



# Présentation Générale

Le Programme Éducatif Fédéral est une opération pédagogique issue des expérimentations réalisées depuis plusieurs années par la Fondation du Football (Respect tous terrains) et la Ligue du Maine de Football (Sois foot joue dans les règles). Il s'inscrit dans un projet qui va permettre d'accompagner les clubs dans leur structuration, en les incitant à construire leur projet autour de 4 axes : sportif, associatif, éducatif, encadrement.

**Le Programme Éducatif Fédéral vise à inculquer aux jeunes licenciés âgés de 5 à 18 ans, les valeurs du football**



**PLAISIR**



**RESPECT**



**ENGAGEMENT**



**TOLÉRANCE**



**SOLIDARITÉ**

**par l'apprentissage de règles (de vie et de jeu) déclinées autour de 6 thèmes :**



Le Programme Éducatif Fédéral présente dans ce classeur des fiches pédagogiques mis à disposition des éducateurs et adaptées aux différents âges. Tout au long de la saison, des messages diffusés ou des actions mises en œuvre lors des entraînements, permettront aux licenciés d'acquérir les compétences recherchées.

Ce classeur offre aux jeunes licenciés les moyens de s'approprier des règles communes de comportement sur et en dehors du terrain. Il s'adresse à l'encadrement, diplômé ou non, de chaque club engagé. A l'aide des fiches proposées, l'éducateur devra mettre en place des actions durant les entraînements ou lors des rencontres sportives, mais également relayer les « bons » messages tout au long de la saison.





# Méthodologie

Le Programme Éducatif Fédéral vise à capitaliser sur les vertus pédagogiques et éducatives du football. Il s'agit de proposer aux clubs un outil facile à mettre en œuvre et répondant aux problématiques rencontrées sur les terrains, selon les principes suivants :

-  **Développer des actions simples, peu consommatrices de temps et peu contraignantes pour les clubs**
-  **Déployer le dispositif pour tous les licenciés de U6 à U19**
-  **Mettre l'accent sur la force de la répétition**
-  **S'investir dans la durée dans l'optique de faire évoluer les mentalités**
-  **Valoriser les actions menées par le club auprès des collectivités et des partenaires**

Le Programme Éducatif Fédéral est piloté par la Ligue du Football Amateur qui coordonne l'animation régionale et départementale. Les ligues et les districts sont chargés d'accompagner les clubs dans la mise en application du programme et dans son évaluation.





U6  
U9

# Faire son sac et bien s'équiper

## **Constat et enjeux :**

Souvent, les parents de jeunes footballeurs n'ont pas connaissance du matériel et des chaussures nécessaires pour s'entraîner dans les meilleures conditions. Or, pour bien jouer et se faire plaisir sur le terrain, il est indispensable d'avoir des chaussures bien lacées et adaptées à sa morphologie.



Mission de l'éducateur :

**Conseiller les parents et licenciés sur les chaussures et le matériel  
les plus adaptés aux besoins de l'enfant, au type de terrain  
et aux conditions climatiques**



## **Propositions de messages clés :**

- « Avez-vous des questions pour l'achat de vos chaussures ? »
- « Je vérifie que mes chaussures sont bien lacées. Un pied bien maintenu permet une meilleure maîtrise de la balle et surtout de diminuer les risques de blessure »

Recommandations :

Faire passer ces messages au début des premiers entraînements.  
Profitez des premières prises de contact (idéalement lors de l'inscription) avec les parents pour leur donner la fiche « Comment choisir son équipement »

## **Fiches de référence :**

- « Comment choisir son équipement »
- « L'art de bien faire ses lacets »

# Comment choisir son équipement

U6  
U9

Une attention particulière doit être portée sur le choix des chaussures de football.  
Une bonne paire de chaussures permet d'éviter les blessures et de donner le meilleur sur le terrain.

## Quelle paire de chaussures acheter ?

### Prendre des chaussures à la bonne pointure !

Prenez le temps de les essayer, avec des chaussettes de foot (plus épaisses que celles de ville), de préférence en fin d'après-midi, moment de la journée où les pieds sont les plus gonflés.



**Choisir des chaussures dans lesquelles on se sent bien**, rigides à l'arrière pour le bon maintien du pied et souples au niveau des orteils pour permettre un meilleur contrôle du ballon.

### Acheter des chaussures avec des crampons adaptés :

les crampons moulés sont conseillés pour les enfants de 7-12 ans (fiables, simples d'utilisation et peu coûteux).

## Les différents types de crampons et leur utilisation



Crampons « vissés »  
Terrain gras ou humide



Crampons « stabilisés »  
Terrain synthétique



Crampons « moulés »  
Terrain sec ou dur

Pour entretenir ses chaussures de foot et les faire durer plus longtemps :

- Les laver après chaque match et entraînement,
- Les sortir du sac pour les laisser sécher en rentrant à la maison,
- Les cirer ou les graisser régulièrement pour assouplir et entretenir le cuir

## La composition d'un sac de football

Maillot, short, chaussettes, chaussures, protège-tibias, serviette de toilette, gel douche.



**Et je n'oublie pas d'adapter ma tenue en fonction des conditions météorologiques**  
(coupe-vent, gants, bonnet, pantalon s'il fait froid)