



District de la Loire de Football

La Pratique U7

U6G-U6F	2021
U7G-U7F	2020
U8F	2019



AVEC LES CLUBS POUR LES CLUBS



Coordonnées des responsables



Catégories	Délégation du Roannais delegation-roanne@loire.fff.fr			District de la Loire technique-jeunes@loire.fff.fr	
U9 (Plateau)		Paul BRIDEAU	06-26-29-49-27		Rodolphe OIZEL jeunesU9@loire.fff.fr 07 77 88 99 44
U7 (Plateau)		Paul BRIDEAU	06-26-29-49-27		Christian BRACONNOT 06 80 30 81 37 jeunesU7@loire.fff.fr
CTD DAP (Opérations FFF)	 William VALLAS 07 61 54 08 24 wvallas@loire.fff.fr				



**Une place pour
tous les enfants**

Le joueur, la joueuse



G & F
**Enfants en situation
de handicap**

**Améliorer
l'attractivité
et la fidélisation**

L'enfant au centre des projets
Fédération, Territoires et Clubs

**Permettre la
progression de
chaque enfant**



Sur les rencontres, sur la saison,
tournois de fin de saison

**Je joue le même temps de
jeu que tous les enfants
de ma catégorie.**

**Je rencontre des enfants de
mon niveau
de jeu, pour prendre du
plaisir.**

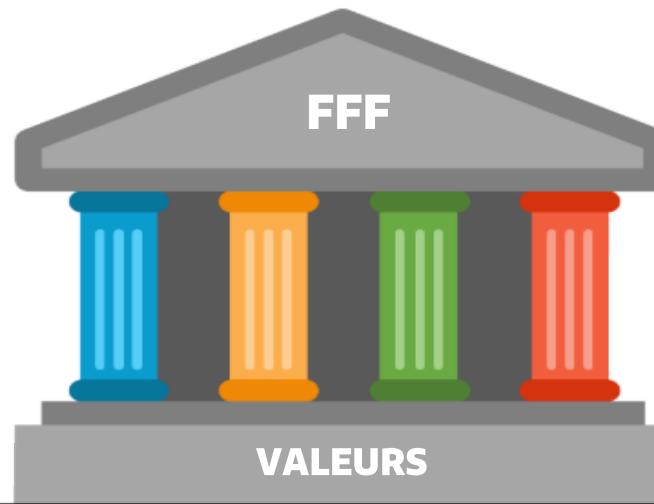
Plusieurs phases,
niveaux, format adapté

Jeux de progression (défis, forme
jouée en ballon magique, Funino,
Défis techniques
Alternance des effectifs

**Je progresse grâce à la
diversité des jeux proposés.**

**Je suis acteur
de ma pratique**

Règles du jeu, Arbitrage des jeunes
par les jeunes, PEF, différents rôles



Le dispositif pass Sport est de retour pour la rentrée 2026



Dispositif renforcé : montant de 50 €

Qui est concerné ?

- Les **jeunes de 6 à 17 ans** dont le quotient familial (CAF ou MSA) est de 699 € ou moins ;
- Les **jeunes en situation de handicap** : de 6 à 19 ans bénéficiaires de l'AEEH, de 16 à 30 ans bénéficiaires de l'AAH ;
- Les **jeunes de moins de 28 ans boursiers** (bourse CROUS, y compris l'aide annuelle, ou bourse régionale pour une formation sanitaire et sociale) attribuée avant le 15 octobre 2026.



AVEC LES CLUBS POUR LES CLUBS



Sommaire

- **Règlement et Lois du Jeu**
- **Organisation de la pratique**
- **Aspect administratif**
- **Poules U7 – U9**





Cas des Joueurs nés en U6 (2022)



- **Ceux-ci peuvent prétendre à avoir une licence à 5 ans révolus**
- Ils peuvent pratiquer en plateau après la prise de licence
- **Les certificats médicaux ne sont plus obligatoires pour les licences**



AVEC LES CLUBS POUR LES CLUBS



Lois du jeu

Catégories /Domaine	U6/U7	U8/U9
Terrain	Foot à 4 (3 + Gardien) : 28 x 20 m	Foot à 5 (4 + Gardien) : 36 x 28 m
But	4 x 1,50 m (avec filets...)	
Coup de pied de réparation	7 m	8 m
Ballon	T3	
Tacles	Tacles interdits	Autorisés
Surface de réparation	7 m x largeur du terrain	8 m x largeur du terrain
	<u>Relance protégée :</u> Sur une sortie de but ou lorsque le gardien a le ballon à la main/pied, l'équipe adverse doit se trouver derrière la zone protégée, elle ne peut rentrer que lorsqu'un autre joueur a touché le ballon	
Coup de pied de but	Ballon arrêté, endroit libre dans la surface	



U6

U7

INSTALLATION DU TERRAIN

CONSIGNES FÉDÉRALES D'ORGANISATION DES PLATEAUX

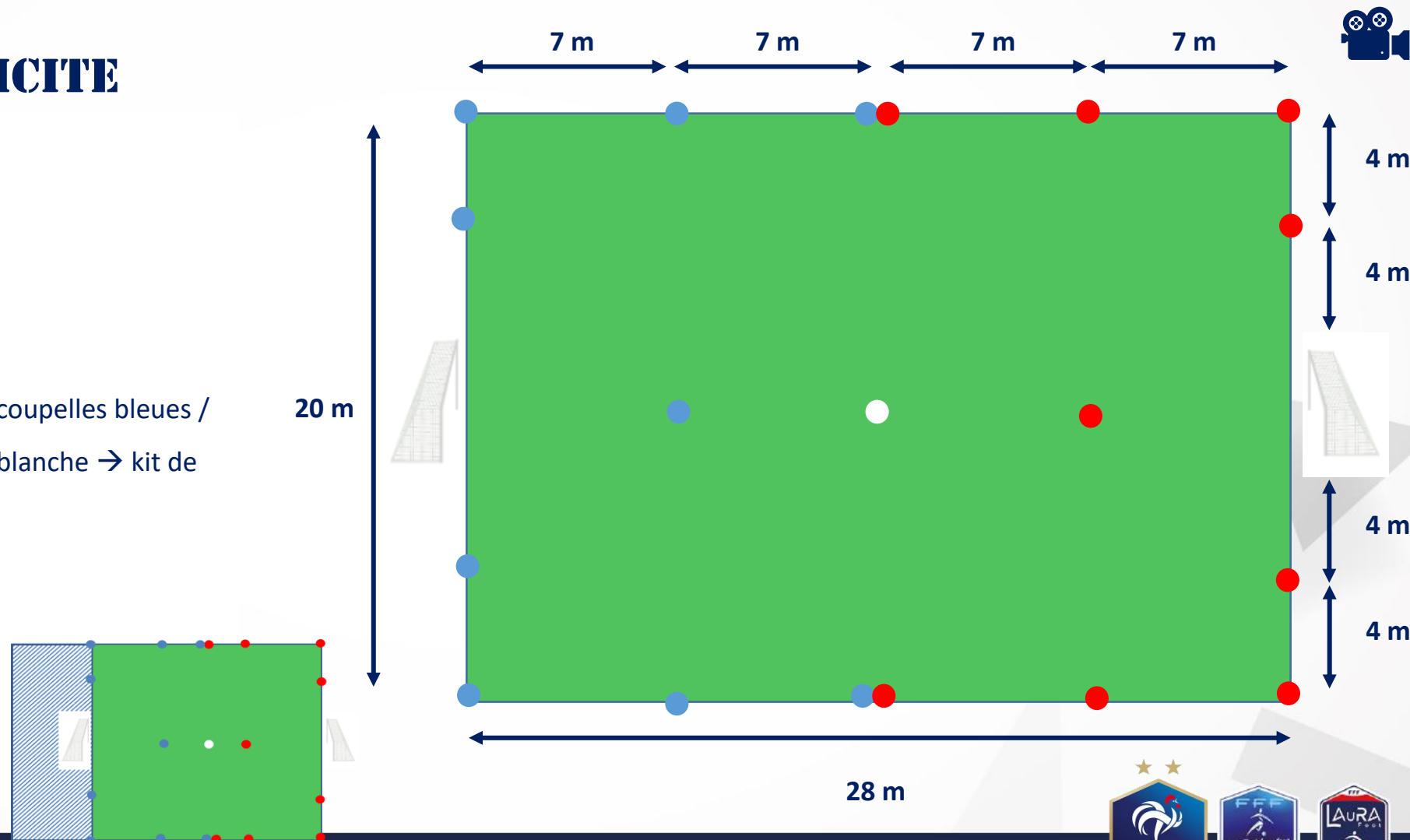
RIGUEUR ET SIMPLICITÉ

Terrain 4c4 (catégorie U7) :

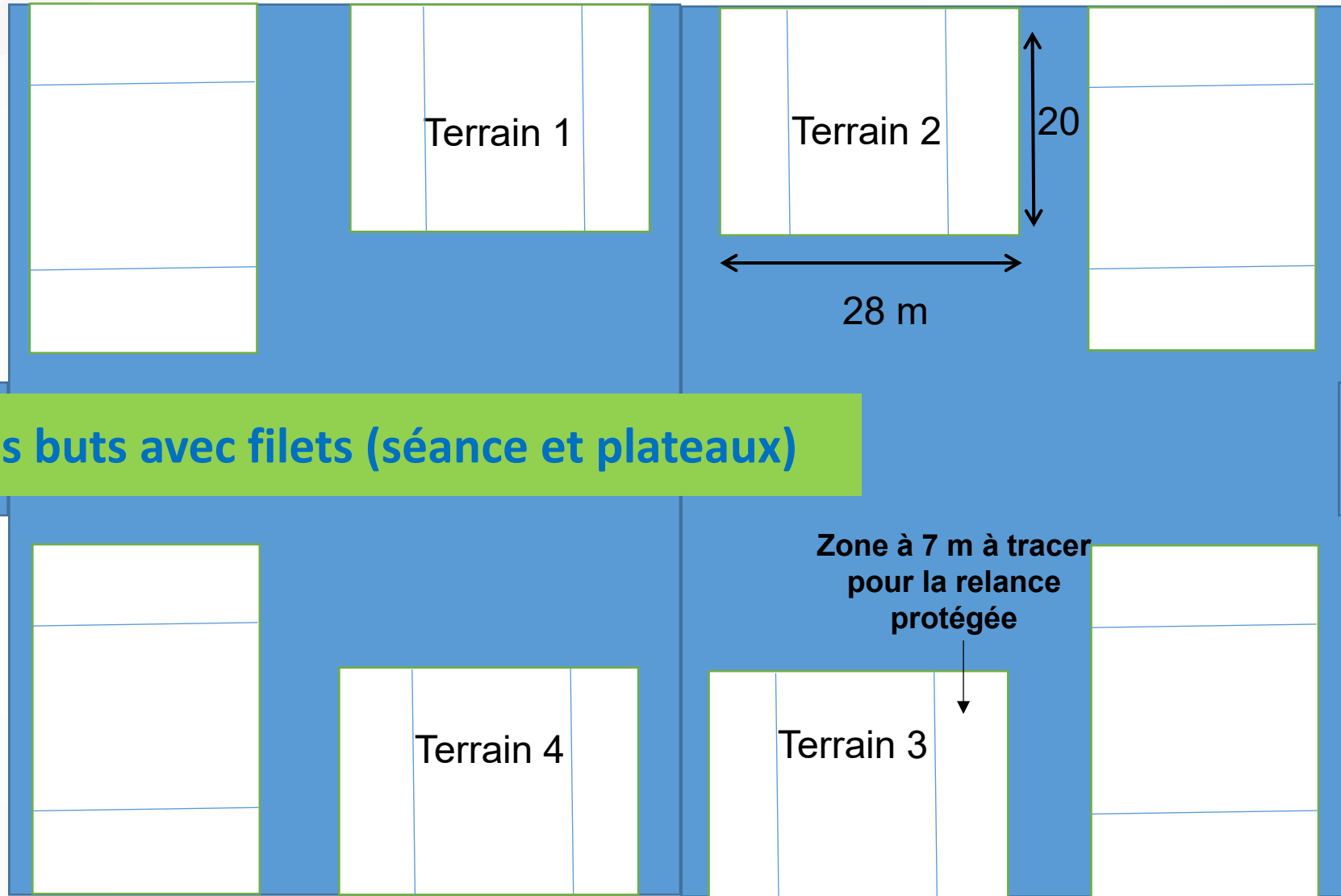
- Dimension : 28 x 20 m
- Multiple de 7 sur la longueur
- Multiple de 4 sur la largeur
- But avec filet de 4m x 1,5m
- Balisage avec notion de camp (9 coupelles bleues / 9 coupelles rouges et 1 coupelle blanche → kit de délimitation)

Si manqué d'effectif

- Dimension : 21 x 20 m
(suppression d'une bande du terrain de 7m x 20m)



Organisation matérielle - Plateau U7

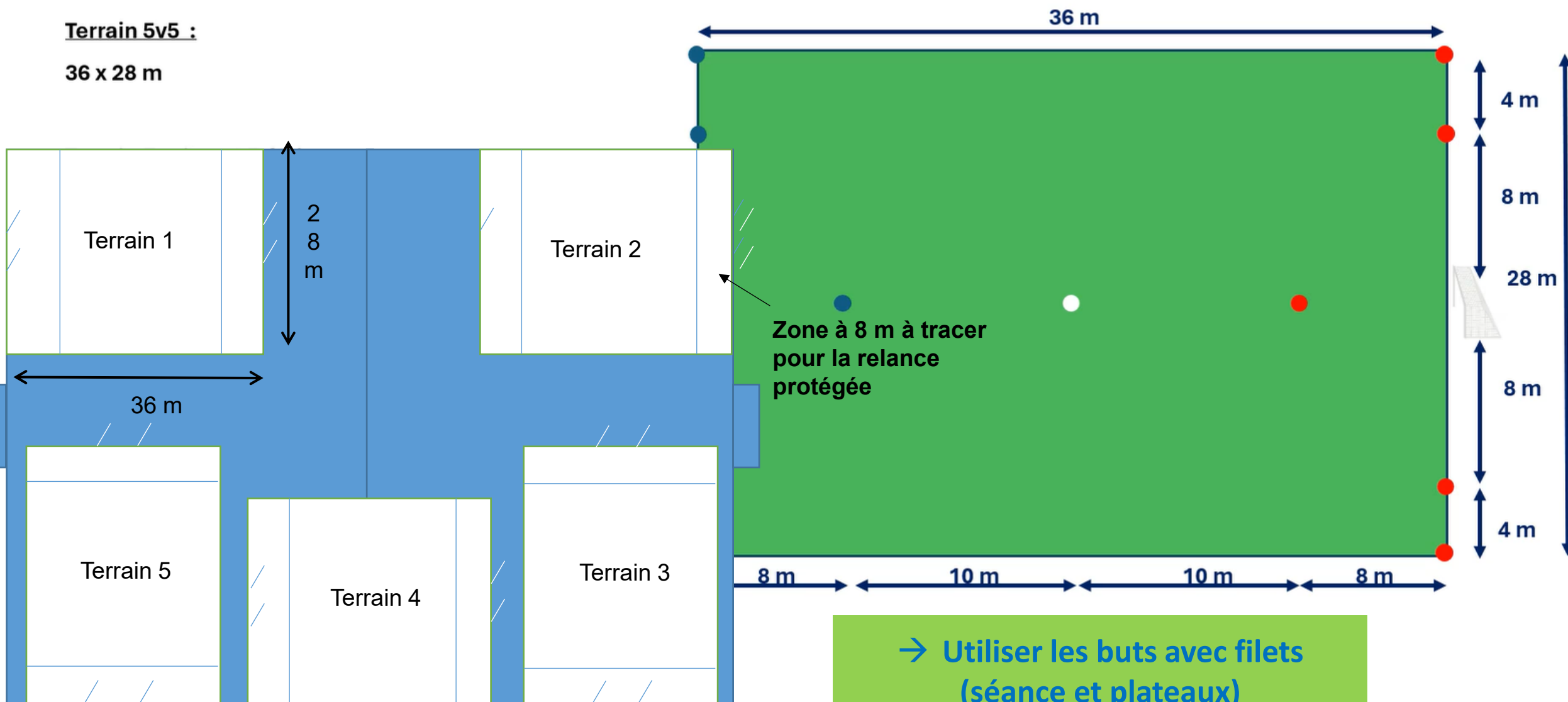


AVEC LES CLUBS POUR LES CLUBS



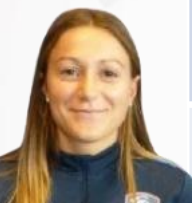
Terrain 5v5 :

36 x 28 m



→ Utiliser les buts avec filets
(séance et plateaux)

Lois du jeu



Catégories /Domaine	U6/U7	U8/U9
Nombre de joueurs	4 par équipe	5 par équipe
Sur classement	RAS	3 U7 max par équipe (2 ^e année)
Féminines	U8F autorisées en mixité	U10F autorisées en mixité
Féminines Justine Merle 06 61 07 12 10	U6F-U7F-U8F Si équipe 100% filles	U8F-U9F-U10F Si équipe 100% filles
Nombre de joueurs minimum	3 par équipe	4 par équipe
Remplaçants	0 à 1	0 à 2
Temps de jeu minimum	Tendre vers 90-100%	

Catégories /Domaine	U6/U7	U8/U9
Coups Francs	Directs uniquement	
Distances des joueurs adverses (Engagement, Corner, Coup Franc)	4 m	
Engagement	Interdit de marquer directement	
Passe en retrait au gardien	Le gardien peut prendre le ballon à la main sur une passe	
Dégagement gardien	Uniquement à la main ou ballon au pied avec le ballon posé au sol (Volée ou ½ volée interdite)	

→ Le même temps de jeu pour tous :
Un DROIT pour les enfants, un DEVOIR pour les éducateurs





A / Les rencontres : Règles adoptées par la FFF

U6-U7	Suppression
U8-U9	Suppression
U10-U11	Tolérée
U12-U13	Tolérée
U14-U15	Acceptée
U16-U17	Acceptée



Aucun temps d'entraînement sur le jeu de tête de U6 à U9 (4 années d'âge)

Aucune séance dédiée uniquement au jeu de tête de U10 à U17

Un **livret** (en pièce jointe) donne les directives et les étapes d'apprentissage.

Article sur le site de la Ligue

[Jeu de tête : un livret clé en main – Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de Football](#)



A compter du 1^{er} janvier 2026, évolution de l'apprentissage du **jeu de tête** :
Aucune étude à démontrer de danger du jeu de tête chez les enfants, le but est d'encadrer et sécuriser ce geste technique.

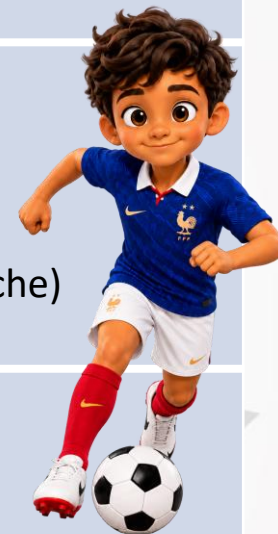
- En cas de tête intentionnelle réalisée par un joueur au cours de rencontres des catégories U6 à U9 (faute). La reprise du jeu s'effectuera par une **rentrée de touche** en faveur de l'adversaire, à hauteur du ballon, sur le côté le plus proche
- Les têtes non intentionnelles ne sont pas considérées comme des infractions.



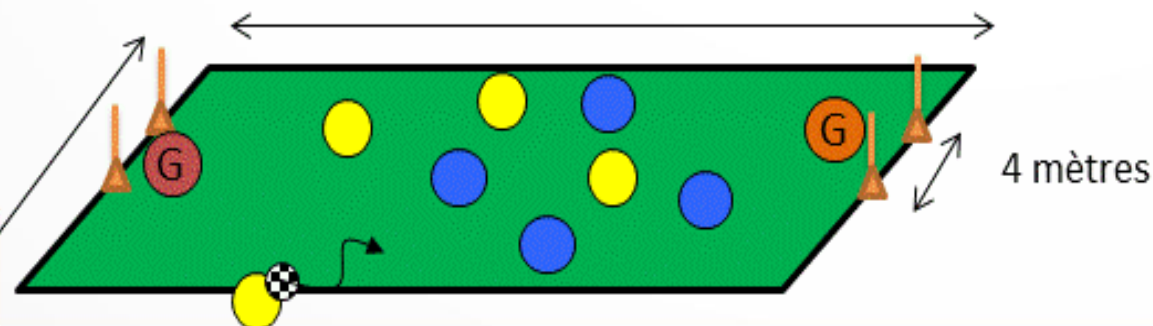
AVEC LES CLUBS POUR LES CLUBS

Lois du jeu

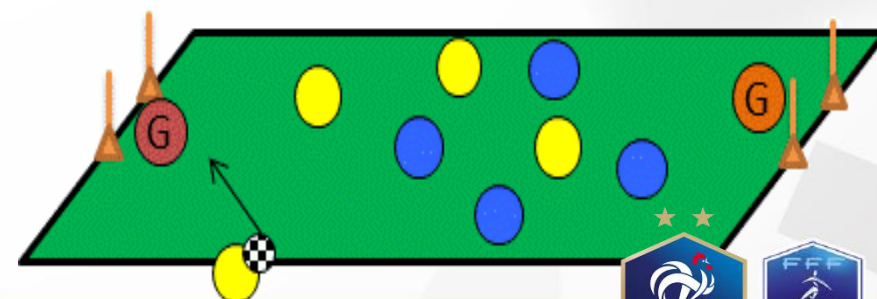
Catégories /Domaine	U6/U7	U8/U9
Corner	AVEC LES PIEDS, 2 choix pour vos joueurs : 1 – Ballon arrêté, faire une passe au sol à un partenaire 2 – Entrer en conduite de balle dans le terrain, joueurs adverses à 4m, possibilité d'aller marquer	AVEC LES PIEDS : Ballon arrêté, faire une passe à un partenaire
Rentrées de touche	AVEC LES PIEDS, 2 choix pour vos joueurs : 1 – Ballon arrêté, faire une passe au sol à un partenaire 2 – Entrer en conduite de balle dans le terrain, joueurs adverses, possibilité d'aller marquer sur une touche Attention, interdiction de marquer directement d'une touche (depuis la ligne de touche) Adversaire à 2m	
Arbitrage	Arbitrage des jeunes par les jeunes (U13 en U9)	



Cas N°1 : Je rentre en conduite



Cas N°2 : Je fais une passe à un coéquipier



AVEC LES CLUBS POUR LES CLUBS



Fonctionnement des Pratiques



Plateaux U7 Samedi 14h-15h15

- 3 niveaux d'engagement U6-U7 D1-D2
 - U7 D1 – U7 D2
 - U6 : uniquement pour des U6 « débutants »
- Poule de **10 à 12 équipes**
 - 1 poule = 1 site
- 50 minutes de pratique
 - « Plateau » : 5 matchs de 10 min dont 1 Ballon Magique
 - « Jour de match » : 5 matchs de 10 min avec temps éducatif ou festif



U6-U7

La rentrée
du foot
U6-U7

☐ Le plateau

- Temps de jeu : 10 min x 5
- 4 rencontres 3 c 3 ou 4 c 4
- 1 Tps de ballon magique 2 c 2 ou 3 c 3 ou 1 défi 1 c 1

Journée
Nationale
U6-U7



☐ 6 « Jour de matchs » (Journée festive)

- Soit Festi Foot
- Soit Match aléatoire



U7

Phase 2

Phase 1



Février				Mars				Avril				Mai				Juin			
6	13	20	27	6	13	20	27	3	10	17	24	D2	8	15	22	29	5	12	
Journée 1 - Jeu 3				Journée 2- Jeu 3		Journée 4- Jeu 4	Férié	 Festi Foot – J5					Férié	Férié	Journée 6- Jeu 4	 Journée 7 – JND			

Sept			Octobre					Novembre				Décembre				Janvier				
	19	26	3	10	17	24	31	7	14	21	28	5	12	D20	22-23	2	9	16	23	30
Harmonisation	Rentrée du Foot		Journée 1 – Jeu 1	Journée 2 – Jeu 1				 Journée 3	Journée 4 - Jeu 2	Journée 5 - Jeu 2	 Festi Foot – J6						Soccer			





U6-U7 – LE PLATEAU

U6-U7

Un Football pour tous les enfants



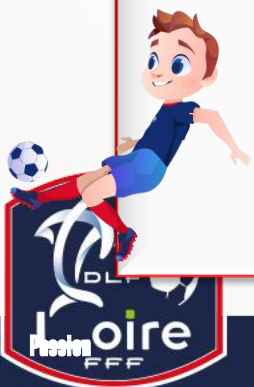
LE PLATEAU

5 x 10 min

1 défi ou 1 forme jouée en ballon magique et 4 rencontres



LES OUTILS



4 évolutions « Défis 1c1 »



Adaptations des territoires : Répartition sur la saison des 4 défis et des 4 formes jouées



4 évolutions « Forme jouée en Ballon magique »



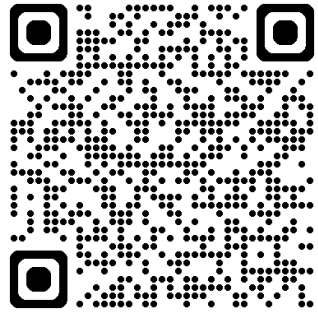
AVEC LES CLUBS POUR LES CLUBS





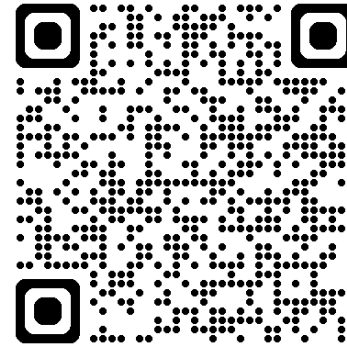
Vidéos Forme jouée en ballon magique

Jeu n°1 (Plateau 1-2)



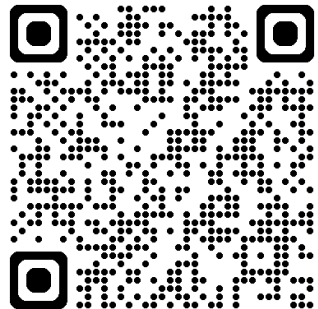
<https://youtu.be/ZlpecxsLXUU>

Jeu n°2 (Plateau 4-5)



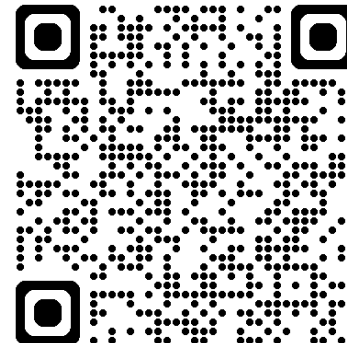
<https://youtu.be/9SkSMxKEQjE>

Jeu n°3 (Plateau 1-2)



<https://youtu.be/8ZyZDaoPg9A>

Jeu n°4 (Plateau 4-6)



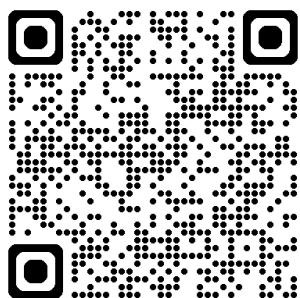
https://youtu.be/INmv_R_wYnA



Vidéos Défis

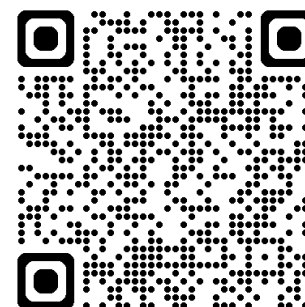


Défi n°1 (Plateau 1-2)



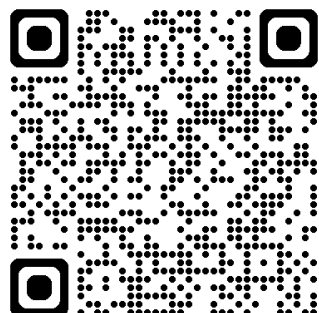
https://youtu.be/HPUz0f_yWNI

Défi n°2 (Plateau 4-5)



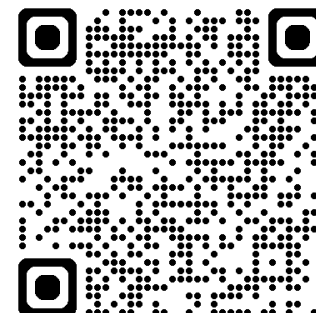
<https://youtu.be/7xvmGhUXe7M>

Défi n°3 (Plateau 1-2)



<https://youtu.be/KKo-Mc0Rf30>

Défi n°4 (Plateau 4-6)



<https://youtu.be/9x82DYX2RW0>





U6-U7 – Répartition plateau à 5 et 6 équipes



Equipe A		Equipe D	
Equipe B		Equipe E	
Equipe C		Equipe F	

× 4 terrains (T1, T2, T3, T4)

× R1, R2, R3, R4 :

T1 = Jeu ; T2, T3 et T4 = Rencontres

× R5 : T1, T2, T3 et T4 = Rencontres



N° des équipes	Rotation 1	Rotation 2	Rotation 3	Rotation 4	Rotation 5
Equipe A	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T2	Rencontre T3	Rencontre T3	Rencontre T1
Equipe B	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T3	Rencontre T2	Rencontre T2	Rencontre T2
Equipe C	Rencontre T2	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T3	Rencontre T1	Rencontre T2
Equipe D	Rencontre T3	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T2	Rencontre T3	Rencontre T3
Equipe E	Rencontre T2	Rencontre T2	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T2	Rencontre T3
Equipe F	Rencontre T3	Rencontre T3	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T1	Rencontre T1



× Forme jouée en ballon magique pour les U6-U7





U6-U7 – Répartition plateau à 7 et 8 équipes



Equipe A		Equipe E	
Equipe B		Equipe F	
Equipe C		Equipe G	
Equipe D		Equipe H	

× 4 terrains (T1, T2, T3, T4)

× R1, R2, R3, R4 :

T1 = Jeu ; T2, T3 et T4 = Rencontres

× R5 : T1, T2, T3 et T4 = Rencontres



N° des équipes	Rotation 1	Rotation 2	Rotation 3	Rotation 4	Rotation 5
Equipe A	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T2	Rencontre T3	Rencontre T3	Rencontre T1
Equipe B	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T3	Rencontre T2	Rencontre T4	Rencontre T2
Equipe C	Rencontre T2	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T4	Rencontre T3	Rencontre T2
Equipe D	Rencontre T3	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T3	Rencontre T2	Rencontre T4
Equipe E	Rencontre T2	Rencontre T4	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T4	Rencontre T1
Equipe F	Rencontre T4	Rencontre T3	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T2	Rencontre T3
Equipe G	Rencontre T3	Rencontre T2	Rencontre T4	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T3
Equipe H	Rencontre T4	Rencontre T4	Rencontre T2	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T4



× Forme jouée en ballon magique pour les U6-U7





U6-U7 – Répartition plateau à 9 et 10 équipes

Equipe A		Equipe F	
Equipe B		Equipe G	
Equipe C		Equipe H	
Equipe D		Equipe I	
Equipe E		Equipe J	

× 5 terrains (T1, T2, T3, T4, T5)

× R1, R2, R3, R4, R5 :

T1 = Défi ; T2, T3, T4 et T5 = Rencontres

N° des équipes	Rotation 1	Rotation 2	Rotation 3	Rotation 4	Rotation 5
Equipe A	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T2	Rencontre T3	Rencontre T4	Rencontre T5
Equipe B	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T5	Rencontre T4	Rencontre T3	Rencontre T2
Equipe C	Rencontre T2	Rencontre T3	Rencontre T4	Rencontre T5	Terrain 1 - Jeu
Equipe D	Rencontre T2	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T5	Rencontre T4	Rencontre T3
Equipe E	Rencontre T3	Rencontre T4	Rencontre T5	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T2
Equipe F	Rencontre T3	Rencontre T2	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T5	Rencontre T4
Equipe G	Rencontre T4	Rencontre T5	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T2	Rencontre T3
Equipe H	Rencontre T4	Rencontre T3	Rencontre T2	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T5
Equipe I	Rencontre T5	Terrain 1 - Jeu	Rencontre T2	Rencontre T3	Rencontre T4
Equipe J	Rencontre T5	Rencontre T4	Rencontre T3	Rencontre T2	Terrain 1 - Jeu

× Forme jouée en ballon magique pour les U6-U7



U6-U7 – Répartition plateau à 11 et 12 équipes

Equipe A		Equipe G	
Equipe B		Equipe H	
Equipe C		Equipe I	
Equipe D		Equipe J	
Equipe E		Equipe K	
Equipe F		Equipe L	

× 5 terrains (T1, T2, T3, T4, T5) et un jeu

× R1, R2, R3, R4, R5 :

T1 = Jeu ; T2, T3, T4 et T5 = Rencontres

N° des équipes	Rotation 1	Rotation 2	Rotation 3	Rotation 4	Rotation 5
Equipe A	Rencontre T1	Terrain 6 - Jeu	Rencontre T1	Rencontre T1	Rencontre T1
Equipe B	Rencontre T2	Terrain 6 - Jeu	Rencontre T1	Rencontre T2	Rencontre T2
Equipe C	Rencontre T2	Rencontre T1	Terrain 6 - Jeu	Rencontre T1	Rencontre T3
Equipe D	Rencontre T1	Rencontre T1	Terrain 6 - Jeu	Rencontre T2	Rencontre T4
Equipe E	Rencontre T3	Rencontre T2	Rencontre T2	Terrain 6 - Jeu	Rencontre T5
Equipe F	Rencontre T4	Rencontre T2	Rencontre T3	Terrain 6 - Jeu	Rencontre T2
Equipe G	Terrain 5 - Jeu	Rencontre T3	Rencontre T2	Rencontre T3	Rencontre T3
Equipe H	Terrain 5 - Jeu	Rencontre T3	Rencontre T3	Rencontre T4	Rencontre T5
Equipe I	Terrain 6 - Jeu	Rencontre T4	Rencontre T4	Rencontre T3	Rencontre T4
Equipe J	Terrain 6 - Jeu	Rencontre T4	Rencontre T5	Rencontre T5	Rencontre T5
Equipe K	Rencontre T3	Rencontre T5	Rencontre T4	Rencontre T5	Terrain 6 - Jeu
Equipe L	Rencontre T4	Rencontre T5	Rencontre T5	Rencontre T4	Terrain 6 - Jeu

× Forme jouée en ballon magique pour les U6-U7

		"Jeunes Pousses" (U4-U5)		
	Séance ou contrôlée par le District de la Loire et une psychomotricienne	Séance N° 1		
		Déplacement ballon		Séance à réaliser sur 3-4 dates
Postes	Tâches	Description	Eléments pédagogiques	
A G U I L	Objectifs: Acquiescer, sélectionner (livre support) Buts: 1) Jouer par "maison" (personne) Le parent est autorisé à côté de lui Consignes : Tps 1 : Appel Tps 2 : Comptine d'oiseau Tps 3 : Échauffement Frotter avec sa main chaque partie du corps coupe en le nommant	8 min 	Variations Lien pour les comptines http://www.comptinespourlespetits.com/comptines/56/ Ecouter le comptine plusieurs fois puis faire chercher ensemble Méthodes pédagogiques - Voir à ... Lire souvent Utiliser une robe courte Être à hauteur des enfants (à genoux ou accroupi)	
JEU DE LANCER	Objectifs: Manipuler des objets Buts : 1) Lancer un objet dans une cagoule 2 ateliers identiques Consignes : Lancer à bout de bras (doigt dans une cagoule (ou carton, poubelle, tige...)) Lancer avec une motoballe Séq 1 : pétanque (1 main "fausse") Séq 1 : basket (2 mains) Séq 4 : rugby (dôme) Séq 5 : hand (1 main "fausse")	8 min 	Variations Varier les objets (pierre, balle), ballons, serviettes, plots, chaussures, balles... Distance du lancer Méthodes pédagogiques - Voir à ... Démonteur le compte Encourager Compter les points	
M T R I C T E	Objectifs: Développer la motricité générale Temps 1 : Buts : Se déplacer en utilisant la motricité d'un animal Consignes : Faire aller et venir l'encreuse de 10-12m Séquences 1 : Déplacer (pas temps) Temps 2 : Buts : Se déplacer sur le parcours Consignes : Parcours aménagée autour de l'espace avec divers matériels	9-10 min 	Variations Tps 1 Séquence 2 : Crabe pas chassais, jantes fêlées Séquence 3 : Girafe (poitrine de pied, main bachel) Séquence 4 : Kangourou (sur pied joint) Tps 2 Séquence 1 : Marcher entre les arbres Séquence 2 : Varier les déplacements entre les arbres (portées de pied, sur talon, 4 pattes) Méthodes pédagogiques - Voir à ... Démonteur la motricité Encourager Vérifier	
J E U D E V E I L	Objectifs: Jeu des démonteurs Buts : Enlever le plus d'objets dans la maison de l'échecasse Consignes : 1) Seul objet transporté à la fois Le déposer dans la maison adverse Séquence de 1-2 min Transport à la main	9-10 min 	Variations Aménager des obstacles ou parcours sur le trajet Conduire le ballon vers le pied Méthodes pédagogiques - Voir à ... Démonteur chaque nouvelle consigne Encourager Vérifier Compter les points	
A R E T O U R N	Objectifs: Retour au calme Relation à l'autre Buts : 1) Jouer par "maison" (personne) Le parent rejoint son enfant Consignes : L'enfant "reproduit" l'échauffement Massage avec sa main des parties du corps du parent en les nommant	8 min 	Variations Eviter l'effet d'esprit de chaque joueur par un mot positif, féliciter, se serrer... par le soleil (plait, nuageux, neige...) A l'aide de chaque enfant Bien avec les parents Méthodes pédagogiques - Voir à ...	

Opportunités : Image du foot, parité, nouvelles offres, offre municipale

Menaces : Concurrence (rugby, basket, gym, natation)



Catégorie U7



**« ENCOURAGER,
VALORISER TOUS LES ENFANTS C'EST
LES METTRE EN CONFIANCE !!! »**

Programmation des séances



<https://foot-centre.fff.fr/livret-joue-u6-u7/>



AVEC

Séance 1 U6 - Marquer comme Mbappé

Le 3 contre 3 - 1/2 terrain

10'

3 contre 3 sur demi-terrain avec 2 petits buts à attaquer et à défendre.

Conseils

Pour un maximum de temps de jeu effectif :

- 3mn max entre les ateliers
- Pas ou peu de temps d'arrêts pendant les séquences
- Commandements de l'éducateur

PEF

En amont ou pendant la séance
Le parent gagnant

Couleurs en folie

10'

Au départ d'un joueur de chaque équipe, l'éducateur annonce une couleur et les joueurs doivent effectuer le parcours entre les portes des couples de cette couleur puis marquer dans le but.

Le 1 contre 0

10'

Départ simultané d'un joueur rouge et d'un joueur bleu pour aller marquer dans le but sans G8. Le premier qui marque donne un point à son équipe.

Match 3 contre 3

10'

- Match 3 contre 3 sans G8
- Terrain de 20m sur 21m
- Règle de la relance protégée à 7m
- Buts de Foot à 5 avec filets

FOCUS : Camps et buts à attaquer et à défendre + engagements

Lac gelé

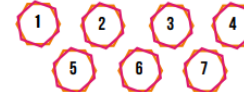
10'

Chaque joueur en conduite sur le « lac gelé », au signal « statut » de l'éducateur : ils s'arrêtent. Les joueurs trop proches (3 pas et moins) font casser la glace et coulent. Tout le monde repart ensuite en conduite.

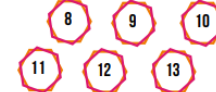
6. Les cycles de la saison des U6



Cycle 1 : Que le foot commence !

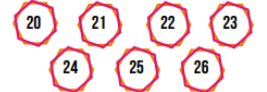


Cycle 2 : C'est complètement foot !



Cycle 3 : Retour sur les terrains !

Cycle 4 : Foot toujours !



Cycle 5 : Derniers crochets avant l'été !



8





Préconisations aux séances

Avoir des groupes réduits

U7 : 6-8 Joueurs / Educ

U9 : 8-10 Joueurs / Educ

Temps de séquences réduits

U7 : 8 à 12 minutes

U9 : 10 à 15 minutes

Alternées des Séquences

à la main
et aux pieds

Contenu de la séance

Technique

Jeux d'éveil

Motricité

Match

Conseils

Répétition du geste
(15 à 20 sec)

Supériorité numérique

Jongleries, travail appuis,
coordination...

Idem samedi...



LA FILIÈRE DE FORMATION DES ÉDUCATEURS ÉVOLUE !

2 PARCOURS POSSIBLES

► CHOISISSEZ LE PARCOURS QUI VOUS CONVIENT !

PARCOURS BÉNÉVOLE

PARCOURS PROFESSIONNEL

ATTESTATIONS FÉDÉRALES (AF)

Éthique et intégrité

Pratique féminine

Handi-foot

Foot Adapté

Arbitrage

Golf-Foot

Foot en marchant

FOOT5

Futnet

Fit-Foot

Accompagnateur d'équipe

Futsal

CERTIFICATS FÉDÉRAUX INITIATEURS (CFI)

Seniors

Beach Soccer

U14-U19

Gardien de But

U10-U13

Préparateur Physique

U6-U9

Futsal

Projet Club

DIPLÔMES FÉDÉRAUX (DF)

Responsable École de Football



Coach Jeunes

Coach Seniors



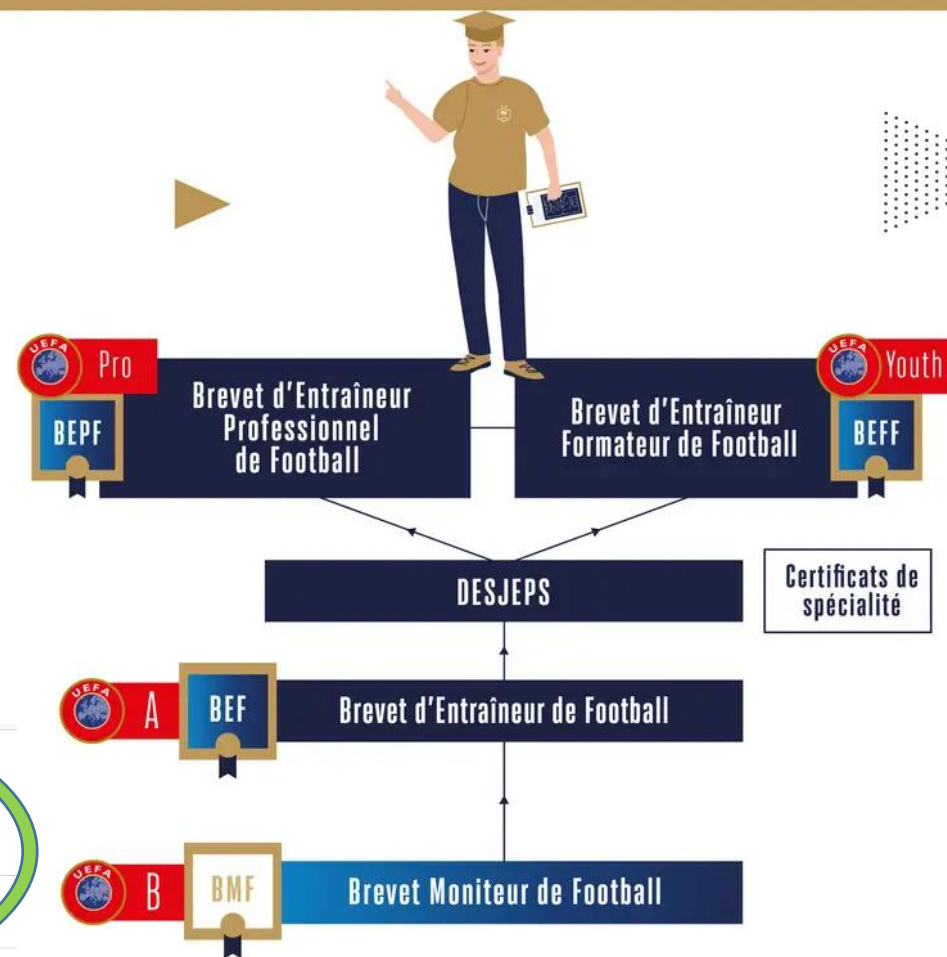
LIGUE AUVERGNE-RHÔNE-ALPES DE FOOTBALL
LaURAfoot, l'amour du jeu

ACCUEIL, LIGUE, COMPÉTITIONS, PRATIQUES, FORMATIONS, TECHNIQUE, ARBITRAGE, CLUBS, MÉDIAS, DOCUMENTS

Certificats Fédéraux Initiateurs (CFI)

Diplômes Fédéraux (DF)

Période transitoire (CFF et journées complémentaires)



LES ENJEUX

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

Ethique, intégrité et sécurité

Protection, respect, prévention des violences, climat des rencontres.

Santé

Activité physique régulière, développement global, prévention de la spécialisation précoce.

Bien-être

Plaisir, motivation, sentiment d'appartenance et envie de revenir (fidélisation).

Pédagogie

Contenus, posture, temps de pratique et variabilité dans les séances
Cultiver le désir de JOUER



4 CLÉS POUR ACCOMPAGNER VOTRE ENFANT SPORTIF... SANS LUI METTRE LA PRESSION



CLÉ N°1

SOYEZ À L'ÉCOUTE

Le cerveau d'un jeune a besoin de temps pour digérer l'échec ou la déception.

"On parle du match si tu en as envie."

CLÉ N°2

PARTAGEZ LE PLAISIR

La motivation durable vient du plaisir, pas de la peur de rater.

"J'aime te voir jouer."
"Qu'est-ce que tu as aimé aujourd'hui?"

CLÉ N°3

VOTRE SOUTIEN EST PLUS FORT QUE VOTRE CONSEIL

Valorisez l'engagement et l'initiative de votre enfant.

"Sois fier de toi."
"Fais de ton mieux."

CLÉ N°4

RELATIVISEZ L'ENJEU

Aidez votre enfant à accepter les émotions liées à l'enjeu.

"Qu'est-ce que tu ressens?"



"NOUS CROYONS QUE LA PERFORMANCE DOIT RESTER UN PLAISIR. MÊME POUR LES PARENTS."



CLUBS POUR



PARENTS D'ENFANTS SPORTIFS : PRENEZ SOIN DE LEUR MENTAL

Découvrez 4 clés issues des neurosciences pour aider votre enfant à s'épanouir dans le sport :

1

1 enfant sur 2 a peur de décevoir ses parents.

2

Certaines de vos paroles activent le stress au lieu de motiver.

3

Le cerveau d'un jeune sportif n'est pas encore prêt pour gérer la pression.

4

Un enfant stressé n'apprend plus, il se protège.



IL NE S'AGIT PAS D'ÊTRE LE MEILLEUR, MAIS DE SE SENTIR CAPABLE DE PROGRESSER.

Bonne nouvelle : avec quelques bons conseils, vous pouvez l'aider à vivre son sport avec plus de plaisir, moins de pression.

Découvrez nos 4 clés à la page suivante.

En partenariat avec :



Merci de votre attention et bonne saison à tous



AVEC LES CLUBS POUR LES CLUBS

