à l'eau.**



# 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**



## Action à mettre en place :

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

## Propositions de messages clés :

- « On peut être performant sans avoir recours à des produits grâce à une hygiène de vie adaptée et à 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 »

## Fiches de référence :

- « Le cannabis : info ou intox ? »
- « Le cannabis, on s'informe et on en parle »

Recommandation :  
Distribuer cette fiche aux licenciés et à leurs parents

# 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 voire 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.

# Le cannabis : on s'informe, on en parle

U14  
U19

Tu souhaites te renseigner sur le cannabis, les conduites dopantes ou encore sur la législation ? Il existe de nombreuses sources d'information, notamment sur Internet :

## Les contacts nationaux

### Ministère des Sports

[www.sports.gouv.fr](http://www.sports.gouv.fr)

Informations sur la réglementation française, la liste des substances et procédés interdits, la prévention.



### La Mission interministérielle de lutte contre la drogue et la toxicomanie

[www.drogues.gouv.fr](http://www.drogues.gouv.fr)

Fournit des informations sur les produits et sur la loi, propose des conseils et recense les lieux d'accueil.

### Institut national de prévention et d'éducation pour la santé

[drogues.inpes.fr](http://drogues.inpes.fr)

À travers une série de témoignages tu pourras mesurer ton niveau de connaissance sur les véritables effets des drogues !

### Écoute Dopage

Tél : 0800 15 2000 (Numéro vert)

Espace d'écoute privilégié destiné à aider et orienter les sportifs (et toute autre personne concernée) en difficulté face au dopage.

### Écoute Cannabis

Tél : 09 80 98 09 40

Une aide et une écoute pour faire face aux difficultés liées à la consommation de façon confidentielle et anonyme.

## Les contacts locaux

### Le médecin traitant

Il peut répondre à certaines de tes interrogations et t'orienter dans ta recherche.

### Une personne recommandée par le club (ex : éducateur, personne extérieure au club...)

Qui est-ce ? \_\_\_\_\_

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Pour le contacter : \_\_\_\_\_

### Antenne régionale de lutte contre le dopage de votre région





U14  
U19

# Utiliser à bon escient les réseaux sociaux

## Constat et enjeux :

Pour de nombreux jeunes, exposer sa vie en ligne (photos, vidéos, commentaires) est une pratique courante. Il est important pour eux comme pour le club de savoir fixer des limites afin que la réputation de tous soit respectée.



Mission de l'éducateur :

**Sensibiliser et responsabiliser les jeunes sur les conséquences de leurs publications sur internet (image, caractère permanent...)**



## Actions à mettre en place :

- Mettre en valeur sur son site internet l'ensemble des équipes et des membres qui les composent.
- Rendre compte des matches du week-end, avec la possibilité de valoriser les performances de certains joueurs.

## Propositions de messages clés :

- « Le respect des adversaires, éducateurs ou arbitres, c'est sur le terrain, mais également en dehors, y compris sur internet. En cas de dérive, comme par exemple des insultes, le risque de sanction existe »
- « Un contenu mis en ligne une fois, y restera pour toujours. Il n'est jamais vraiment possible de savoir qui a vu ce contenu, comment il a été interprété ou de quelle manière il peut être réutilisé »

## Fiche de référence :

« Le respect : sur le terrain et sur Internet »

Recommandations :

Faire passer ce message au début d'un entraînement  
Distribuer la fiche de référence aux parents

Service : la ligne d'accueil Net écoute est disponible gratuitement de manière anonyme et confidentielle du lundi au vendredi de 9h à 19h  **N° Vert 0 800 20 00 00**

APPEL GRATUIT DEPUIS UN POSTE FIXE

# Le respect : sur le terrain et sur internet

U14  
U19

**Je reste "fair-play" :** en partageant mes résultats de matches avec mes coéquipiers sur les réseaux sociaux, je veille toujours à garder un esprit sportif et une attitude "fair-play".

**Je me protège :** Je sécurise mes comptes (surtout celui de ma messagerie) en créant un mot de passe différent à chaque fois et en mélangeant des chiffres et des lettres.

*Exemple : Mot de passe 06\*cITRon3*

**J'utilise les paramètres de confidentialité :** je peux choisir qui peut voir mes commentaires et/ou photos sur les réseaux sociaux [cadenas] ou [roue] ou « aide ».

**Je joue collectif :** respecter les autres sur les réseaux sociaux, c'est aussi un devoir, comme sur le terrain : mes adversaires, mes éducateurs, mes partenaires et également les arbitres.

**Je préserve mon image et celle des autres :**

Je réfléchis avant de publier des photos et/ou commentaires sur les réseaux sociaux. Les informations que je laisse sur internet deviennent publiques et souvent indélébiles.

En publiant un message, une photo ou un commentaire en ligne, je ne peux pas vraiment savoir qui va les lire ou comment cela peut être compris par les autres. Pour protéger mon image et celle des autres, je ne fais pas en ligne ce que je ne ferais pas sur le terrain.







# Connaître les parcours pour devenir éducateur et arbitre

U14  
U19

## Constat et enjeux :

Les rôles d'arbitre et d'éducateur sont fondamentaux dans le football. Tous deux sont porteurs de valeurs fortes.

L'arbitre utilise ses compétences pour garantir le respect des lois et de l'esprit du jeu.

L'éducateur est garant du projet éducatif et sportif et permet aux jeunes de développer leurs compétences en partageant le plaisir du jeu.



Mission de l'éducateur :

**Faciliter l'accès aux formations et la prise de responsabilités**



## Actions à mettre en place :

- Élaborer un système d'information pour que les jeunes puissent connaître les parcours pour devenir éducateur et/ou arbitre : affichage, échanges avec les jeunes lors de l'entraînement, réunions d'informations...
- Leur permettre d'assumer ces rôles au sein du club.
- Éducateur : inciter les jeunes à encadrer une séance de l'école de foot (ex : mercredi après-midi).
- Arbitre : organiser un planning pour que les jeunes puissent arbitrer dans la catégorie d'âge inférieure.

## Proposition de messages clés :

« Je m'engage pour participer à l'encadrement et au développement de mon sport »

## Fiches de référence :

- « Devenir éducateur de football »
- « Devenir arbitre de football »
- « Valeurs et apports de l'arbitrage »

### **Le saviez-vous ?**

33 442 éducateurs de football.

L'éducateur est un élément central pour diffuser auprès des plus jeunes des messages empreints de valeurs éducatives et sociales fortes.



# « Devenir éducateur de football »

U14  
U19

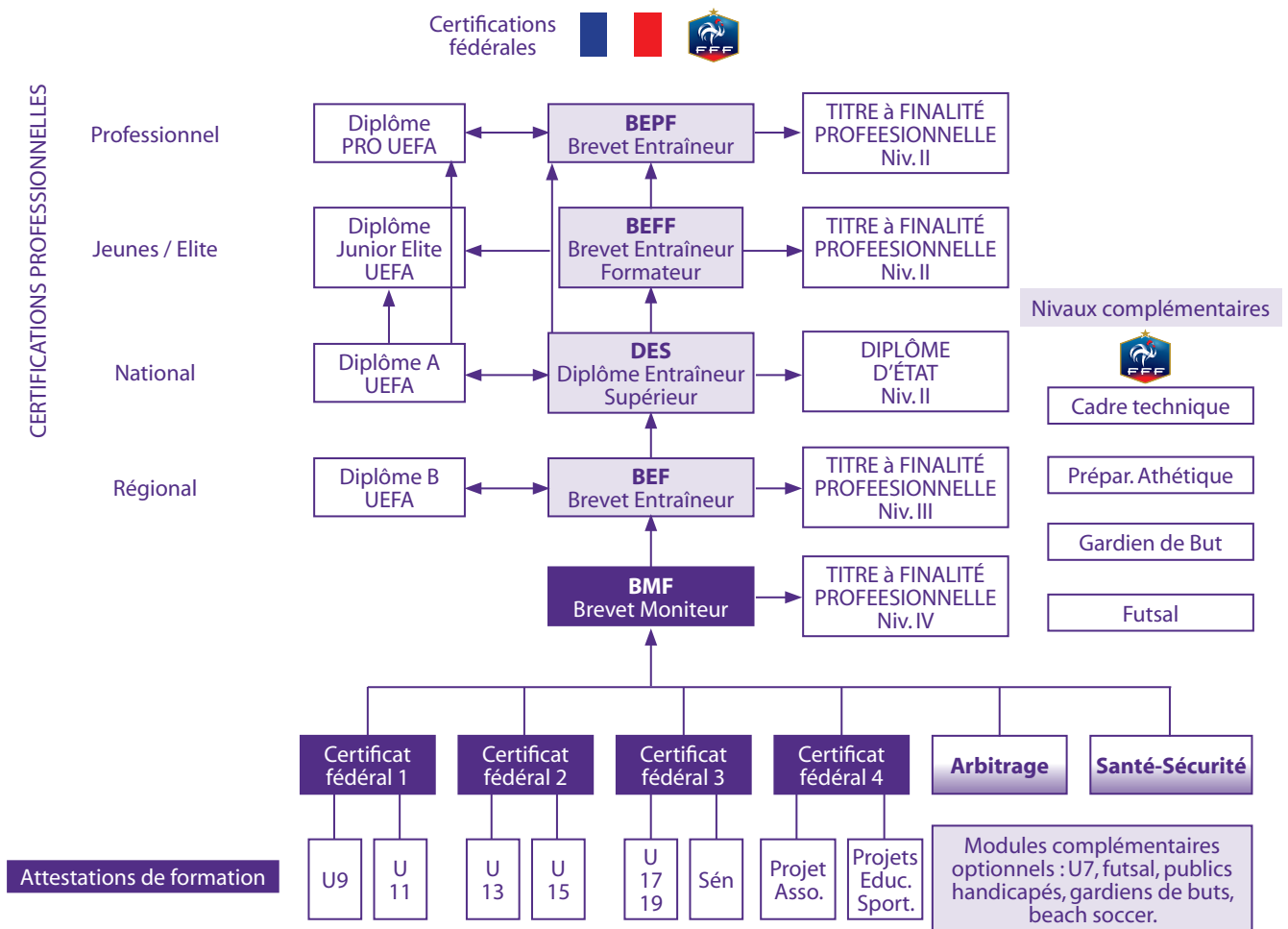
**Pour devenir éducateur de football, je me renseigne auprès de :**

- Mon club : mon éducateur et le correspondant de formation du club.
- Ma Ligue : dans chaque Ligue, un conseiller est chargé de ces formations.

Je devrai suivre des stages de formation et mettre en application les compétences acquises au service des jeunes joueurs.

Je pourrai passer des examens et me construire un parcours de formation adapté à mes compétences, mon âge et mes motivations.

## Parcours de formation de l'éducateur



# « Devenir arbitre de football »

U14  
U19

## Je deviens arbitre

### Tu souhaites devenir arbitre ?

#### La démarche est simple...

- La condition : Tu dois être âgé de 15 ans ou plus (possibilité dès 13 ans)
- La démarche : Tu valides les 4 étapes suivantes :



**ÉTAPE 1 :** Contacte le référent arbitre du club ou un dirigeant du club

**ÉTAPE 2 :** Dès ton inscription, la commission d'arbitrage de ton district assurera ta formation théorique et pratique

**ÉTAPE 3 :** Tu valides ta formation théorique

**ÉTAPE 4 :** Tu valides ta formation pratique

Si tu as validé ces étapes, ça y est, tu es arbitre officiel !  
Et tu pourras, si tu le souhaites, continuer à jouer au football (arbitre joueur).

Encadré par la commission d'arbitrage de ton District, tu seras ensuite désigné comme arbitre sur des rencontres. Au fur et à mesure que tu acquerras de l'expérience, tu pourras arbitrer des matches de haut niveau. Découvre la classification des arbitres (premières étapes) :

- ✓ Jeune arbitre de district : Tu arbitres les jeunes de ton district et les séniors (si tu es majeur)
- ✓ Jeune arbitre de Ligue : Tu arbitres dans ta ligue en U15, U17, U19 et en sénior (si tu es majeur)
- ✓ Jeune arbitre de la Fédération : Tu arbitres en championnat national U17 et U19, et en sénior dans ta Ligue

- **Les contacts :** Tu peux dans un premier temps prendre contact avec le « Référent club en arbitrage » :

#### Coordonnées du « Référent Arbitre »

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_

Jour de présence au stade : \_\_\_\_\_

Coller ici  
la photo  
du référent

*En collaboration avec la Direction Technique de l'Arbitrage*

# Valeurs et apports de l'arbitrage

U14  
U19



## Ce que l'arbitrage peut t'apporter :



### Le plaisir

L'arbitre est un passionné de football au même titre que les joueurs. Le plaisir est le moteur de sa pratique et est indispensable pour progresser en s'épanouissant.



### Le sens de la médiation

L'arbitrage développe les capacités de dialogue et de diplomatie pour expliquer ses décisions et entretenir un bon climat sur le terrain.



### La confiance

Maîtriser le déroulement d'une rencontre nécessite de la confiance en soi lors des prises de décision et permet aussi d'instaurer de la confiance auprès des acteurs du jeu. Son rôle lui apporte, au fil des expériences, un degré élevé de confiance en soi.



### La concentration

C'est une obligation pour l'arbitre qui ne peut perdre le fil du jeu. L'arbitrage est un bon entraînement pour les jeunes et développe notamment la capacité de concentration, indispensable à tout âge et dans la vie quotidienne.



### La responsabilité

Au cœur du jeu, l'arbitre endosse une part de responsabilité importante. S'il commet des erreurs d'arbitrage, celles-ci peuvent influencer sur le cours de la rencontre. Arbitrer est un excellent exercice pour un jeune, qui peut se familiariser avec la prise de responsabilités.



### La maîtrise de soi

Se maîtriser sur un terrain de sport n'est pas toujours facile. L'arbitre doit montrer l'exemple, en instaurant un climat de respect et d'apaisement auprès des joueurs et des éducateurs. La maîtrise de soi sur un terrain va de pair avec la maîtrise de soi dans la vie courante.



### L'analyse et la justesse dans la prise de décision

L'arbitre doit sans cesse et très rapidement analyser la situation pour être juste vis-à-vis du jeu, des deux équipes et de tous les joueurs. Indispensable pour un arbitre, cette qualité d'analyse est appréciée dans la vie de tous les jours.



### L'engagement physique

L'arbitre, comme les joueurs, possède des qualités physiques lui permettant de suivre la rapidité du jeu. Par exemple, il parcourt en moyenne **11 km** par match, l'équivalent de la distance moyenne parcourue par les joueurs.



U14  
U19

# S'impliquer dans la vie de son club

## Constat et enjeux :

Pour bien fonctionner, une association a besoin de bénévoles volontaires qui s'impliquent dans la vie du club. Les jeunes doivent pouvoir devenir des membres actifs de leur club.



Mission de l'éducateur :

**Présenter les missions, rôles et tâches à assumer pour faire vivre son club**



## Actions à mettre en place :

- Lors de l'inscription, recenser les jeunes volontaires et leur présenter les domaines au sein desquels il est possible de s'impliquer.
- Proposer à l'ensemble des jeunes de participer à l'organisation des événements : Utiliser les compétences particulières des joueurs (vie du site internet, journal interne, expo photo...).
- Valoriser les jeunes actifs du club à diverses occasions (assemblée générale, tournoi...) et les récompenser (équipements, cotisation gratuite, bons d'achat...).
- Constituer un bureau de jeunes et nommer un délégué par équipe de jeunes : Formuler des demandes, faire des propositions, participer à des décisions, réfléchir à la vie du club, mettre en place des projets.

## Fiches de référence :

- « Le lexique du club de football amateur »
- « Planning des petites tâches »

Recommandation :  
Fiche à distribuer aux joueurs et aux parents

# Le lexique du club de football amateur

U14  
U19

Une **association** est la réunion de plusieurs personnes ayant un but, un intérêt commun. En Janvier 2006, il existait en France plus d'un million d'associations, dont environ 30 000 ayant pour activité le football. Elles sont constituées en majorité de bénévoles.

C'est à l'occasion de **l'assemblée générale** qu'est dressé le bilan de la saison et que sont fixés les objectifs de l'association. On y élit également le comité directeur et son président. C'est un moment essentiel de la vie d'un club auquel il est important de participer, chacun pouvant y exprimer son avis.

Les missions de **l'entraîneur / éducateur** sont multiples : il est chargé de préparer et d'animer les séances d'entraînement, de composer l'équipe qui jouera le match et d'organiser la vie de son groupe (déplacements, gestions des conflits). Il participe évidemment à l'éducation citoyenne de ses joueurs par les valeurs qu'il transmet.

**Le bénévole** exerce une activité non rémunérée au sein d'une association. Dans un club de football, les bénévoles peuvent être dirigeants, encadrants d'équipes, accompagnateurs ou encore éducateurs. Les bénévoles sont la pierre angulaire du club : sans eux le club aurait du mal à fonctionner !

Pour vivre, permettre les déplacements, un club doit organiser des événements. En tant que licencié, on se doit, dans la mesure du possible, de **participer à la vie du club**. C'est aussi l'occasion de donner un état d'esprit à son club et d'apprécier les bienfaits du travail en équipe et de l'aventure humaine.

Un club a besoin de l'implication d'un grand nombre de personnes, de manière régulière. Les **parents** se mobilisent généralement dans l'accompagnement des joueurs lors des déplacements et contribuent à faire de la vie de l'équipe un moment agréable et constructif.

Pour mieux connaître mon club, je consulte régulièrement son **site internet** où je retrouve l'organigramme (schéma de l'organisation de mon club) **ou encore le calendrier des événements**.

## Le football français en quelques chiffres :

2 millions de licenciés (dont 1 millions de jeunes)  
1 million de matchs joués par an  
400 000 bénévoles  
Plus de 17 500 clubs

# Le planning des petites tâches

U14  
U19

1

## Je suis responsable de la propreté du terrain :

je vérifie qu'aucun déchet (bouteilles, emballages) ne traîne sur ou aux abords du terrain à la fin de l'entraînement ou du match.

2

## Je suis responsable du matériel :

je m'occupe d'apporter le matériel du local jusqu'au terrain avant l'entraînement et de le ranger après (2 joueurs peuvent s'en charger).

3

## Je suis responsable de la propreté des locaux et des vestiaires :

je vérifie qu'aucun déchet ne traîne dans le vestiaire. Si des affaires sont oubliées par mes coéquipiers, je me charge de les confier à mon éducateur.

4

## Je suis responsable «vert» :

je vérifie que les lumières sont bien éteintes et les robinets bien fermés quand tout le monde a quitté le vestiaire : je pense donc à sortir en dernier du vestiaire.

6

## Je suis responsable de l'accueil des adversaires le jour du match :

je leur indique notamment où se trouve leur vestiaire. Je peux compter sur le soutien de mon capitaine dans cette mission.

5

## Je suis responsable de prévenir les secours

ou un adulte du club si un de mes coéquipiers se blesse, afin que mon éducateur puisse rester à ses côtés.







U14  
U19

# Laisser les installations en bon état

## Constat et enjeux :

Participer à l'entretien des installations sportives relève d'un comportement éco-citoyen. Prendre soin des équipements, c'est leur assurer une durée de vie plus importante.



Mission de l'éducateur :

**Faire prendre en charge l'entretien des installations sportives  
par les utilisateurs**



## Actions à mettre en place :

- Demander aux joueurs de ramasser les bouteilles d'eau et papiers à la fin de l'entraînement ou de la rencontre (bancs de touche notamment).
- Inciter les joueurs à nettoyer leurs chaussures avant de rentrer dans les vestiaires. Prévoir un lieu et des brosses de nettoyage. Les joueurs participeront également au nettoyage du matériel pédagogique (ballons, coupelles...).
- Organiser une rotation pour que les jeunes participent au nettoyage des vestiaires. Vérifier l'état des vestiaires avant de les quitter.
- En cas de sanction disciplinaire, faire participer les joueurs à des travaux d'intérêt général : nettoyage des abords du stade, des tribunes, du local de matériel.

## Proposition de messages clés :

« J'ai plaisir à utiliser des installations et du matériel propres et en bon état. Au club et dans la vie en général, je quitte les locaux que j'ai utilisés dans l'état où j'aime les trouver »

## Fiche de référence :

« Les éco-gestes du jeune footballeur »



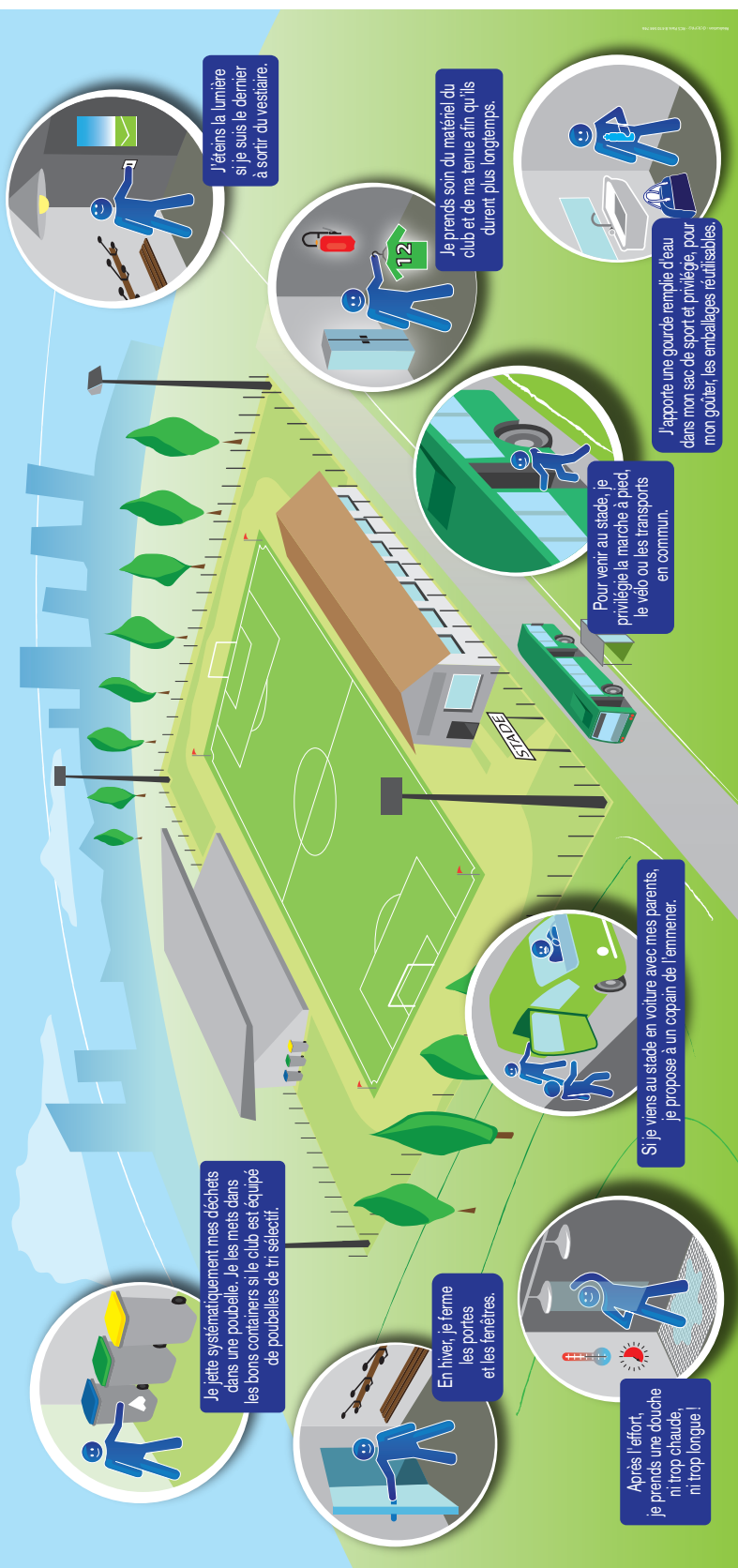
# Les éco-gestes du jeune footballeur

U14

U19

## Les éco-gestes du jeune footballeur

En réalisant ces petits gestes au quotidien, tu contribues à préserver l'environnement.





U14  
U19

# Se déplacer en toute sécurité

## Constat et enjeux :

Les jeunes licenciés (et leurs parents) utilisent différents moyens de transport pour se rendre au stade. A un âge où ils sont encore peu conscients des risques liés à ces modes de transport, il est important de les sensibiliser aux règles de sécurité leur permettant de s'en prévenir.



Mission de l'éducateur :

**Faire prendre conscience qu'un accident de la circulation peut arriver n'importe quand, et que le respect de quelques règles permet de ne pas se mettre en danger**



## Proposition de messages clés :

« Quand vous vous rendez au stade ou rentrez chez vous, soyez particulièrement prudents ; les accidents de la circulation concernent tout le monde : que vous soyez à pied, en rollers, en vélo, en scooter ou en voiture. En respectant certaines règles, on réduit de manière très importante les risques »

Recommandation :

Faire passer ce message à la fin des entraînements, lorsque tout le monde quitte le stade

## Fiche de référence :

« Je me déplace en toute sécurité »

### **Le saviez-vous ?**

Les jeunes (de 15 à 24 ans) sont les premières victimes de l'insécurité routière. Chaque année, environ 700 jeunes de moins de vingt ans sont tués lors d'accidents de la circulation et environ 24 000 sont blessés. Parmi ces derniers, beaucoup gardent des séquelles à vie et ne peuvent plus envisager la pratique sportive comme auparavant.

# Je me déplace en toute sécurité

U14

U19



## À PIED...

Je traverse sur les passages piétons.

**+** S'il n'y a pas de passage piéton, je choisis un endroit où je vois bien les véhicules arriver et où les véhicules me voient bien.



## À VÉLO...

Je porte un casque et un gilet rétro-réfléchissant (obligatoire la nuit hors agglomération).

**+** Je vérifie régulièrement l'état de mon vélo (freins, lumière, dispositifs réfléchissants).



## À CYCLO...

Je mets mon casque et je l'attache. La nuit, je mets un gilet rétro-réfléchissant pour être mieux vu.

**+** Je ne trafique pas mon cyclo pour qu'il aille plus vite et ne bois jamais d'alcool avant de conduire.



## EN VOITURE...

Je mets toujours ma ceinture à l'avant comme à l'arrière, même pour un trajet court.

**+** Si je mesure moins d'1m35, je m'installe sur un rehausseur.





# Réduire sa production de déchets

## Constat et enjeux :

La quantité de déchets a doublé en 40 ans : chacun de nous jette en moyenne 390 kg/an de déchets dans les poubelles et containers de tri.

La réduction des déchets permet de limiter la pollution et le rejet de gaz à effet de serre.



Mission de l'éducateur :

**Informers les licenciés sur les moyens de limiter leur production de déchets. Donner quelques exemples de gestes à réaliser au quotidien (utiliser une gourde réutilisable plutôt que des bouteilles d'eau par exemple)**



## Action à mettre en place :

- Organiser une bourse aux vêtements à destination des parents et des licenciés. Les maillots, shorts et autres paires de chaussures à crampons (encore en bon état) auront ainsi une nouvelle vie.

## Proposition de messages clés :

« Chacun de vous peut agir pour réduire sa production de déchets. Pour cela, il faut privilégier les produits ayant moins d'emballage et ceux qui sont recyclables. Il faut également mieux identifier les quantités dont vous avez besoin »

## Fiche de référence :

« Quelques astuces pour limiter sa production de déchets »

Recommandation :  
Faire passer ce message en début d'entraînement

# Quelques astuces pour limiter sa production de déchets

U14  
U19

**Mieux acheter, c'est choisir des produits en vrac, avec le moins d'emballages possibles et qui soient recyclables.**



**Idée :** pour mes goûters, j'essaie de privilégier des aliments que je peux amener dans une boîte à goûter (plutôt que des portions individuelles). À l'idéal, je consomme des fruits car les seuls déchets que je produirai seront détruits naturellement (compostage).

**Mieux utiliser, c'est bien choisir les quantités dont j'ai besoin.**



**Idée :** en consommant de l'eau du robinet dans une gourde plutôt que de l'eau en bouteille, je réduis en moyenne mes déchets de 12 kg par an ! A chaque entraînement, je pense à emmener ma gourde dans mon sac de sport. En plus, je ne suis pas obligé de remplir ma gourde complètement pour aller à l'entraînement : il me suffit de prévoir juste ce dont j'ai besoin pour économiser de l'eau.

**Moins jeter, c'est donner une « seconde vie » aux objets, vêtements que je n'utilise plus. Trier c'est bien, mais jeter moins c'est encore mieux.**



**Idée :** quand mes équipements de foot ne sont plus à ma taille mais qu'ils sont encore en bon état, je peux en faire don au club, qui trouvera quelqu'un de plus jeune pour en profiter !



U14  
U19

# Respecter les arbitres

## Constat et enjeux :

Le rôle de l'arbitre est de faire appliquer les lois du jeu. Il doit être considéré comme un partenaire du jeu. Ses décisions sont parfois contestées, principalement en raison d'une méconnaissance des règles. Ces comportements peuvent avoir des effets négatifs sur le climat des rencontres et sur l'image du football en général.



Mission de l'éducateur :

**Apprendre aux licenciés à respecter les décisions de l'arbitre**



## Actions à mettre en place :

- Bien accueillir les arbitres dès leur arrivée au stade.
- Sortir un joueur du terrain qui conteste les décisions arbitrales.
- L'ensemble des joueurs échange une poignée de main avec les arbitres à la fin du match quel que soit le résultat.
- Partager, à l'issue du match, un « pot de l'amitié » avec les arbitres.
- Intégrer les arbitres licenciés dans la vie du club.

## Proposition de messages clés :

« L'arbitre est le sportif qui contrôle le jeu et veille à la sécurité des joueurs »

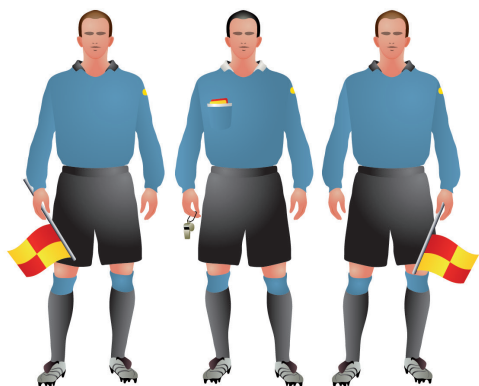
## Fiche de référence :

« Code de bonne conduite vis-à-vis de l'arbitre »

Recommandation :  
Fiche à distribuer aux joueurs

# Code de bonne conduite vis-à-vis de l'arbitre

U14  
U19



**Sans arbitre, il n'y a pas de match. Il est là pour faire respecter les lois du jeu et protéger les joueurs. Le respect de l'arbitrage est donc l'affaire de tous : joueurs, entraîneurs, dirigeants, spectateurs, parents... Et lorsque la tension monte, c'est à l'éducateur d'intervenir pour calmer ses joueurs et appuyer les décisions de l'arbitre, quelles qu'elles soient.**

## Accueillir l'arbitre

Quand un arbitre arrive au stade, éducateurs, joueurs et dirigeants le saluent. Avant le match, penser à lui offrir une bouteille d'eau et après le match, quel que soit le résultat, le remercier d'avoir permis son bon déroulement en lui serrant la main.

## Refuser la tricherie

Simuler ou contester n'aident pas l'arbitre dans ses décisions : dans tous les cas, la tricherie et la violence doivent être bannies.

## Comprendre la complexité d'arbitrer

Le rôle de l'arbitre est difficile. Sur le terrain, il est seul face aux joueurs des deux équipes et n'a que ses yeux pour juger et prendre très vite ses décisions. Il y a 17 lois du jeu donnant lieu à des détails et interprétations pour chacune des règles.

## Accepter les décisions de l'arbitre et ses erreurs éventuelles

Si l'arbitre prend une décision, il faut la respecter. En cas de mauvaise compréhension, demander calmement une explication à la fin du match. Et s'il peut lui arriver de se tromper, cela fait partie du jeu, il faut donc accepter ses erreurs. Pas d'agressivité, ni de pression ! C'est inutile et ne fera pas changer la décision de l'arbitre.

## S'appuyer sur le capitaine

Le capitaine entend et voit tout ce que disent ses coéquipiers. Il connaît les caractères de chacun de ses partenaires. Alors, si l'un d'eux s'énerve ou conteste, c'est à lui de le calmer et de lui expliquer.





U14  
U19

# Faire preuve d'abnégation et de combativité

## Constat et enjeux :

Sur le terrain, la combativité dans le respect des règles et des adversaires ainsi que l'abnégation au service de l'équipe sont des valeurs à encourager et à développer. Le football est un sport de contact au sein duquel il est nécessaire de faire preuve d'engagement tout en respectant les limites fixées par les règles du jeu.



Mission de l'éducateur :

**Apprendre aux joueurs à se surpasser  
dans les règles de l'art**



## Actions à mettre en place :

- Souligner et rappeler les valeurs du club et de l'équipe à l'occasion de la préparation des matchs : entraînements, causeries.
- Mettre en place des jeux avec handicap à l'entraînement (ex : buts de retard).
- Interpeller les joueurs sur ce qui caractérise un joueur combatif, sur la définition de la notion d'abnégation etc...
- Mettre en avant les jeunes qui s'engagent : élection du joueur combatif sur une période.

## Propositions de messages clés :

- « Je suis capable d'être combatif sur le terrain sans avoir un comportement susceptible de mettre en danger l'intégrité physique de mes partenaires de jeu »
- « J'ai l'ambition de me surpasser pour mon équipe et mes coéquipiers tout en respectant les règles de jeu »
- « Le surpassement permet de prendre l'ascendant sur un adversaire réputé supérieur »



U14  
U19

# Rester concentré

## Constat et enjeux :

Le sort d'une rencontre peut basculer à des moments au sein desquels la concentration n'est plus optimale. De cette manière, le risque encouru par le joueur est de « sortir du match » par le biais d'actes contraires à l'esprit du jeu. Il convient ainsi de mettre en place des stratégies permettant d'atteindre un niveau correct de concentration.



Mission de l'éducateur :

**Sensibiliser les joueurs sur la nécessité de rester concentré au cours d'un match**



## Actions à mettre en place :

- Mettre en place des exercices qui obligent à rester concentré : temps de jeu avec départ du ballon sur des coups de pieds arrêtés, jeux avec réversibilité des rôles (phases de transitions), opposition multicolore...
- Proposer des ateliers physiques et athlétiques afin que les joueurs puissent être lucides toute la durée du match.
- Exposer, lors des causeries, les conséquences d'un mauvais geste (ex : coup sur adversaire) pour le joueur (suspension), l'équipe (perte de compétitivité) et le club (image, amende...).
- Demander au capitaine de communiquer avec ses coéquipiers pour mobiliser les joueurs lors des moments clés du match.

## Propositions de messages clés :

- « Je reste concentré sur le match quel que soit le résultat de la rencontre »
- « Si des insultes ou provocations sont proférées à mon encontre, je ne réagis jamais de façon incorrecte mais je reste focalisé sur mes objectifs »
- « Il est important que je sois en bonne condition physique pour garder toute ma lucidité »



U14  
U19

# Se comporter avec élégance sur et en dehors du terrain

## Constat et enjeux :

Sur et en-dehors du terrain, quelles que soient les circonstances, le comportement du joueur doit rester courtois en permanence. L'image véhiculée par le club repose en partie sur les attitudes de ses membres.



Mission de l'éducateur :

Enseigner la pratique du football dans un esprit sportif



## Actions à mettre en place :

- Echanger avec les joueurs sur la notion de fair play.
- Définir avec les jeunes les comportements attendus sur le terrain.
- Ne pas stigmatiser les erreurs en rappelant que tout le monde peut en commettre.

## Propositions de messages clés :

- « En cas de victoire, je reste humble et respectueux de mon adversaire »
- « En cas de défaite, j'accepte de perdre, je rends hommage à la performance de mon adversaire »

## Fiche de référence :

- « Carton vert attitude + »

Recommandation :

Lors des rassemblements, mettre en place le dispositif du carton vert



# Carton Vert « Attitude + »

U14  
U19

## Objectif :

Le carton vert est une action qui permet de valoriser les bonnes attitudes des joueurs sur le terrain afin d'encourager les bons comportements.

## Quelles attitudes valoriser ?

Toutes les attitudes spontanées positives en lien avec les valeurs de la FFF :

<b>P</b> PLAISIR	<b>R</b> RESPECT	<b>Ê</b> ENGAGEMENT	<b>T</b> TOLÉRANCE	<b>S</b> SOLIDARITÉ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Privilégier le beau geste ou le beau jeu</li> <li>• Vivre avec enthousiasme et générosité son match</li> <li>• Partager des émotions sans exubérance avec ses partenaires</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contribuer à la bonne entente au sein de l'équipe</li> <li>• Reconnaître les belles actions de l'adversaire</li> <li>• Porter les consignes de l'éducateur ou de l'arbitre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Avoir le goût de l'effort et du dépassement de soi</li> <li>• Être un capitaine exemplaire</li> <li>• Continuer à jouer tout le match, même largement mené</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Minimiser l'erreur d'un partenaire</li> <li>• Accepter d'être remplacé</li> <li>• Favoriser l'acceptation de l'erreur arbitrale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Réconforter un coéquipier en difficulté</li> <li>• Rester unis dans la défaite</li> <li>• Se comporter comme un remplaçant exemplaire</li> </ul>

## Mise en place :

- 1 carton vert maximum est attribué par match à chacune des équipes. Possibilité de ne pas en décerner.
- Le club qui accueille est chargé de sa mise en place.
- 1 observateur au moins par équipe (éducateur, accompagnateur, parent ...) est désigné et identifié. Il observe particulièrement le comportement des joueurs de l'équipe adverse (1 personne neutre peut remplir ce rôle).

## Attribution du Carton Vert :

- A l'issue du match, les observateurs se concertent et désignent le ou les joueurs lauréats. Ils remplissent le carton qui sera remis.
- Sur le terrain ou au clubhouse, en présence des acteurs du match (joueurs, arbitres, éducateurs, accompagnateurs), le capitaine de l'équipe adverse remet le carton vert au joueur désigné.
- Le motif de la désignation est annoncé à haute voix par l'observateur adverse.
- Un classement par joueur ou par équipe peut être organisé à l'issue du championnat ou du tournoi avec valorisation des lauréats.



U14  
U19

# Gérer et arbitrer une rencontre futsal

## Constat et enjeux :

Le futsal est une pratique complémentaire dans la formation de nos jeunes joueurs. Son arbitrage présente deux spécificités par rapport à l'arbitrage traditionnel : gestion de la table de marque et arbitrage au centre à 2.

“

Mission de l'éducateur :

**Exposer les règles du futsal, l'arbitrage de l'activité  
et la gestion de la table de marque**

”

## Actions à mettre en place :

- Proposer des séances et des rencontres de futsal lors des périodes hivernales.
- Présenter les règles de cette discipline en salle.
- Instaurer une rotation dans les missions d'arbitrage pour les rencontres de futsal (table de marque, arbitre etc...).

## Fiche de référence :

« Futsal : règles spécifiques et arbitrage »

Recommandation :  
Fiche à distribuer aux joueurs

# Futsal : Règles Spécifiques et Arbitrage

U14

U19

## Connaître les règles essentielles du futsal

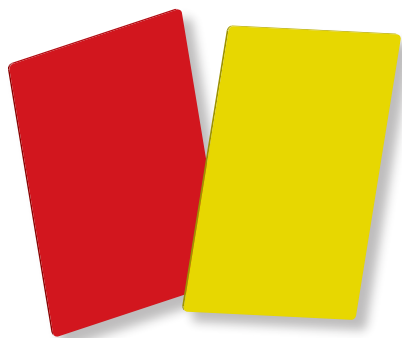
- 4 joueurs de champ, 1 gardien et 7 remplaçants maximum par équipe
- Un ballon plus petit et plus lourd (T4)
- Terrain et buts de hand-ball
- Pas de hors-jeu
- 2 périodes de 20' (à adapter chez les jeunes)
- Temps mort possible de 1' par équipe et par période
- 5 fautes cumulées autorisées (CFD) par période et par équipe à partir de la 6<sup>ème</sup> et les suivantes, CFD sans mur à 10 m (à 7 ou 8m chez les jeunes)
- Coup de pied de réparation à 6m
- Adversaire à 5m sur les remises en jeu, 4 secondes pour jouer
- Rentrée de touche au pied, sortie de but réalisée à la main par le gardien
- Système du remplaçant-remplacé, changement possible pendant le jeu par la zone de remplacement (5 m de large à 5 m de la ligne médiane)
- Charge à l'épaule et tacle interdits (chez les jeunes)
- Remplacement possible au bout de 2' d'un exclu (carton blanc chez les jeunes : exclusion remplacée)

## Arbitrer une rencontre de futsal

- L'arbitrage se réalise à 2 centraux
- Les arbitres se positionnent le long d'une ligne de touche, un arbitre de chaque côté du terrain
- Chaque arbitre gère prioritairement les actions qui se déroulent de son côté
- La gestuelle est identique à celle du foot à 11
- Quelques règles particulières doivent être connues

## Gérer la table de marque

- Gérer du temps de jeu de la rencontre (au panneau si possible) et les temps morts
- Comptabiliser les fautes cumulées des équipes et indiquer aux arbitres quand une équipe est sanctionnable d'un coup franc direct sans mur à 10 m
- Comptabiliser les buts de la rencontre
- Gérer les exclusions
- Elaborer le classement des équipes et annoncer les matchs suivants (dans le cadre d'un tournoi)



U14  
U19

# Connaître les sanctions disciplinaires

## Constat et enjeux :

Au football, les sanctions disciplinaires se caractérisent par l'attribution de la part de l'arbitre d'un carton jaune (avertissement) ou d'un carton rouge (exclusion) à un joueur fautif. Ces sanctions prévues dans les lois du jeu sont souvent mal connues par les joueurs. Les causes de la sanction reçue sont rarement analysées.



Mission de l'éducateur :

**Porter à la connaissance des joueurs les sanctions disciplinaires prévues par les règlements et faire identifier les causes de la sanction reçue**



## Actions à mettre en place :

- Prévoir des séquences d'information auprès des joueurs. Possibilité de s'appuyer sur des situations vécues dans la saison.
- Analyser les origines de la sanction disciplinaire reçue (ex : mauvais placement ou condition physique, émotions non maîtrisées...) : L'analyse se fait plusieurs jours après le match. Elle est collective ou individuelle selon les contextes.

**Attention de ne pas analyser seulement les sanctions qui ont une incidence sur le résultat du match.**

## Fiche de référence :

« Les sanctions disciplinaires »

Recommandation :  
Fiche à distribuer aux joueurs



# Les sanctions disciplinaires

U14  
U19

Les sanctions disciplinaires données par un arbitre à l'encontre d'un joueur au cours d'une rencontre sont attribuées quand le joueur commet une faute ou un acte irrégulier inscrit dans les lois du jeu. La sanction prend alors la forme d'un avertissement (carton jaune) ou d'une exclusion (carton rouge).

## Les 7 fautes ou actes passibles d'un « carton jaune »

- Se rendre coupable d'un comportement antisportif (CAS) : tacle irrégulier, tirage de maillot, enlever son maillot...
- Manifester sa désapprobation en paroles ou en actes.
- Enfreindre avec persistance les lois du jeu.
- Retarder la reprise du jeu.
- Ne pas respecter la distance requise quand le jeu reprend par un corner ou un coup franc.
- Pénétrer ou revenir sur le terrain de jeu sans l'autorisation préalable de l'arbitre.
- Quitter délibérément le terrain de jeu sans l'autorisation préalable de l'arbitre.

## Les 7 fautes ou actes passibles d'un « carton rouge »

- Recevoir un deuxième avertissement au cours du même match.
- Anéantir une occasion de but manifeste d'un adversaire se dirigeant vers le but en commettant une faute passible d'un coup franc ou d'un pénalty.
- Empêcher un adversaire de marquer un but ou anéantir une occasion de but manifeste en touchant volontairement le ballon des mains, excepté le gardien dans sa surface.
- Se rendre coupable d'une faute grossière à l'encontre d'un joueur.
- Se rendre coupable d'un comportement violent.
- Cracher sur un adversaire ou toute autre personne.
- Tenir des propos ou faire des gestes blessants, grossiers ou injurieux.

**La sanction est possible pour tous les actes commis à l'égard d'un joueur, d'un officiel, d'un dirigeant ou du public pendant ou en dehors de la rencontre.**



U14  
U19

# Connaître le barème des sanctions

## Constat et enjeux :

Les sanctions disciplinaires peuvent faire l'objet d'une suspension de jeu plus ou moins importante. Les barèmes disciplinaires déterminent, selon la qualification des faits, les sanctions minimales prononcées. Ces sanctions peuvent être alourdies de matchs supplémentaires, de matchs avec sursis, d'une durée allongée jusqu'à la radiation à vie.



Mission de l'éducateur :

**Porter à connaissance des joueurs, le barème des sanctions dans ses grandes lignes**



## Actions à mettre en place :

- Donner le barème aux joueurs en début de saison, accompagné de commentaires. Possibilité d'afficher le barème dans les vestiaires ou le clubhouse.
- Dresser un bilan de la saison précédente (nombre de joueurs suspendus dans la saison, nombre de matchs cumulés sans jouer, coût financier pour le club).
- Fixer des objectifs avec les joueurs pour la saison à venir.
- Informer que toute forme de violence peut entraîner des poursuites judiciaires et qu'une peine plus lourde peut être envisagée si la victime est un arbitre (mission de service public).

## Proposition de messages clés :

« Le football est sport collectif. Une suspension me pénalise ainsi que l'ensemble de mon équipe »

## Fiche de référence :

« Le barème des sanctions à l'encontre des joueurs »

Recommandation :  
Fiche à distribuer aux joueurs

# Le barème des sanctions à l'encontre des joueurs

U14  
U19

## Avertissements reçus (Carton jaune)

Nature de l'acte	Sanction minimale ferme
Deuxième avertissement au cours du même match (exclusion)	1 match
3 avertissements en moins de 3 mois	1 match

## Fautes passibles d'une exclusion (Carton rouge)

Nature de l'acte	Moment	Sanction minimale
Anéantissement d'une occasion de but sans atteindre l'intégrité physique	Pendant la rencontre	2 matchs
Faute grossière à l'encontre d'un joueur (mise en danger de l'intégrité physique)	Pendant la rencontre	3 matchs
Propos ou gestes déplacés	Au cours de la rencontre En dehors de la rencontre	1 match 2 matchs
Propos blessants à l'encontre d'un joueur ou d'un dirigeant ou du public	Pendant la rencontre Après la rencontre	1 match 2 matchs
Propos blessants à l'encontre d'un officiel	Pendant la rencontre Après la rencontre	2 matchs 3 matchs
Propos grossiers ou injurieux à l'encontre d'un joueur ou d'un dirigeant ou du public	Pendant la rencontre Après la rencontre	2 matchs 3 matchs
Propos grossiers ou injurieux à l'encontre d'un officiel	Pendant la rencontre Après la rencontre	3 matchs 4 matchs
Gestes ou comportement obscènes à l'encontre d'un joueur ou d'un dirigeant ou du public	Pendant la rencontre Après la rencontre	3 matchs 4 matchs
Gestes ou comportements obscènes à l'encontre d'un officiel	Pendant la rencontre Après la rencontre	4 matchs 5 matchs
Menaces, intimidations verbales ou physiques à l'encontre d'un joueur ou d'un dirigeant ou du public	Pendant la rencontre Après la rencontre	3 matchs 4 matchs
Menaces, intimidations verbales ou physiques à l'encontre d'un officiel	Pendant la rencontre Après la rencontre	5 matchs 8 matchs

# Le barème des sanctions à l'encontre des joueurs

U14  
U19

## Fautes passibles d'une exclusion (Carton rouge)

Nature de l'acte	Moment	Sanction minimale
Propos ou comportements racistes	Pendant ou après la rencontre	6 matchs
Bousculade volontaire, tentative de coups à l'encontre d'un joueur ou d'un dirigeant ou du public	Pendant la rencontre Après la rencontre	4 matchs 5 matchs
Bousculade volontaire, tentative de coups à l'encontre d'un officiel	Pendant la rencontre Après la rencontre	6 mois 1 an
Crachat à l'encontre d'un joueur ou d'un dirigeant ou du public	Pendant la rencontre Après la rencontre	5 matchs 7 matchs
Crachat à l'encontre d'un officiel	Pendant la rencontre Après la rencontre	9 mois 18 mois
Brutalité, coups sans interruption temporaire de travail à l'encontre d'un joueur ou d'un dirigeant ou du public	Pendant la rencontre Après la rencontre	4 matchs 6 matchs 8 matchs
Brutalité, coups sans interruption temporaire de travail à l'encontre d'un officiel	Pendant la rencontre Après la rencontre	2 ans 3 ans
Brutalité, coups avec interruption temporaire de travail < 8 jours à l'encontre d'un joueur ou d'un dirigeant ou du public	Pendant l'action de jeu En dehors de l'action de jeu Après la rencontre	6 matchs 6 mois 1 an
Brutalité, coups avec interruption temporaire de travail < 8 jours à l'encontre d'un officiel	Pendant la rencontre Après la rencontre	4 ans 6 ans
Brutalité, coups avec interruption temporaire de travail > 8 jours à l'encontre d'un joueur ou d'un dirigeant ou du public	Pendant l'action de jeu En dehors de l'action de jeu Après la rencontre	12 matchs 1 an 2 ans
Brutalité, coups avec interruption temporaire de travail > 8 jours à l'encontre d'un officiel	Pendant la rencontre Après la rencontre	6 ans 10 ans



U14  
U19

# Connaître l'organisation du club

## Constat et enjeux :

Peu de parents et de licenciés connaissent le fonctionnement d'un club de football. Leur implication dans la vie de l'association constitue un enjeu important. Cet engagement bénévole doit être valorisé et s'inscrire dans la continuité.



Mission de l'éducateur :

**Informers parents et licenciés sur le fonctionnement  
d'un club de football**



## Actions à mettre en place :

- Proposer à l'ensemble des bénévoles un espace permettant de passer du temps au sein du club.
- Valoriser les bénévoles impliqués dans le club : Désignation du bénévole du mois, de l'année etc...

## Proposition de messages clés :

« Un club de football amateur est une association qui fonctionne grâce à l'implication de dirigeants bénévoles : les membres du comité directeur sont élus par les licenciés au suffrage universel lors de l'Assemblée générale »

Recommandation :

À l'occasion de réunions d'information, faire passer le message aux parents et aux licenciés

## Fiche de référence :

Le « lexique » du club de football amateur

**cf : chapitre engagement citoyen**



U14  
U19

# Connaître les partenaires du club

## Constat et enjeux :

Le club constitue une organisation complexe. Les joueurs ont souvent un regard orienté autour de leur seule pratique. Ils ne connaissent pas ou peu l'ensemble des partenaires du club qui permettent de mettre en œuvre les conditions matérielles (mise à disposition des installations, dotation de tenues...) et financières de leur pratique (subventions des collectivités territoriales, de l'Etat, des entreprises privées etc...)

“

Mission de l'éducateur :

**Présenter aux jeunes l'importance des partenaires de club et communiquer sur leur rôle**

”

## Action à mettre en place :

- Sensibiliser les joueurs en salle à l'occasion d'un stage (temps du midi) ou le jour d'une séance annulée pour cause d'intempéries. Une forme jouée entre plusieurs équipes peut être mise en œuvre.

## Propositions de messages clés :

- « Les partenaires du club peuvent offrir au club des ressources financières ou matérielles qui sont très importantes pour la vie du club »
- « La majorité des ressources financières des clubs sont constituées de subventions publiques, de sponsoring ou encore de mécénat »

## Fiche de référence :

Questionnaire : « Les partenaires du club »

Recommandation :  
Fiche à distribuer aux éducateurs



# Questionnaire : « Les partenaires du club »

U14  
U19

**Question :**

A qui appartiennent les installations du club ?  
(terrain, vestiaires, tribunes, club house)

**Réponses possibles :**

Commune, regroupement de communes, club...

**Question :**

Qui est chargé de leur entretien ?  
(pelouse, vestiaire, tribune, club house)

**Réponses possibles :**

Commune, regroupement de communes, club...

**Question :**

Quels rôles peuvent avoir les joueurs dans leur entretien ?

**Réponse possible :**

Respect du terrain (remettre les mottes de terre en place, respect de la propreté des vestiaires, nettoyage des chaussures...)

**Question :**

Qu'est ce que le mécénat ?

**Réponse :**

Personne physique ou entreprise qui soutient le club financièrement, humainement ou matériellement sans contrepartie directe. Il s'agit souvent d'un don.

**Question :**

Qui paie généralement les maillots des équipes dans un club de football ?

**Réponse :**

Les sponsors

**Question :**

Qui verse les subventions à notre club ?

**Réponse à adapter :**

Collectivités territoriales, Ministère des Sport (CNDS), Fédération Française de Football...

**Question :**

Qu'est ce qu'une subvention ?

**Réponse :**

Aide financière d'un partenaire public (ville, état...)

**Question :**

Connaissez-vous d'autres sponsors dans le club ?

**Question :**

Où sont-ils affichés ?

**Réponse :**

Panneaux publicitaires, plaquette du club, maillots...







U14  
U19

# Connaître l'environnement institutionnel du club

## Constat et enjeux :

Les joueurs de football bénéficient d'une pratique organisée tout au long de l'année. Cette pratique est gérée par les institutions qui varient selon les niveaux de compétitions (Districts, Liges, Fédération).

Dans le cadre d'une pratique compétitive, les jeunes doivent savoir situer le niveau de jeu de leur équipe parmi tous ceux qui sont proposés et connaître le fonctionnement des différentes compétitions (nombre de matchs, nombre de phases, accession, rétrogradation...)

“

Mission de l'éducateur :

**Faire connaître aux jeunes les différentes instances du football et leurs rôles**

”

## Actions à mettre en place :

- Présenter l'environnement institutionnel de l'équipe et du club dans le cadre d'un stage ou d'un entraînement annulé. Cette présentation peut se faire à l'appui du questionnaire ou sous forme ludique (concours entre plusieurs équipes).
- Présenter les sections sportives ; les stades départementaux, régionaux ou nationaux ; les sélections régionales et nationales etc...

## Fiche de référence :

Questionnaire : « L'environnement institutionnel de l'équipe et du club »

Recommandation :  
Fiche à distribuer aux éducateurs

# Questionnaire : « L'environnement institutionnel de l'équipe et du club »

U14  
U19

**Question :**  
A quel niveau jouez-vous ?

**Question :**  
Combien y a-t-il de groupes dans votre niveau de jeu ?

**Question :**  
Quels sont les autres niveaux de jeu de votre catégorie d'âge ?

**Question :**  
Comment fonctionne le championnat, la coupe et le futsal ? (phases, montées, descentes, qualifications...)

**Question :**  
Qui gère votre championnat ?

**Question :**  
Qui gère les suspensions de joueurs ?

**Question :**  
Combien y a-t-il de licenciés dans votre club ?

**Question :**  
Combien y a-t-il de licenciés à la FFF ?  
**Réponse :**  
Plus de 2 millions de licenciés.

**Question :**  
Combien y a-t-il de clubs en France ?  
**Réponse à adapter :**  
Plus de 17 000 clubs.

**Question :**  
Quelles actions de détection vous concerne cette saison ?

**Question :**  
Y a-t-il des centres de perfectionnement pour votre catégorie ?

**Question :**  
Dans quel pôle ou section sportive scolaire pouvez-vous rentrer l'an prochain ?

**Question :**  
Quelle formation d'éducateur pouvez-vous suivre ?

**Réponse à adapter :**  
Module U9 mineurs et module U11 mineurs pour les catégories U15 et U18.

**Réponse :**  
Environ 80 par an, soit 1 pour 1000 d'une génération.

**Question :**  
Combien de joueurs (d'une catégorie d'âge) deviennent professionnels chaque année ?





# Être fidèle à son club

## Constat et enjeux :

L'évolution de la société et des mentalités se traduit aujourd'hui par un manque de fidélité des jeunes à leur club. De nombreux joueurs, avant l'âge de 15 ans, ont déjà eu une licence dans plusieurs clubs.



Mission de l'éducateur :

**Mettre en place les conditions pour développer auprès des jeunes le sentiment d'appartenance au club**



## Actions à mettre en place :

- Expliquer la valeur symbolique de la signature d'une licence (engagement sur 1 saison), voire d'une carte de membre actif.
- Animer la vie du club par l'organisation de manifestations diverses (tournois, sorties, activités...).
- Inciter les joueurs et leur entourage à s'investir dans le club (participation aux activités, intégration dans le bureau du club, bénévolat...).
- Valoriser les membres du club (joueurs, entraîneurs, dirigeants...) sur divers supports (site internet, journal du club, assemblée générale...).
- Proposer dans la mesure du possible, des équipements aux couleurs du club (survêtement, tee-shirt, polo...).
- Développer le sentiment d'appartenance au club en s'appuyant sur les valeurs qui doivent être communes à tout l'encadrement, dans les différentes équipes et tout au long des saisons.
- Ne pas participer au recrutement exacerbé de jeunes joueurs mis en place par certains clubs.

## Proposition de messages clés :

« La vie d'un club ou d'une équipe est faite de haut et de bas. Il te sera formateur de participer à la construction d'un projet et d'en être un acteur sur plusieurs saisons »

# Porter les valeurs du foot



## Constat et enjeux :

La pratique d'un sport et l'adhésion à un club impliquent pour chacun des acteurs le partage de valeurs. Elles doivent être connues, identifiées et sont l'essence même d'une pratique citoyenne du football. La FFF a aujourd'hui identifié les 5 valeurs « PLAISIR, RESPECT, ENGAGEMENT, TOLÉRANCE, SOLIDARITÉ » qui devront être défendues avec celles des clubs.

“

Mission de l'éducateur :

**Faire connaître les valeurs du football et du club à ses joueurs  
et en garantir l'application**

”

## Actions à mettre en place :

- Faire réfléchir les joueurs sur les valeurs de la FFF et de son club. Cette réflexion peut enrichir la construction d'une « charte de vie » de l'équipe élaborée avec les joueurs en début de saison.
- Valoriser périodiquement le joueur qui porte le mieux chacune de ces valeurs en déterminant des critères d'attribution (CF. fiche « les valeurs du foot »). Il est élu par ses partenaires et/ou par le staff. On peut alors récompenser le « joueur-plaisir », le « joueur-respect »... et le vainqueur du combiné en fin de saison (cumul des 5 valeurs).

## Proposition de messages clés :

« Je suis PRETS à partager les valeurs de la FFF : « Plaisir ; Respect ; Engagement ; Tolérance ; Solidarité »

## Fiches de référence :

« Les valeurs de la Fédération Française de Football »

Recommandation :  
Fiche à distribuer aux joueurs et leurs parents

Questionnaire : « Les valeurs du foot »

Recommandation :  
Fiche à distribuer aux éducateurs

# Les valeurs de la Fédération Française de Football

U6 à  
U19



## Plaisir

Plaisir de jouer à tout âge et tout niveau



## Respect

Respecter l'adversaire  
l'arbitre, l'encadrement



## Engagement

Engagement du corps et du cœur



## Tolérance

Exemplaire dans l'accueil  
de toutes les aptitudes



## Solidarité

Solidarité du Football Français  
et du sport d'équipe

# Questionnaire : « Les valeurs du Football »

U6 à  
U19

1

Quelles sont les 5 valeurs de la F.F.F ?

*Réponse : P.R.E.T.S comme PLAISIR, RESPECT, ENGAGEMENT, TOLÉRANCE et SOLIDARITÉ.*

2

Qu'est-ce que signifient pour vous ces valeurs (en tant que joueur) ?

**PLAISIR** : venir au club avec enthousiasme et la volonté de s'épanouir ; nouer et entretenir des relations amicales avec ses partenaires ; privilégier la qualité du jeu collectif ; partager des émotions avec son équipe et son entourage.

**RESPECT** : dire bonjour, merci, au-revoir ; écouter l'éducateur, l'arbitre et les dirigeants ; adopter un langage et un ton permettant d'échanger ; respecter les infrastructures et le matériel.

**ENGAGEMENT** : être présent régulièrement jusqu'au bout de la saison et être ponctuel ; participer au rangement du matériel, participer activement à la séance et au match, s'impliquer pour gagner collectivement.

**TOLÉRANCE** : accepter les différences (sexe, ethnie, handicap) ; accepter les divergences d'opinion ; accepter les décisions de l'éducateur, de l'arbitre et des dirigeants ; accepter l'erreur du partenaire ou de l'arbitre.

**SOLIDARITE** : encourager ses partenaires ; « se serrer les coudes » dans les situations difficiles ; accepter collectivement la défaite et rester soudés pour rebondir ; conserver « l'intimité du vestiaire ».

3

Notre club a-t-il des valeurs particulières ?  
Quelles sont -elles ?

*Réponse : CF.projet du club*