


**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 rassemblement de 10 pratiquants maximum, encadrement compris.**

**Dans le respect constant de la distanciation physique d'au moins 2 mètres entre chaque participant et à tout moment de l'activité et 4 m<sup>2</sup> minimum par participant en statique.**

**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 (individuels) 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

**D) Activités correspondant à des exercices, situations et jeux adaptés avec passage du ballon**

## PRATIQUES ALTERNATIVES DE L'ACTIVITÉ SPORTIVE

## FOOTBALL

## LES PUBLICS CONCERNÉS ET LES LIEUX DE PRATIQUE ENVISAGÉS POUR UN GROUPE 10 JOUEURS MAXIMUM :

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

## LES AMÉNAGEMENTS IMPOSÉS PAR LE CONTEXTE SANITAIRE :

## Principes généraux :

- Application des gestes barrières (cf. image Covid-19) et de la distanciation sociale
  - Les contacts physiques ne sont pas autorisés
  - Distance minimale d'au moins 2 mètres, à tout moment de la séance entre :
    - l'intervenant et le groupe,
    - entre les joueurs en mouvement et lors des temps d'arrêt ou de repos
  - Port du masque obligatoire pour l'intervenant (hors temps d'activité physique)
  - Utilisation d'une gourde personnelle
  - Matériel pédagogique manipulé seulement par l'éducateur
  - Désinfection du ballon ou du matériel en cas de manipulation non appropriée
  - L'accès aux équipements intérieurs est soumis à la réglementation en vigueur dans les territoires.

**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)

**Complément d'information :** Un guide d'appui à la reprise d'activité dans les clubs de football élaboré par la FFF sera prochainement diffusé. Il contiendra des conseils pour l'accueil et des exemples d'activités pour les éducateurs.

## 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 étapes 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)