

Saison 2021/2022



ORGANISATION DE LA PRATIQUE DU FOOTBALL FEMININ ET PLAN D'ACTION TECHNIQUE EN HAUTE SAVOIE ET PAYS DE GEX

OBJECTIFS GENERAUX

- **Proposer** des pratiques exclusivement féminine
- **Développer** la masse
- **Diversifier** l'offre de pratique (*Futsal, Beach Soccer, Indoor et Loisirs*)
- **Créer** un esprit de compétition, de convivialité et de partage





PROJET

DES U7F AUX U13F



POURQUOI NE PAS JOUER AU FOOT ENTRE FILLE DES LE PLUS JEUNE AGE ?

- UN MOMENT CONVIVIAL UNE FOIS PAR MOIS, LE SAMEDI MATIN
- EQUPE COMPOSEE UNIQUEMENT DE FILLES SUR LE TERRAIN
- LES CHANGEMENTS PEUVENT SE FAIRE A TOUT MOMENT
- TOUTES LES JOEUSES LICENCIEES SONT AUTORISEES A PRATIQUER de U7F à U13F



ORGANISATION DE LA PRATIQUE

1- LE PROJET

Saison 2021/2022, le District Haute Savoie et Pays de Gex organisera des Plateaux féminins Foot à 4, à 5, à 8, Indoor et Futsal sur 10 dates. C'est l'opportunité de se retrouver pour jouer uniquement au football entre filles ...

2- LE PUBLIC CIBLE

Les plateaux féminins sont accessible à toutes les personnes les **licenciées U7F à U13F** (Débutantes et confirmés...)

3- LE PLAN D'ACTION

Présence d'un membre de la commission féminine sur chaque événement.

	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
Pratique	Foot à 4,5,8	Foot à 4,5,8	Indoor	Indoor	Futsal	Futsal	Foot à 4,5,8	Foot à 4,5,8	Foot à 4,5,8	Foot à 4,5,8
Site	1 site	2 sites	1 site	1 site	2 sites	2 sites	2 sites	2 sites	2 sites	1 site
Jours	Samedi 18	Samedi 23	Samedi 27	Samedi 18	Samedi 22	Samedi 12	Samedi 5	Samedi 16	Samedi 21	Samedi 4
Lieu	À définir	À définir	À définir	À définir	À définir	À définir	À définir	À définir	À définir	À définir
Horaires	10h à 12h									

4- CONTACT

Auprès de David LOPEZ, en charge du développement du football féminin



dlopez@hautesavoie-paysdegex.fff.fr



06 68 92 03 99

LOIS DU JEU

Pratique	FOOT à 4	FOOT à 5	FOOT à 8
Public	U7F, U8F et U9F	U8F toléré U9F, U10F et U11F	U10F toléré U11F, U12F et U13F
Effectif de Pratiques	À 4	À 5	À 8
Jours et horaires	Samedi 10h	Samedi 10h	Samedi 12h
Taille du ballon	Taille 3	Taille 3 ou 4	Taille 4
Dimension des terrains	30m x 20m Zone Gardienne: 8m	35m x 25m Zone Gardienne: 8m	½ Terrain à 11 Zone Gardienne de but 26m x 13m
Temps de jeu	40'	50'	60'
Touches	Passe au pied au sol ou conduite de balle		A la main
Relance Gardienne	Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol		
Hors jeu	NON		Ligne des 13m



PROJET *U15F*

PRATIQUE U15F

CHAMPIONNAT

- **Pratique à 8** (*licenciées U12F, U13F, U14F et U15F*)
- Engagement via foot club
- Un niveaux de pratique (*deux poules de secteur composé de 10 équipes chacune*)
- Match Aller/Retour soit 18 matchs
- Pas d'accession ni de descente de niveau dans cette catégorie

COUPE

- **Toutes les équipes Haut savojarde et gessienne** engagées en championnat départemental sont inscrite automatiquement sur la coupe
- Début de la compétition début mars
- Phase élimination direct

FOOTBALL DIVERSIFIE

- **Deux challenges** Indoor et Futsal seront proposées aux équipes U15F
- Engagement libre via un formulaire d'inscription
- Ouvert aux licenciées U12F, U13F, U14F et U15F

LOIS DU JEU U15F

Catégorie	U15F	U18F	SENIORS F
Public	U12F Toléré U13F, U14F et U15F	U5F 3 joueuses maximum U16F, U17F et U18F	3 joueuses U16F, 3 joueuses 17F, U18F et Seniors F
Effectif de Pratiques	À 8	À 8 (si les 2 équipes sont d'accord, la pratique à 11 est possible)	À 11
Jours et horaires	Samedi 14h	Samedi 16h	Dimanche 10h
Taille du ballon	Taille 4	Taille 5	Taille 5
Dimension des terrains	½ Terrain à 11 Zone Gardienne de but 26m x 13m		Terrain Football à 11
Temps de jeu	2 x 35' minutes	2 x 40' minutes	2 x 45' minutes
Touches			A la main
Relance Gardienne	Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol	Libre	Libre
Hors jeu			Moitié du terrain



PROJET *U18F*

PRATIQUE U18F

CHAMPIONNAT

- **Pratique à 8** (*licenciées U15F, U16F, U17F et U18F*)
- Engagement via foot club
- Un niveau de pratique (*une poule unique composé de 14 équipes*)
- **Première phase:** uniquement des Matches Aller soit 13 matchs
- **Deuxième phase:** les équipes classés de 1 à la 7^{ème} place joueront la poule accession et les équipes classés de la 8 à la 14^{ème} place joueront la poule promotion

COUPE

- **Toutes les équipes Haut savoiarde et gessienne** engagées en championnat départemental sont inscrite automatiquement sur la coupe
- Début de la compétition début mars
- Phase élimination direct

FOOTBALL DIVERSIFIE

- **Deux challenges** Indoor et Futsal seront proposées aux équipes U18F
- Engagement libre via un formulaire d'inscription
- Ouvert aux licenciées U15F, U16F, U17F et U18F

LOIS DU JEU U18F

Catégorie	U15F	U18F	SENIORS F
Public	U12F Toléré U13F, U14F et U15F	U5F 3 joueuses maximum U16F,U17F et U18F	3 joueuses U16F, 3 joueuses 17F, U18F et Seniors F
Effectif de Pratiques	À 8	À 8 (si les 2 équipes sont d'accord, la pratique à 11 est possible)	À 11
Jours et horaires	Samedi 14h	Samedi 16h	Dimanche 10h
Taille du ballon	Taille 4	Taille 5	Taille 5
Dimension des terrains		½ Terrain à 11 Zone Gardienne de but 26m x 13m	Terrain Football à 11
Temps de jeu	2 x 35' minutes	2 x 40' minutes	2 x 45' minutes
Touches			A la main
Relance Gardienne	Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol	Libre	Libre
Hors jeu		Moitié du terrain	



PROJET *Seniors F*

PRATIQUE SENIORS F

CHAMPIONNAT

- **Pratique à 11** (*licenciées 3U16F, 3U17F, illimitéU18F et Seniors F*)
- Engagement via foot club
- **Deux niveaux de pratique** (D1 avec une poule unique composé de 10 équipes et D2 avec deux poules de 10 équipes)
- Match Aller/Retour soit 18 matchs
- L'équipe classé 1^{er} de D1 accèdent à la R2 pour la saison suivante et les équipes classées à la 9^{ème} et 10^{ème} sont rétrogradées en D2 .
- Les équipes classées 1^{er} de la poule A et B de D2 sont promu en D1 la saison suivante.

COUPE

- **Toutes les équipes Haut savojarde et gessienne** engagées en championnat départemental sont inscrite automatiquement sur la coupe
- Début de la compétition début mars
- Phase élimination direct



LOIS DU JEU SENIORS F

Catégorie	U15F	U18F	SENIORS F
Public	U12F Toléré U13F, U14F et U15F	U5F 3 joueuses maximum U16F, U17F et U18F	3 joueuses U16F, 3 joueuses 17F, U18F et Seniors F
Effectif de Pratiques	À 8	À 8 (si les 2 équipes sont d'accord, la pratique à 11 est possible)	À 11
Jours et horaires	Samedi 14h	Samedi 16h	Dimanche 10h
Taille du ballon	Taille 4	Taille 5	Taille 5
Dimension des terrains	½ Terrain à 11 Zone Gardienne de but 26m x 13m		Terrain Football à 11
Temps de jeu	2 x 35' minutes	2 x 40' minutes	2 x 45' minutes
Touches			A la main
Relance Gardienne	Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol	Libre	Libre
Hors jeu			
			Moitié du terrain

Nouveauté



POURQUOI NE PAS JOUER AU FOOTBALL AUTREMENT ?

- UN MOMENT CONVIVAL UNE FOIS PAR MOIS
- EQUIPE COMPOSEE DE PEU DE JOUEUSE SUR LE TERRAIN
- LES CHANGEMENTS PEUVENT SE FAIRE A TOUT MOMENT
- TOUTES LES JOUEUSES LICENCIEES SONT AUTORISEES A PRATIQUER Licence Libre, Loisir, Dirigeante, Technique



ORGANISATION DE LA PRATIQUE

1- LE PROJET

Saison 2021/2022, le District Haute Savoie et Pays de Gex organisera des Challenges féminins autour de la pratique diversifié sur 10 dates. C'est l'opportunité de se retrouver pour jouer un football dont elles ont envie...

2- LE PUBLIC CIBLE

Le football diversifié est accessible à toutes les personnes licenciées U16F, U17F, U18F et Seniors féminine libre ou loisirs (Débutantes, confirmés, joueuses, dirigeantes...)

3- LE PLAN D'ACTION

Présence d'un membre de la commission féminine sur chaque événement.

	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
Pratique	Foot à 8	Foot à 8	Indoor	Indoor	Futsal	Futsal	Foot à 8	Foot à 8	Foot à 8	Tennis ballon
Lieux	1 site	1 site	1 site	1 site	1 site	1 site	1 site	1 site	2 sites	1 site
Jours	Samedi 25	Samedi 30	Jeudi 11	Dimanche 19	Dimanche 23	Dimanche 3	Samedi 5	Samedi 16	Samedi 28	Samedi 25
Horaires	19h - 21h	19h - 21h	9h - 12h	9h - 12h	Journée	Journée	19h - 21h	19h - 21h	19h - 21h	14h - 17h

4- CONTACT

Auprès de David LOPEZ, en charge du développement du football féminin



dlopez@hautsavoie-paysdegex.fff.fr



06 68 92 03 99

EVENEMENTS A VENIR

LA RENTREE DU FOOTBALL FEMININ 2021



SAMEDI 18 SEPTEMBRE 2021



Organisé par le District Haute Savoie et Pays de Gex



Viens participer avec ton équipe !

LE FOOTBALL FEMININ

DANS TOUS SES ETATS !

Foot à 4, Foot à 5, Foot à 8
Défi Technique, Motricité,
Golf Foot, Tennis Ballon
...Musique !!



STADE FREDERIC MEYER à Beaumont



De 9h à 18h



Pour les joueuses U7F à U13F



Renseignements auprès de : David LOPEZ - 06 68 92 03 99 -

CHALLENGE FOOT à 8 SENIORS FEMININ



Inscris ton équipe !!
Challenge tes joueuses ...
Pas de frais d'inscription

Organisé par le District Haute Savoie et Pays de Gex

SAMEDI 25 SEPTEMBRE 2021



STADE DE VIUZ EN SALLAZ



19h00 à 21h30



les licenciées féminine à partir de 16 ans



Renseignements auprès de : David LOPEZ - 06 68 92 03 99 -



PLAN D' ACTIONS TECHNIQUE

U10F – U11F – U12F – U13F – U14F – U15F

EN HAUTE SAVOIE



PLAN DE PERFORMANCE FEDERAL

Accompagner, Détecter, Orienter...

P.P.F : PLAN de PERFORMANCE FEDERAL (Parcours de la joueuse)

Dont les objectifs prioritaires sont :

- Permettre la promotion de toutes les jeunes joueuses présentant un potentiel identifié
- Confronter les meilleures entre elles (émulation, évaluation, ...)
- Enrichir les connaissances en terme de principes de jeu et de résolution de problèmes tactiques
- Renforcer le niveau technique et la maîtrise individuelle au service du jeu
- Renforcer les qualités psychologiques (comportement, compétitivité, gestion émotionnelle ...)
- Favoriser la préparation de l'élite départementale et régionale (vers l'élite nationale)
- Favoriser l'orientation des meilleurs(es) vers les structures d'accès au haut niveau national ou régional (Sections sportives, Pôle Espoir, Pôle France Fille, Sections «Elite», Centre Formation)

ACTIONS TECHNIQUE PAR CATEGORIE

Septembre	Octobre	Novembre	Décembre	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
Samedi 4		Mercredi 3					Lundi 4		Mercredi 1
CP U15F		CAF secteur 1 U12F U13F					CES Annemasse		Match U13F
	Lundi 4	Jeudi 4			Lundi 7		CES Annecy	Mercredi 4	Mercredi 8
	CES Annemasse	CAF secteur 2 U12F U13F			CES Annemasse		Mercredi 13	CAF U11F	Match U15F
	CES Annecy	Vendredi 5			CES Annecy		Match U14F		
		CAF secteur 2 U14F	Lundi 13		Mercredi 16	Mercredi 16			
			CES Annecy		CP U13F	Match U14F		Mercredi 11	
					Jeudi 17			CAF U11F	
					CP U15F			Lundi 16	Dimanche 19
								CES Thonon	Tournoi FS U13F
		Lundi 15			Mercredi 23			CES Arve	Tournoi FS U15F
	Mercredi 20	CES Thonon			CP U14F			Mercredi 18	
	Match U15F	CES Arve				Lundi 21	Mercredi 27	CAF U11F	
	Du 26 au 28					CES Thonon	CP U13F		
	CID U15F					CES Arve	Jeudi 28	Mercredi 25	
Mercredi 29	Vendredi 29	Lundi 29		Lundi 24			CP U15F	CAF U11F	
CP U15F	CAF Secteur 1 14F	CES Annemasse		CES Thonon			Vendredi 29		
				CES Arve			CID U14F		

CATEGORIES

U12F à U15F

U11F

U12F/U13F

U14F

U15F

CAF = Centre Animation Féminin

CP = Centre de perfectionnement

Match = Opposition

CES = Centre entrainement secteur



DISTRICT DE FOOTBALL
de HAUTE-SAVOIE et du PAYS DE GEX

4, rue des Verchères – B.P. 428
74108 - VILLE-LA-GRAND
Téléphone: 04 50.84 10 84 - Fax 04 50.84 10 85
district@hautesavoie-paysdegex.fff.fr



David LOPEZ

Educateur Départemental en charge du football féminin

Mail: dlopez@hautesavoie-paysdegex.fff.fr

Tél: 06-68-92-03-99