



**PRATIQUES ALTERNATIVES DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE**

**FOOTBALL**

FICHE ÉLABORÉE EN COLLABORATION  
AVEC LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE FOOTBALL

**Avertissement :** toutes les activités présentées dans cette « fiche fédération » doivent se pratiquer dans le respect des directives gouvernementales rappelées dans les « fiches de recommandations sanitaires et générales de reprise de l'activité sportive » figurant en introduction de ce guide. Ces fiches sont indissociables et leur lecture successive absolument nécessaire.

**LES ACTIVITÉS ALTERNATIVES PROPOSÉES :**

**Pour un groupe de 10 joueurs maximum encadrement compris en terrain extérieur**

**A) Activités individuelles sans ballon :** (à adapter en fonction de l'âge et du niveau d'expertise)

- Ateliers ou parcours de coordination motrice ;
- Ateliers ou circuits training éducatifs de renforcement pour tous les groupes musculaires
- Ateliers de Air Football (Travail des gestes à vide, visualisation)

**B) Activités individuelles en collectif sans ballon et sans collaboration :**

Les joueurs ont des zones limitées ou des couloirs. Ils ne peuvent pas croiser ou toucher un autre joueur. Ils peuvent interagir par la parole ou les gestes à distance

- Jeux pré-sportifs (Jeux en miroir, 1-2-3 Soleil, etc...)
- Ateliers du programme éducatif fédéral
- Biathlon Technique (Quizz et Parcours)
- FitFoot (enchaînements de mouvements rythmés par la musique et inspirés du football)

**C) Activités individuelles avec un ballon personnalisé (MON BALLON) sans collaboration ni interaction avec un autre joueur :** (à adapter en fonction de l'âge et du niveau d'expertise)

Défis ou exercices techniques (1 ballon personnalisé par joueur)

- Ateliers ou parcours de conduite de balle
- Ateliers de passes (condition exclusive d'avoir un mur ou une planche de rebond)
- Ateliers de tirs de précisions (cibles dans un but ou sur un mur)
- Jonglerie statique ou en mouvement

**LES PUBLICS CONCERNÉS :**

Publics		Activités A) et B)	Activités C)
U7 à U13	- Espace sur terrain de football à 11 - Mini terrain - Autre aire extérieure	40 m x 20 m ou 30 m x 30 m	50 m x 30 m
U14 à adultes			60 m x 50 m

## FOOTBALL

### LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS :

- Terrain extérieur autorisé
- Autre aire extérieure autorisée

### LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

#### Principes généraux:

Application des gestes barrières (cf. image Covid-19) et de la distanciation sociale

- Au moins 2 m entre l'intervenant et le groupe
- Au moins 5 m (marche) ou 10m (course) entre les joueurs en mouvement
- Au moins 4 m<sup>2</sup> d'espace individuel à l'arrêt et lors des temps de repos
- Au moins 1,5 m entre 2 joueurs lors des courses latérales (couloir entre 2 joueurs).
- Port du masque obligatoire pour l'intervenant
- Utilisation d'une gourde personnelle
- Matériel pédagogique manipulé seulement par l'éducateur
- Utilisation individuelle du ballon conditionnée à la numérotation et à la personnalisation
- Désinfection du ballon ou du matériel systématique

**Conseil :** Prévoir une personne **Garante du Protocole Sanitaire (GPS)** qui veille au respect des principes généraux et à la bonne conduite de la séance. (1 adulte ou les joueurs à tour de rôle à partir de la catégorie U12 – objectif : appropriation des règles sanitaires)

### LE RYTHME DE REPRISE DES ACTIVITÉS ENVISAGÉ PAR ÉTAPES PAR LA FÉDÉRATION :

**La fédération propose au ministère des sports des scénarii de reprise de ses activités, selon un principe de progressivité, par étape et à ce stade sans précision chronologique. Ces scénarii, dès lors qu'ils seront validés, pourront être soumis à l'autorisation préalable des autorités locales en fonction de l'évolution des consignes sanitaires définies par le Gouvernement.**

#### Etape 1 :

- Reprise des clubs avec des séances par catégorie sur la base de la stricte application des règles sanitaires

#### Etape 2 :

- Stages vacances « football » mixtes (Football et Scolarité) des clubs

#### Etape 3 :

- Reprise de la saison 2020 - 2021 (Niveaux amateurs nationaux et régionaux adultes et jeunes)

#### Etape 4 :

- Reprise des écoles de football

Dans le respect de ces données générales, des précisions complémentaires relevant de la responsabilité fédérale peuvent être disponibles sur le site internet de la fédération : [www.fff.fr](http://www.fff.fr)