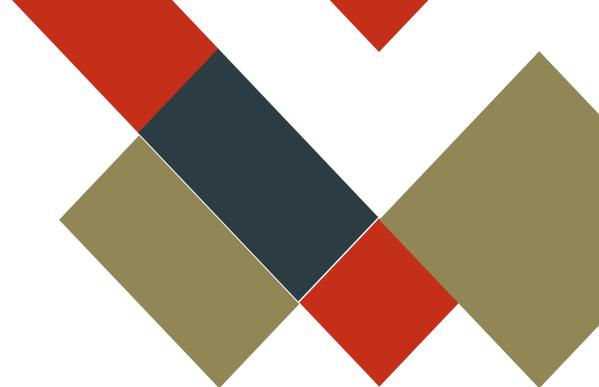




Journée parents/enfants





Le District de l'Orne de Football vous accompagne :

Il est important de proposer des actions auprès de vos licencié(e)s (des U7 aux U18) pour les fidéliser, garder du lien et attirer de nouveaux joueurs ou de nouvelles joueuses.

Ce guide a pour objectif de vous aider à organiser cette action dans votre club sur la fin saison 2022.

❖ Qu'est-ce qu'une journée parents/enfants ?

Une journée parents/enfants peut être organisée en début d'année pour créer du lien au sein du club, apprendre à se connaître et présenter l'organisation de l'année. Elle peut aussi être mise en place à la fin de la saison pour remercier les parents de leur investissement durant l'année et terminer la saison par une « journée festive » dans la convivialité et la bonne humeur.





❖ Préparation en amont d'une journée

Organiser une réunion avec l'ensemble de l'équipe pour définir :

- L'organisation de la journée ou une demi-journée
- répartition des tâches de chacun
- Préparation de la reunion debut d'année ou fin d'année
- Les dates, les horaires, et les catégories envisagées
- Réservation des infrastructures et du matériel nécessaire (terrain, tonnelles, buvette, barbecue, tables, chaises...)
- Restauration sur place ou non.
- Achat restauration (accueil, repas, goûters).
- Définir un référent d'accueil.
- Fiche coordonnées des personnes présentes.
- Définir les ateliers envisagés pour la journée (équipe de 6 à 8 personnes).
- Fiche de rotation et des scores
- Prevoir des récompences



Communication

- Communiquer l'action auprès des parents et des joueurs;
- Carton d'invitation.
- Faire une communication externe de l'action (site internet, réseaux sociaux, presse...)

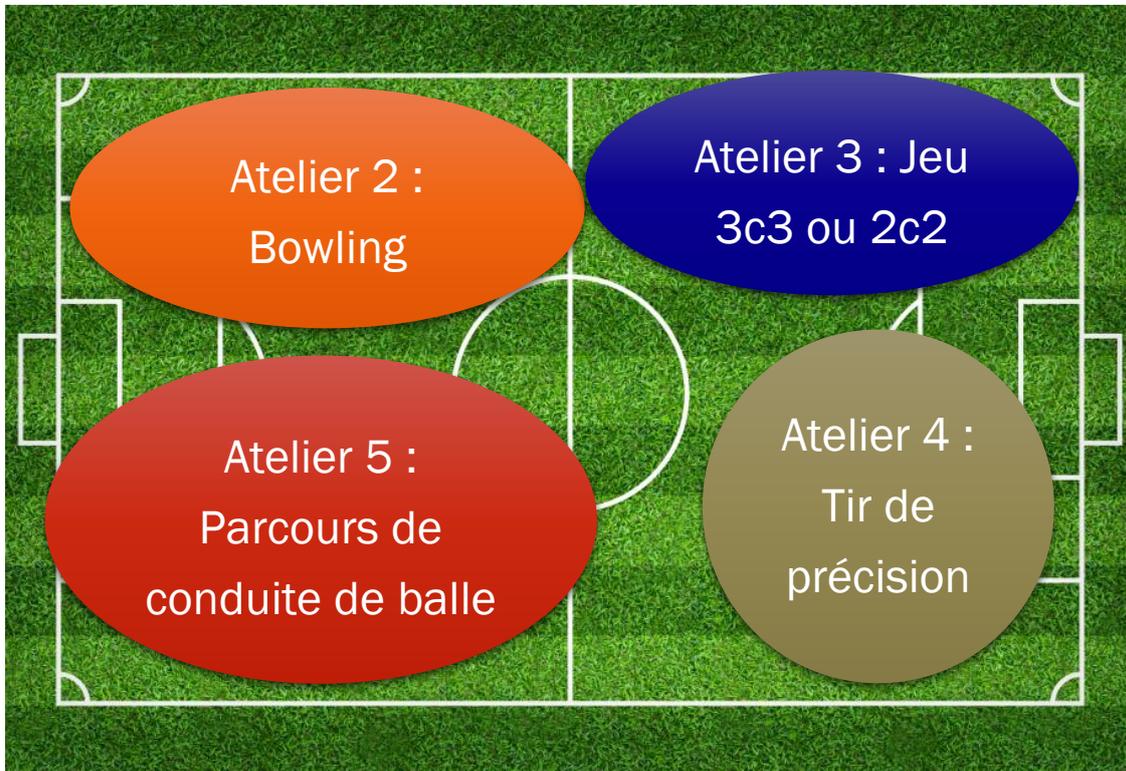


❖ Exemple d'organisation d'une demi-journée parents/Enfants :

| | |
|--|---|
| 9H00 : Installation | <ul style="list-style-type: none">• Préparer l'aménagement du terrain• Trousse médicale premiers soins et numéros de téléphone d'urgence.• L'accueil, temps de convivialité• Réalisation des fiches de rotation et de points |
| 10H00-10H30 : Réunion fin de saison ou début de saison. | <ul style="list-style-type: none">• Remerciements et présentation de la journée• Organisation durant l'année/bilan de fin d'année• Échanges avec les parents |
| 10H30-12H00 : Atelier par équipe | <ul style="list-style-type: none">• Réalisation des équipes intergénérationnelles et mixtes de 8 personnes.• Présentation des ateliers (Foot Golf, Cécifoot, jonglerie, tir de précision, Parcours de conduite de balle, atelier technique...)• Réalisation des ateliers avec feuille de route par équipe et de points. |
| 12H00-12H30 : Pot de convivialité | <ul style="list-style-type: none">• Repas partagé, apporté par les familles, barbecue• Point sur le classement des ateliers du matin• Démonstration Fit Foot durant le repas |



❖ Exemple d'ateliers possibles à mettre en place :



Organisation :

- Groupe 6 à 8 participants.
- Atelier de 15 minutes.
- Prévoir feuille de route pour les équipes.
- 1 animateur par groupe ou par atelier.



Exemple de rotation des équipes

Équipe N° :

Nom de l'équipe :

| Atelier | Présentation : | Score |
|--|--|-------|
| 1) Footgolf  | Équipe de 3 ou 4 joueurs ou joueuses, un ballon par équipe objectif envoyer le ballon chacun son tour en moins de coups possibles dans la cible. A la fin, seront additionnés les scores de chaque coup pour permettre de réaliser un classement final entre l'ensemble des équipes présentes. | |
| 2) Bowling | Faire tomber l'ensemble des plots, 1 plot au sol = 1 point. | |
| 3) Jeu 3c3 ou 2c2 | 2 équipes s'affrontent sur un jeu type match en 3c3 ou 2c2. Objectif : Faire une rencontre type match en 3c3 ou 2c2 sans GB. L'intérêt de ce jeu est de permettre aux joueurs et/ou joueuses de toucher un maximum de fois le ballon | |
| 4) Tir de précision | Sur un but, installer des cerceaux ou une bâche de précision, nombre de points défini, objectif : marquer un maximum de points par équipe. | |
| 5) Parcours de conduite de balle | Sous Forme d'un relais, réaliser le parcours demandé le plus rapidement possible. Classement final par équipe, 3 essais pour améliorer son record. | |
| Total | | |

1) Footgolf

| | | |
|---|--|--|
| ORGANISATION | | |
| OBJECTIF | Découverte des nouvelles pratiques et mise en place d'un challenge intégrant les résultats obtenus dans chacune de ces activités. Objectifs techniques visant l'amélioration de la qualité du toucher de balle | |
| BUT | est de réaliser le parcours composé de 4 trous en faisant le moins de frappes possibles pour mettre le ballon dans le cerceau du trou correspondant. | |
| REGLES & CONSIGNES | Equipe de 3 ou 4, un ballon par quipe , frapper chacun son tour pour atteindre le trous réaliser a l'aide de coupelle. L'équipe qui auras toucher le moins de fois le ballon auras gagner. | |
| CRITERES DE REUSSITE | ballon dans le trou , | |
| COMPORTEMENTS ATTENDUS | | |
| COLLECTIFS (VEILLER À) | INDIVIDUELS (VEILLER À) | |
| Encouragement | Passer intérieur du pied | |
| Esprits d'équipe | Frappes intérieur du pied | |
| VARIABLES | | |
| Réduire ou augmenter l'espace la distance Compter les points | | |



Qu'est-ce qu'est-ce que le Golf Foot ?

La pratique du Golf Foot consiste à envoyer avec des frappes du pied, un ballon de football dans un trou ou une cible, avec le moins de frappes possibles ou le moins de temps possible. Elle s'effectue prioritairement en extérieur, sur un terrain de football, un complexe sportif ou un parc. Alliant précision et déplacements sur des parcours aménagés, le Golf Foot se pratique en individuel ou en équipe.

RÈGLES DE BASE

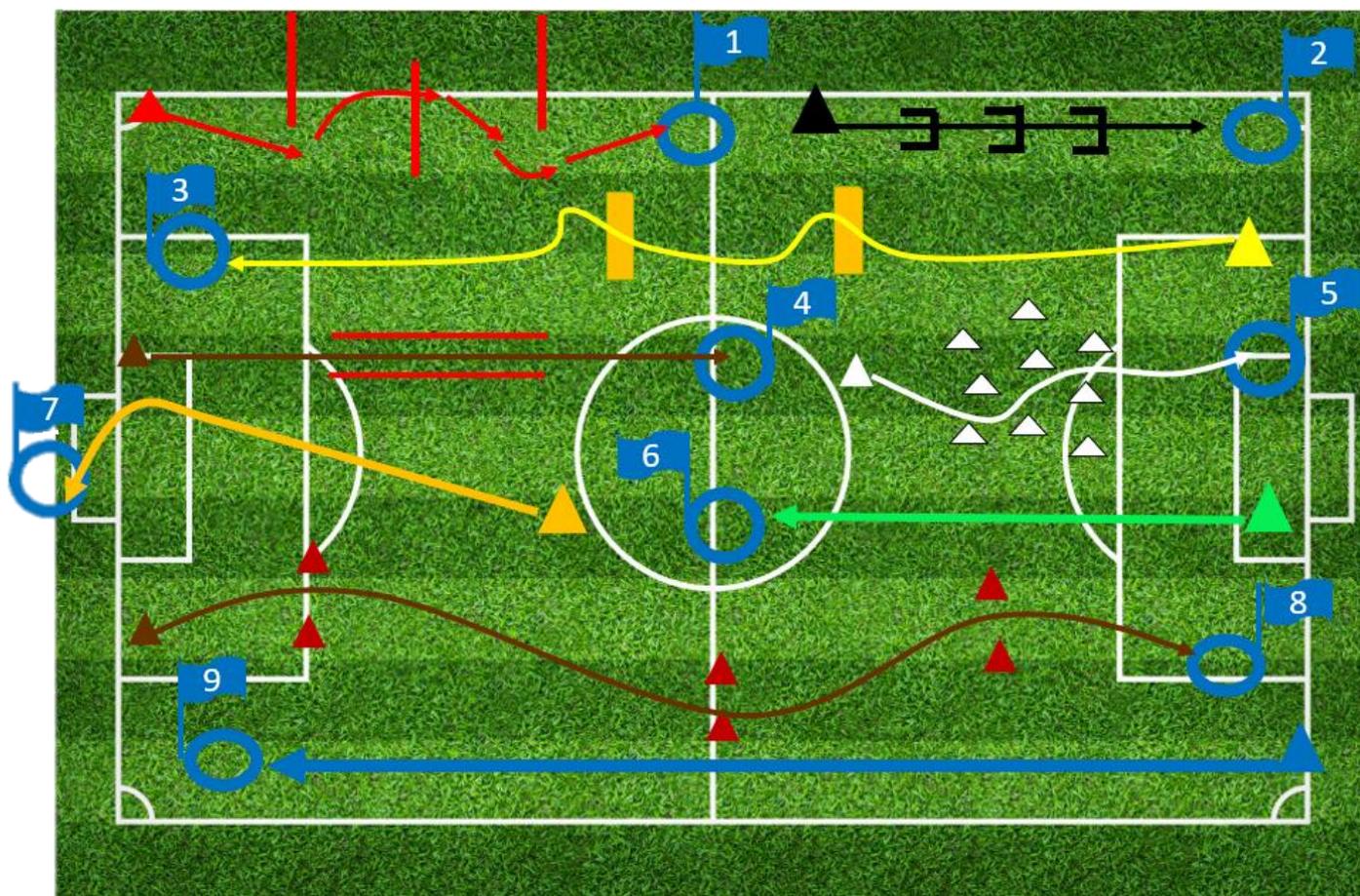
- Pour frapper le ballon, il doit être à l'arrêt.
- Pratique individuelle : atteindre la cible avec le moins de frappes possibles (mise en place d'un PAR pour chaque parcours) ou le plus rapidement possible (possibilité de limite de temps pour chaque parcours).
- Pratique sous forme de duel (1 ballon par joueur) : alternance (le moins de frappes possible) ou rapidité.
- Parcours par équipe (2 ou 3 maximum, 1 ballon par joueur ou 1 ballon pour 2 ou 3): minimum de frappes cumulées ou rapidité pour atteindre la cible.
Variantes : ballon en mouvement, touches limitées...
- Biathlon : 3 trous sur des petits parcours (épreuve de pénalité si échec).
- Les règles sont à adapter en fonction du public visé et de la difficulté du parcours.

INSTALLATIONS ET MATÉRIEL

- Complexe sportif, terrain
- Ballon taille 5 conseillé
- Set de 9 cibles + drapeaux (District)
- Fiche de score avec PAR



- Terrain à 11 ou complexe sportif
- 9 trous 6 équipes de 3 ou 4
- En équipe ou en individuel
- Mettre le ballon en moins de coups possibles dans la cible.



- Kit Golf foot : possibilité de réserver auprès du District sous réserve des disponibilités.



- Possibilité aussi de réaliser soi-même les cibles à l'aide de coupelles.



GRILLE DE SCORE GOLF FOOT



EQUIPE N° :

NOM DE L'EQUIPE

| TROU | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | TOTAL | |
|-----------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--|
| PAR | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| NOM Prénom | Sigle | Total | | |
| 1. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL PAR ÉQUIPE | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

PAR : À chaque trou est attribué un score idéal qu'on appelle PAR – score réalisé par les très bons joueurs – qui est en fonction de la distance séparant le départ du drapeau.

SIGLE : À Chaque tir réalisé par le joueur ou la joueuse symbolisé par un très (I) pour comptabiliser à la fin le total de tirs réalisés avant d'atteindre la cible.



2) Foot Bowling

| | | |
|--|--|--|
| <p>OBJECTIF</p> <p>BUT</p> <p>REGLES & CONSIGNES</p> <p>CRITERES DE REUSSITE</p> | <p>ORGANISATION</p> <p>Améliorer la passe plat du pied.</p> <p>Faire tomber un maximum de plots. 1 point marqué si le joueur ou la joueuse renverse une quille</p> <p>Le joueur ou la joueuse pousse le ballon de la semelle pour mettre le ballon en mouvement, il réalise une passe entre les deux plots pour tenter de renverser les quilles. Des ramasseurs de balle récupèrent les ballons et replacent les quilles après chaque participant</p> <p>Le joueur réussit à toucher tous les plots en utilisant 2 Ballons</p> | |
| <p>COMPORTEMENTS ATTENDUS</p> | | <p>VARIABLES</p> |
| <p>COLLECTIFS (VEILLER À)</p> <p>Encouragement</p> <p>Esprits d'équipe</p> | <p>INDIVIDUELS (VEILLER À)</p> <p>Conduite de balle</p> <p>Orienter les épaules vers la cible</p> <p>Plat du pied au cœur du Ballon avec le plat du pied</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Réduire ou augmenter les distances, augmenter ou réduire les espaces entre les plots - Challenge par équipe |



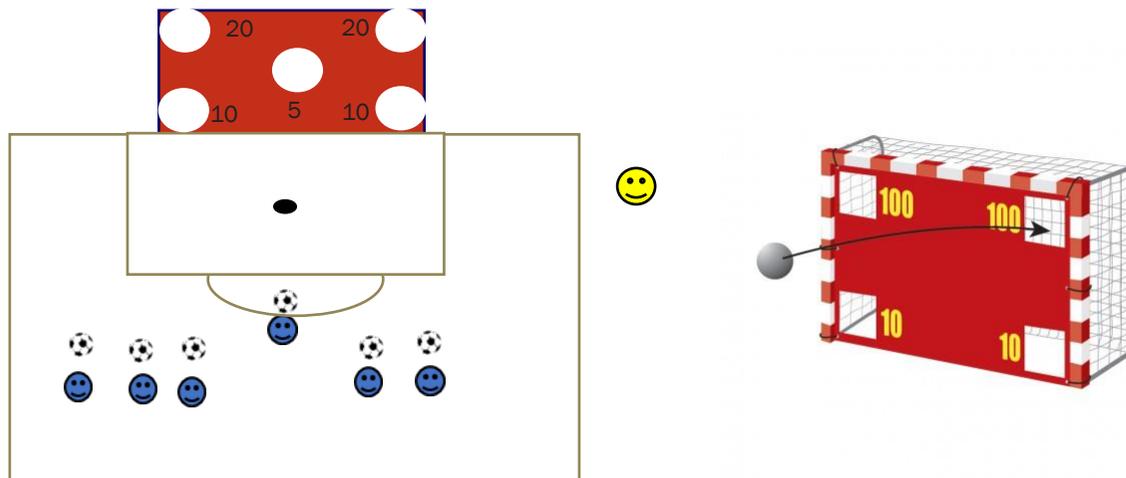
3) Jeu 3c3 et/ou 2c2

| ORGANISATION | | |
|--|--|--|
| OBJECTIF | | |
| BUT REGLES & CONSIGNES | 2 équipes s'affrontent en 3c3 ou 2c2 sans GB | |
| CRITERES DE REUSSITE | Marquer | |
| COMPORTEMENTS ATTENDUS | | |
| COLLECTIFS (VEILLER À) | INDIVIDUELS (VEILLER À) | VARIABLES |
| <ul style="list-style-type: none"> - Encouragement - Esprit d'équipe | <ul style="list-style-type: none"> - Être visible du porteur de balle | <ul style="list-style-type: none"> - Compter les points |

4) Tir de précision

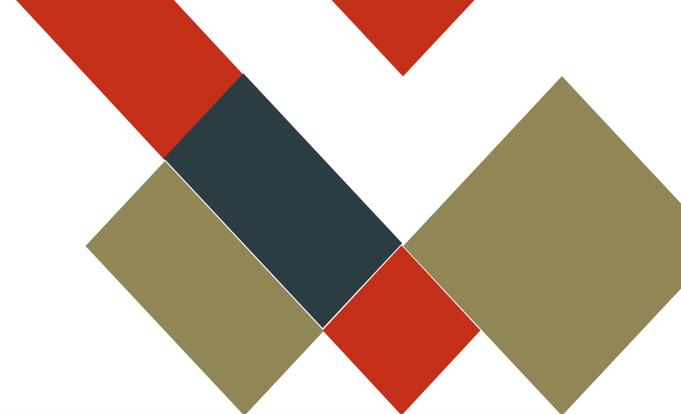


| ORGANISATION | | |
|----------------------------------|--|--|
| OBJECTIF | Tir de précision | |
| BUT REGLES & CONSIGNES | Chacun son tour, tir au but Objectif : marquer un maximum de points durant 15 minutes. Total des points de l'ensemble de l'équipe | |
| CRITERES DE REUSSITE | Marquer 25 points par joueur | |
| COMPORTEMENTS ATTENDUS | | |
| COLLECTIFS (VEILLER À) | INDIVIDUELS (VEILLER À) | VARIABLES |
| Encouragement Esprit d'équipe | Frapper le ballon du cou du pied | <ul style="list-style-type: none"> - Distance en fonction des âges. - Faire un challenge individuel - Compter les points par équipe ou individuellement |





Points par équipe tir de précision



| Équipe n° | Total des points | Classement |
|-----------|------------------|------------|
| 1 | | |
| 2 | | |
| 3 | | |
| 4 | | |
| 5 | | |



5) Parcours de conduite de balle

| ORGANISATION | | |
|----------------------------------|---|---|
| OBJECTIF | Conduite de balle | |
| BUT REGLES & CONSIGNES | Sous forme d'un relais en conduite de balle, réaliser le meilleur chrono, le chrono s'arrête quand tous les joueurs sont passés. Attention même nombre de joueurs par équipe si une équipe est que 5 à la place de 6, un passe 2 fois. | |
| CRITERES DE REUSSITE | Réaliser le parcours en équipe le plus rapidement possible | |
| COMPOTEMENTS ATTENDUS | | |
| COLLECTIFS (VEILLER À) | INDIVIDUELS (VEILLER À) | VARIABLES |
| Encouragement Esprit d'équipe | Conduite des deux pieds et de l'intérieur du pied | <ul style="list-style-type: none"> - Distance des plots en fonction de l'âge - Pied faible pour les adultes - Compter les points |
| | | |
| | | |

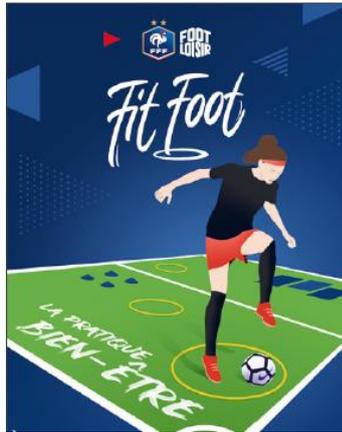


Temps conduits de balle



| Équipe n° | Temps 1 | Temps 2 | Temps 3 | Classement |
|-----------|---------|---------|---------|------------|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |

Fit Foot



Qu'est-ce qu'est-ce que le Fit Foot ?

Possibilité d'intégration dans la pratique traditionnelle de tous les licenciés en complément de l'accompagnement physique avec un contenu adapté. Il est destiné principalement aux parents des jeunes licencié(e)s et/ou femmes de licenciés (majorité de femmes), pratique intergénérationnelle (parents/enfants), séniors.

RÈGLES DE BASE

- Proposer l'activité avec des musiques rythmées et variées
- Pratique individuelle ou cours collectif en variant les ateliers
- Pratique majoritairement avec ballon
- Séance de 45' à 60', 1 à 2 fois par semaine
- L'activité proposée est réalisée en fonction des niveaux des pratiquants.

INSTALLATIONS ET MATÉRIEL

- Matériel pédagogique disponible au sein du club : cônes, coupelles,
- Jalons, constri, senseball,...
- Un ballon/personne
- Planche à rebond / step / coussin gonflable pour la proprioception/ Swiss ball / corde à sauter / échelle de rythme
- Enceinte pour diffuser de la musique
- Espace de pratique : Espace réduit (terrain de Foot5 ou Futsal
- extérieur/ intérieur, terrain extérieur non utilisé ou salles (attention aux conditions climatiques)



❖ Organisation d'un atelier Fit Foot découverte.



1 Chorégraphie Fit Foot préparée et proposée par les animateurs.

Découverte de la pratique par les participants.



2

Répartition par groupe.

réalisation de sa propre Chorégraphie Fit Foot en groupe.

Choix de la chanson et des mouvements.

Accompagné et aidé par les animateurs



3

Présentation de la chorégraphie à l'ensemble des participants.

Fit Foot





INTÉGRATION DES PARENTS

Les parents sont partie prenante de l'**activité** et, à ce titre, peuvent être amenés à tenir **différents rôles**, mener plusieurs activités, accomplir différentes tâches et ce, en fonction de leur **souhait, disponibilité, circonstances** ou **compétences**.

1- AVANT LE DÉBUT DE LA SÉANCE

- Ils contribuent à l'**accueil** des autres enfants et de leurs parents
- Ils participent à l'**entrée dans la séance** en bénéficiant d'un temps dédié de jeux avec leurs enfants

2-PENDANT LA SÉANCE

- Ils assistent le ou les éducateur(s) et jouent un rôle dans un cadre défini et partagé
- Ils **aident** le ou les éducateur(s) dans la prise en charge de l'activité
- ils peuvent être **force de propositions**
- ils peuvent être "**démonstrateurs**" et "**correcteurs**" dans l'activité
- ils sont en permanence **bienveillants** avec les enfants, les autres parents et le ou les éducateur(s)
- ils **accompagnent, encouragent, rassurent** si besoin leur enfant, les enfants
- ils **jouent** et **profitent** d'un temps de partage avec leur enfant
- ils **partagent** l'activité avec les autres parents (rompre l'isolement)
- ils peuvent être **médiateurs, facilitateurs** dans les échanges
- ils **respectent** les règles du vie du groupe
- ils **contribuent** à la sécurité du groupe





Journée parents/enfants



← Plier ici 2



↑ Plier ici 1

Le club

Le club :

Contact :

N° TEL :

| DATE, avec le nom et les initiales des deux entraîneurs | Temps de jeu si possible ou pas |
|---|---------------------------------|
| | |
| | |

La jeunesse
 Le joueur

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

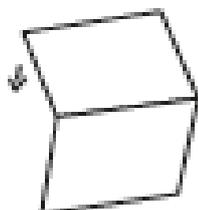
E-mail :

Adresse :

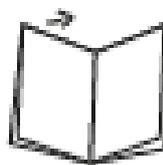
N° TEL :

4 Couper ici ↓

Imprimer cette feuille sur un format A4, puis pliez-la au niveau des pointillés (1 et 2), et coupez le long des traits continus (3 et 4).



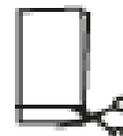
1



2



3



4

↑ Couper ici 3



Le District de l'Orne de Football vous accompagne, vous souhaitez davantage d'informations ou un accompagnement physique le jour de l'action :

Contactez :



Clément Loudjani

Conseiller Technique DAP

Port : 07 83 15 47 96

E-mail : cloudjani@footorne.fff.fr



Élisabeth Monin

Éducatrice DOF

Port : 06 79 07 83 09

E-mail : emonin@footorne.fff.fr

District de Football de l'Orne



Adresse : Impasse Claude Bertholet, 61000 Alençon

Téléphone : 02 33 81 77 22

Web : <http://footorne.fff.fr/>

Facebook :

https://www.facebook.com/DistrictOrneFootball/photos/?ref=page_internal