Toutes en jeu

Guide du développement de la pratique féminine





ÉDITO

UNE AMBITION COLLECTIVE POUR LE FOOTBALL FÉMININ

Le développement du football féminin est une priorité stratégique pour notre Fédération. Notre ambition est claire : permettre à chaque jeune fille et à chaque femme, partout sur le territoire, de trouver sa place dans notre sport, de découvrir le plaisir du jeu, de progresser et de s'épanouir, quels que soient son âge, son niveau ou ses ambitions.

Ces dernières années, le football féminin a connu dans l'hexagone une progression remarquable, qui fait du football, le premier sport collectif féminin en termes de licenciées. De plus en plus de femmes et de jeunes filles franchissent les portes de nos clubs, avec l'envie de jouer, de partager et de vivre pleinement leur passion. Cette dynamique est une formidable source d'encouragement.

Mais cette progression nous oblige aussi. Nous devons aller plus loin, plus vite et collectivement. Il nous appartient désormais de consolider cette dynamique, de la rendre durable et de faire en sorte que chaque pratiquante puisse bénéficier de conditions d'accueil, de pratique et d'accompagnement à la hauteur de ses attentes.

Ce guide a ainsi été conçu comme un véritable outil au service de vos projets. Il vous accompagne à chaque étape de votre démarche : pour accueillir de nouvelles pratiquantes, créer et structurer des équipes, développer votre offre de pratique, former et accompagner les éducatrices et les éducateurs, mais aussi inscrire durablement le football féminin dans la vie de votre club.

La Fédération est pleinement mobilisée à vos côtés. Cet engagement se traduit par des dispositifs d'accompagnement, des moyens financiers dédiés, un soutien aux initiatives locales, l'amélioration des conditions de pratique et le développement des compétences de celles et ceux qui font vivre le football au quotidien. Ces investissements témoignent d'une conviction forte : le développement du football féminin doit être durable, structuré et accessible partout en France.

Mais le plan **« Toutes en jeu »** est avant tout la déclinaison d'une ambition collective. Celle d'une Fédération, de ses Ligues, de ses Districts et de ses clubs, réunis autour d'un même objectif : donner au football féminin les moyens de s'inscrire pleinement dans l'avenir de notre sport.

Parce que chaque nouvelle pratiquante compte. Parce que chaque équipe créée est une étape de plus. Parce que chaque club qui s'engage contribue à faire grandir le football féminin.

Philippe DIALLO
Président de la Fédération Française de Football

AVANT-PROPOS

Pourquoi ce guide ?

Ce guide a pour objectif de soutenir les clubs dans la création, le développement et la valorisation de la pratique féminine, tout en favorisant une meilleure mixité dans l'accès aux responsabilités et dans la vie du club. Il les accompagne grâce à des repères clairs, des conseils pratiques et des exemples d'actions. Il constitue également un appui complémentaire aux dispositifs et outils déjà existants pour aider les clubs.

Comment utiliser ce guide ?

Chaque section correspond à une étape clé du développement de la pratique féminine, de la structuration à la promotion de la discpline, vers le parcours d'excellence.

Son contenu a été conçu pour être pédagogique : définitions claires, conseils concrets, exemples inspirants et repères adaptables, selon la réalité de chaque club.

Chaque club peut :
- s'inspirer de l'ensemble du parcours proposé,
- ou choisir uniquement les éléments correspondant à son niveau d'avancement.

L'essentiel est de s'approprier la démarche, de la partager avec tous les adhérents du club et de l'inscrire dans une dynamique fédérale et territoriale.

Ensemble, nous pouvons créer les conditions d'une pratique féminine durable et structurante.



01 Structuration du football féminin

Le football, qu'il soit féminin ou masculin, s'appuie sur trois échelons complémentaires, Districts, Ligues et FFF, qui organisent la pratique, les compétitions et le parcours des joueuses et joueurs. Ce chapitre vous présente cette organisation et explique comment les différents niveaux interagissent pour structurer le football féminin en France.

1 Les Districts

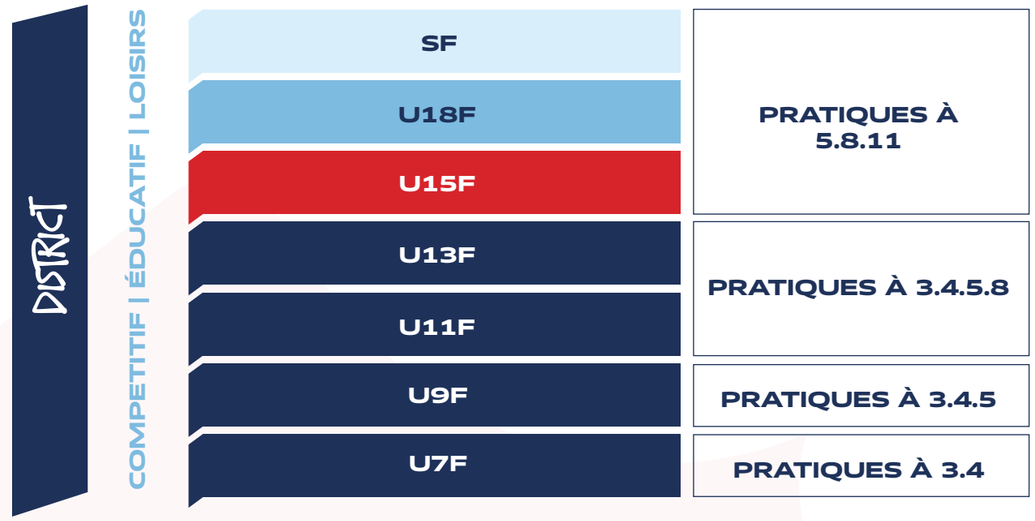
la proximité et l'accès au jeu

Les districts sont au plus proche des clubs et du terrain. Ils proposent des formats adaptés à tous les âges et à tous les niveaux, soutiennent les clubs dans l'accueil de nouvelles pratiquantes et assurent le fonctionnement quotidien du football amateur.

Les Districts :

- accompagnent directement les clubs (création d'équipes, structuration…),
- déploient les actions de terrain (ex : détéction, promotion),
- organisent les formations de base (pour les éducateurs(trices), dirigeant(e)s et arbitres),
- animent le réseau local (réunions, événements, actions de proximité),
- gèrent les licences, engagements et compétitions locales,
- organisent les championnats départementaux.

Ils sont là pour vous orienter, partager les bonnes pratiques et vous aider à transformer votre volonté en actions concrètes.



2 Les Ligues

la structuration sportive

Les Ligues sont les relais régionaux de la FFF. Elles structurent, coordonnent et accompagnent le développement du football à l'échelle du territoire, en lien étroit avec les Districts.

Les Ligues :

- assurent le déploiement des politiques fédérales et des dispositifs nationaux à l'échelle régionale,
- accompagnent et coordonnent les actions des Districts,
- organisent les compétitions régionales,
- pilotent les parcours de performance (détections, sélections, PPF),
- assurent les formations des éducateurs(trices), arbitres, dirigeant(e)s, à l'échelle régionale,
- soutiennent les clubs dans leur structuration et leurs projets de développement.

Elles accompagnent les territoires dans la mise en œuvre des projets au service du développement du football féminin.

3 La FFF

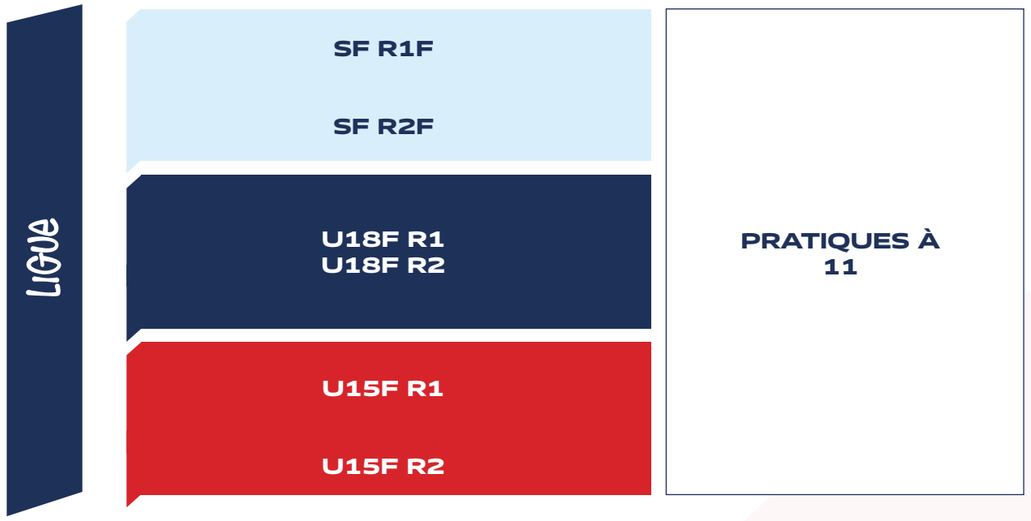
la vitrine du football féminin

La FFF pilote la politique nationale de développement du football féminin. Son rôle est de porter une vision cohérente et partagée, de proposer des outils adaptés et d'accompagner la progression de la pratique de tout le territoire.

La FFF :

- met en place des dispositifs spécifiques pour les clubs, les districts et les ligues,
- assure une vision nationale partagée, en lien avec les acteurs du terrain,
- valorise les réussites locales à travers le projet club et la communication,
- soutient la formation, l'encadrement et l'organisation des compétitions.

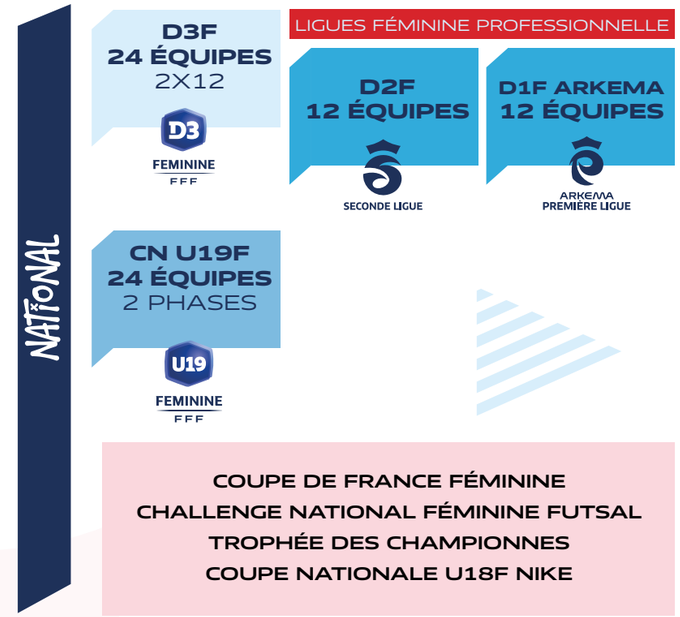
Elle donne le cadre, les moyens et l'impulsion nécessaire pour que chaque club, quelle que soit sa taille, puisse contribuer pleinement à l'essor et à la structuration de la discipline.



Conseils

Pour ancrer durablement votre projet, entretenez un lien régulier avec votre District et votre Ligue.

Une relation fluide avec les instances facilite l'accès aux dispositifs, aux conseils et aux bonnes pratiques.





02

CRÉATION d'une section féminine

Développer une section féminine constitue un véritable projet de transformation pour un club. Ce chapitre vous guide pas à pas pour lancer votre projet, l'organiser et l'ancrer durablement dans la vie du club.

1. CONSTRUIRE SON PROJET CLUB

→ Développez votre club pas à pas

Le Projet Club constitue le socle de la structuration et du développement du club en lien avec son environnement. Accueillir le public féminin, développer la pratique féminine et permettre l'accès aux responsabilités, doivent être au cœur de votre Projet Club.

→ Le Projet Club repose sur 2 piliers

LA VIE ASSOCIATIVE
« LE BIEN VIVRE ENSEMBLE »

LA VIE SPORTIVE
« LE BIEN JOUER ENSEMBLE »

Ces deux piliers sont indissociables et contribuent à la dynamique globale du club.

→ Pour être efficace et cohérent, votre projet doit également se construire autour de 3 dimensions

L'IDENTITÉ DU CLUB

QUI SOMMES-NOUS ?
QUE PROPOSONS-NOUS ?

LA STRUCTURE DU CLUB

COMMENT SOMMES-NOUS ORGANISÉS ?

L'ANIMATION DU CLUB

COMMENT FAISONS-NOUS VIVRE NOTRE CLUB AU QUOTIDIEN ?

L'animation du club joue un rôle essentiel. Elle doit intégrer l'ensemble des adhérents et s'attacher à attirer et accueillir de nouveaux publics, faire jouer et progresser les pratiquantes, intégrer et éduquer à chaque étape du parcours, fidéliser sur la durée.

Consulter la vidéo de présentation

L'équipe projet club est le coeur de la dynamique

Votre engagement est le point de départ essentiel de toute démarche de développement.

Astuce

Le projet club intégrant l'axe féminisation pourra :

- s'appuyer sur le dispositif Toutes Foot pour se structurer et se développer de façon pérenne
- bénéficier d'un accompagnement et d'un financement spécifique

Projet Club

Pour bien démarrer

- construisez un projet adapté à vos moyens et à votre contexte,
- désignez un(e) référent(e) du football féminin au sein du comité directeur,
- soignez l'accueil des joueuses, des familles et des bénévoles,
- intégrez pleinement les féminines dans la vie du club (sportive et associative),
- valorisez les bénévoles engagés et mobilisez toujours de nouvelles ressources pour assurer une dynamique.

2 éléments clés

- **Les moyens humains :** un encadrement formé, une équipe dirigeante impliquée et des bénévoles mobilisés.
- **Un environnement favorable :** des conditions d'accueil adaptées, une organisation claire, et une dynamique collective positive.



2. IDENTIFIER LES MOYENS HUMAINS

La réussite d'une section féminine repose sur celles et ceux qui la font vivre au quotidien. Un projet structuré nécessite une organisation humaine adaptée, bienveillante et engagée.

→ Une personne dédiée à l'accueil

L'accueil est le premier contact entre une famille et votre club. Il est déterminant dans la 1ère impression laissée et dans la décision de s'engager.



Rôle

- orienter et renseigner les familles,
- accompagner les démarches d'inscription,
- expliquer le fonctionnement du club,
- rassurer les parents,
- instaurer un climat de confiance,
- organiser des moments de convivialité lors des temps forts.

› Cette mission peut être assurée par le (la) référent(e) ou la référent football féminin ou par le ou la responsable technique

→ Le(la) référent(e) du football féminin

Véritable pilier du projet, il/elle est la personne relais entre les différents acteurs du club. Son rôle est essentiel pour structurer et faire vivre la démarche de féminisation.



Qualités attendues :

- bon relationnel,
- exemplarité,
- motivation,
- capacité à fédérer.

› Le(la) référent(e) est la personne « relais » entre les différents acteurs.

→ Les éducateurs et éducatrices

Au coeur du projet sportif, les éducateurs et éducatrices accompagnent les joueuses dans leur pratique, en adoptant une posture bienveillante et adaptée à chaque joueuse.

Rôle

- connaître les pratiquantes et leurs besoins,
- adapter les séances,
- garantir un environnement sécurisé,
- transmettre des valeurs éducatives,
- instaurer un climat positif,
- favoriser la progression de chacune.



› Ce rôle pro-actif est assuré par toute personne adoptant une approche bienveillante. Suivre une formation constitue néanmoins un véritable atout pour structurer et enrichir les séances.

Conseils pour renforcer votre organisation

- **Favorisez la mixité dans l'encadrement : elle apporte une richesse notamment sur le plan éducatif.**
- **Constituez dans la mesure du possible des binômes mixtes et intégrez des femmes dans l'encadrement.**
- **Encouragez la prise de licence pour chaque fonction exercée : elle contribue à garantir un cadre de pratique sécurisé et protecteur pour les pratiquant(e)s, notamment grâce au contrôle d'honorabilité mis en place par la FFF.**

3. CRÉER UN ENVIRONNEMENT FAVORABLE

Développer une section féminine ne se limite pas seulement à ouvrir des créneaux de pratique : il s'agit avant tout de créer un environnement accueillant, respectueux et valorisant, où chaque joueuse peut trouver sa place et s'épanouir.

→ Assurer une répartition équitable des ressources

Créer un cadre favorable passe par une attention particulière portée à l'équité dans l'accès aux moyens du club. Cela implique une utilisation équilibrée des :

- terrains
- horaires
- vestiaires
- matériel

› Ces éléments parfois perçus comme secondaires envoient des signaux forts. Ils renforcent le sentiment d'appartenance et valorisent la place des pratiquantes dans le club.

À retenir

- **Garantir le même niveau de considération et de traitement** pour tous les publics et l'encadrement est un élément clé pour attirer, intégrer et fidéliser les joueuses.



→ Un univers partagé et valorisant

Votre club doit incarner concrètement les valeurs qu'il défend : ouverture, mixité, inclusion.

Pour cela, plusieurs actions peuvent être mises en place :

- valorisez les féminines dans la communication du club,
- utilisez des visuels (photos, affiches, publications) qui reflètent la diversité,
- organisez des temps communs (entraînements mixtes, tournois partagés, événements),
- impliquez les joueuses dans la vie associative.

› Un environnement partagé et inclusif renforce la cohésion, la motivation et développe la fierté de porter les couleurs du club.

Conseils

- **N'isolez jamais la section féminine.**
- **Favorisez les interactions régulières avec les autres équipes pour créer un véritable esprit de club.**



Idée en +

Donnez la parole aux joueuses :

- mettez en place une boite à idées,
- proposez des questionnaires,
- créez un conseil des jeunes.

Elles se sentiront valorisées et impliquées dans le projet collectif.

4. BÉNÉFICIER DE L'ACCOMPAGNEMENT FFF

La FFF accompagne les clubs pour soutenir le développement du football féminin grâce à des dispositifs adaptés à chaque étape du projet club.

→ Soutien à la création et au développement d'équipes féminines

Les clubs qui souhaitent lancer ou renforcer leur une offre féminine peuvent bénéficier de dotations spécifiques. Ces aides permettent de structurer les premières actions, d'équiper les équipes, et de sécuriser le démarrage du projet.

→ Aménagement et modernisation des infrastructures

Des dispositifs d'accompagnement existent pour améliorer ou adapter vos infrastructures, vos terrains, vestiaires et créneaux pour accueillir plus de joueuses dans de bonnes conditions.

→ Formation des encadrants

La FFF propose des parcours de formation pour développer les compétences de l'encadrement. Ils s'adressent aux éducatrices et éducateurs mais aussi aux dirigeantes, dirigeants et arbitres.

→ Appui au développement de l'emploi

Des dispositifs facilitent la création et la pérennisation de postes dédiés au développement du football féminin.

En pratique

Ces aides permettent de professionnaliser l'encadrement et de soutenir la dynamique du club sur le long terme. Pour identifier les aides adaptées à votre projet et bénéficier d'un accompagnement, rapprochez-vous de votre district ou découvrez les possibilités offertes par le FAFA (Fonds d'Aide au Football Amateur) sur le site de la FFF.

03

Animation d'une section féminine

Animer une section féminine c'est créer un environnement où chaque joueuse, enfant, adolescente ou adulte, se sent accueillie, accompagnée et valorisée. Ce chapitre vous guide pour comprendre leurs besoins, structurer vos séances et installer une dynamique qui donne envie de venir, de rester et de s'épanouir dans votre club.

1. CONNAÎTRE LES JOUEUSES

Accueillir une jeune fille dans votre club, c'est lui offrir bien plus qu'une simple pratique sportive : c'est l'occasion de vivre un premier contact avec le football qui peut poser les bases d'un engagement sur le long terme.

→ Une première étape décisive : la mise en confiance

Les premiers entraînements sont déterminants dans le parcours de la joueuse.

Avant même les apprentissages techniques, il est essentiel de créer un cadre rassurant et bienveillant. Cela passe par :

- un accueil chaleureux,
- des encouragements réguliers,
- une valorisation de l'effort au délà de la seule performance,
- une approche qui dédramatise l'erreur, considérée comme une étape normale de l'apprentissage.

› **Cette attitude donne aux jeunes filles l'envie d'oser, d'essayer, de persévérer — des ingrédients essentiels pour construire une progression durable.**

→ Une arrivée parfois tardive : adapter l'approche

Toutes les jeunes filles ne débutent pas au même âge : certaines commencent U6, d'autres U10 ou U13, avec des attentes et des niveaux différents. Il est donc essentiel d'adopter votre approche pour que chacune trouve sa place.



Pour garantir une expérience positive :

- encourager l'engagement des joueuses,
- adaptez les exercices en fonction des niveaux,
- privilégiez les formats réduits (foot à 5, foot à 8) pour multiplier les touches de balle et les occasions de réussite.

› **Plus l'environnement permet des réussites régulières, plus les jeunes joueuses prennent plaisir à revenir et s'inscrivent dans la durée.**

→ Gérer l'hétérogénéité : une richesse à exploiter

Dans les sections féminines, il est courant d'avoir des groupes hétérogènes.
Ce n'est pas un frein : avec les bons outils, cela devient **une richesse pédagogique**.

Quelques leviers

- créez des groupes de niveau ponctuels lors des séances,
- adaptez les consignes pour les rendre accessibles à toutes,
- organisez des oppositions équilibrées pour sécuriser la confiance,
- variez les rôles au sein des ateliers (responsable d'une zone, meneuse d'un exercice...).

› **Cette gestion adaptée permet à chacune de progresser, quel que soit son niveau initial.**

→ Encourager l'imagination et la prise d'initiative



Il est essentiel de les encourager pour créer un climat de confiance qui leur permettra de s'exprimer pleinement dans le jeu.

Pour cela :

- proposez des exercices offrant plusieurs solutions,
- valorisez les prises d'initiative, même si elles ne sont pas abouties,
- encouragez les essais, les dribbles, les choix personnels.

› **La créativité nourrit la confiance, la personnalité et la compréhension du jeu.**

Le besoin de comprendre pour mieux agir

Elles apprécient particulièrement :

> de comprendre les règles,
> de savoir pourquoi on fait un exercice,
> d'échanger, de poser des questions.

Prendre quelques minutes pour expliquer, questionner ou récapituler les consignes permet de renforcer leur engagement et de développer leur autonomie.

La mixité constitue un levier de progression et d'intégration

Quelques repères

> composez les groupes en fonction du niveau et de la motivation, plutôt que du genre,
> proposez ponctuellement des entraînements mixtes,
> favorisez les séances communes jusqu'à U16F,
> veillez à instaurer et à maintenir un climat d'écoute, de coopération et de respect.

Une mixité renforce l'esprit de club, développe la tolérance et enrichit les apprentissages.

2. ADAPTER LA SÉANCE DE DÉCOUVERTE

La première séance est un moment clé : c'est parfois la première interaction entre une jeune fille, le club et la pratique du football.

L'objectif : **donner confiance, créer du plaisir et favoriser l'intégration**.

Une séance simple, ludique et inclusive

Privilégiez les situations jouées et accessibles favorisant des réussites immédiates :

> jeux inspirés de l'univers scolaire (« déménageurs », « ballon magique »…),
> un ballon par joueuse dès le début de la séance,
> une progression : sans ballon puis ▸ avec ballon en main ▸ au pied,
> des consignes adaptées, accessibles et valorisantes.



Le rôle central de l'éducateur ou éducatrice

La posture de l'encadrant est déterminante pour créer un climat d'apprentissage favorable :

> encourager régulièrement,
> répéter les consignes avec bienveillance,
> corriger sans juger,
> instaurer une ambiance positive et ludique.

Une éducatrice ou un éducateur attentif/ve peut transformer une simple séance en un moment marquant, favorisant l'envie de revenir et de s'engager durablement.

Avant, pendant, après : construire un moment réussi

Avant

- accueil chaleureux,
- présentation du club,
- mise en confiance avec les parents.

Pendant

- jeux dynamiques,
- encouragements constants,
- attention à chacune,
- adaptations selon les niveaux.

Après

- moment convivial (goûter, discussion),
- retour positif aux parents,
- invitation pour la prochaine séance.



À retenir
Une séance découverte réussie

- Du jeu,
- de la bienveillance,
- de la convivialité,
- et une raison de revenir !

3. ADAPTER L'OFFRE DE PRATIQUE

Au delà du football traditionnel, il est essentiel de proposer des formats adaptés. Dans cette logique, les Districts développent des pratiques diversifiées, accessibles à toutes, permettant de toucher un public plus large.

Le football loisir

Il est adapté pour celles qui veulent pratiquer avec moins de contraintes que la pratique compétitive traditionnelle et qui recherchent des pratiques ludiques, à la carte, parfois en mixité, sans accession ni descente.

C'est aussi une opportunité pour se maintenir en forme et en bonne santé tout en se faisant plaisir, quels que soient son âge et son niveau.

Pour répondre à tous les publics, les pratiques proposées sont variées : foot en marchant, fitfoot, futsal, foot5, foot à 8 ou à 5, foot golf, futnet.

Pourquoi
proposer du football à 5 dans différentes catégories ?

Le football à 5 est un levier central pour développer la pratique féminine. Souple, ludique et accessible, il répond aux réalités de nombreux clubs.

Il permet :

- **une organisation simple, même avec des effectifs réduits,**
- **l'accueil de nouveaux publics,**
- **du temps de jeu pour toutes,**
- **un jeu rythmé et formateur,**
- **une pratique adaptée à tous les âges et à toutes les envies.**

Ce format crée des conditions idéales pour lancer une section féminine et favoriser la progression des joueuses.

À retenir

Toutes ces pratiques permettent d'attirer un nouveau public, de dynamiser le projet du club et d'identifier des nouvelles bénévoles, contribuant ainsi au bon fonctionnement du club.

Focus

Les menstruations : comprendre pour mieux accompagner

→ Un sujet naturel, encore trop souvent tabou

Les menstruations font partie du quotidien de nombreuses joueuses.

Pourtant, par pudeur ou crainte du regard des autres, de nombreuses jeunes filles hésitent encore à en parler, que ce soit avec leurs coéquipières, ou avec les éducateurs.

Le rôle du club est donc essentiel : instaurer un climat de confiance dans lequel chaque joueuse peut se sentir **écoutée, comprise et respectée**, sans gêne ni tabou.

→ Comprendre les effets sur la pratique sportive

Pendant les règles, certaines joueuses peuvent ressentir :

- des crampes abdominales ou lombaires,
- une fatigue plus marquée, parfois accentuée par le stress ou la chaleur,
- des difficultés de concentration,
- une baisse temporaire de performance ou, pour certaines, des sensations inhabituelles dans l'effort.

Ces ressentis varient d'une joueuse à l'autre, ils peuvent également évoluer selon les périodes. Afin de préserver le bien-être des joueuses tout en maintenant un cadre sportif adapté, plusieurs ajustements peuvent être envisagés :

Quelques adaptations possibles :

- allégez la charge physique si la joueuse en ressent le besoin,
- privilégiez des exercices techniques ou à intensité modérée,
- évitez les exercices d'abdominaux ou les impacts importants en cas de douleurs,
- prévoyez des temps de récupération plus fréquents,
- autorisez une sortie temporaire d'un exercice sans sanction ni remarque,
- encouragez une communication simple et bienveillante entre joueuse et éducateur(trice).

Ces ajustements montrent que le club prend en compte les réalités du corps féminin, et veille à offrir un environnement sportif adapté, respectueux et inclusif.

04 Formation et recrutement des bénévoles

Ce chapitre vous accompagne dans la mobilisation des familles et la formation des bénévoles, deux leviers essentiels pour structurer durablement une section féminine et renforcer la qualité de son encadrement.

1. LES PARENTS : UN LEVIER DE DÉVELOPPEMENT DU FOOTBALL FÉMININ

Dans une section féminine, les parents sont une ressource précieuse, souvent sous-estimée.

Leur implication peut prendre de nombreuses formes : relais éducatifs, bénévoles engagés, accompagnateurs ou soutiens.

Pour favoriser leur engagement, il est essentiel de créer un cadre accueillant, de les valoriser dans l'organisation du club, et de leur montrer qu'ils ont un rôle réel à jouer.

→ Pourquoi impliquer les parents ?

Les parents : un levier de développement du football féminin

- renforce l'encadrement et la sécurité des jeunes joueuses ;
- crée un environnement chaleureux, cohérent et rassurant ;
- développe un réseau de bénévoles plus stable ;
- fidélise les pratiquantes ;
- permet à des femmes – parfois éloignées du football – de s'investir dans un rôle valorisant.

› Les parents ne sont pas uniquement des accompagnateurs : ils sont de véritables partenaires du projet club. **Leur engagement constitue un facteur clé du développement durable du football féminin.**



→ Encourager l'engagement des parents

Pour encourager les parents à s'investir, il suffit souvent de les rassurer, de les accompagner et de leur montrer que leur contribution est utile et nécessaire.

Quelques messages clés à transmettre

- « Vous avez des qualités et des compétences qui peuvent être utiles au club. »
- « Votre présence contribue à l'épanouissement des enfants. »
- « Vos compétences complètent celles des éducateurs et des bénévoles. »
- « Quel que soit votre parcours, chacun peut trouver une manière de s'impliquer. »

→ Comprendre les attentes des familles

Les parents recherchent avant tout :

- un environnement sain, sécurisé et bienveillant,
- du plaisir dans la pratique,
- une progression adaptée au rythme de leur enfant,
- un groupe accueillant,
- une organisation claire et rassurante.

Ils accordent aussi une importance particulière :

- à la qualité de l'encadrement,
- à la disponibilité et à la courtoisie des dirigeants,
- à la communication du club.



Des missions accessibles à toutes et à tous

Les parents peuvent s'impliquer dans de nombreux domaines de la vie du club, même sans connaissance préalable du football :

- soutien scolaire ou aide organisationnelle
- participation à la sécurité lors des déplacements
- accompagnateur(trice) d'équipe
- aide à la gestion des plateaux ou des matchs
- assistant(e)-éducateur(trice)
- participation au bureau (présidence, secrétariat ...)
- responsable communication
- dirigeant(e) référente d'une équipe

Cette diversité de missions permet à chacun de trouver une place qui lui correspond.

À retenir

Une section féminine forte est une section qui associe pleinement les familles à son projet.

En donnant une place réelle aux parents, le club :

- consolide son projet,
- sécurise ses catégories,
- renforce son réseau de bénévoles,
- crée un environnement où les jeunes joueuses s'épanouissent pleinement.

Les parents ne sont pas seulement des accompagnateurs : **ce sont des partenaires, des alliés et souvent les bénévoles de demain.**

2. PROPOSER DES FORMATIONS DÉDIÉES

Développer durablement une section féminine passe par une plus grande place accordée aux femmes dans la vie du club.

Beaucoup hésitent à franchir le pas, alors que les parcours de formation proposés par la FFF sont accessibles, progressifs et adaptés à tous les profils, y compris à celles qui n'ont jamais joué au football.

Les formations sont un levier essentiel pour :

- renforcer la qualité de l'encadrement,
- diversifier les profils au sein du club,
- sécuriser la pratique,
- fidéliser les bénévoles,
- structurer durablement la section féminine.

Conseils

- **Le club peut favoriser l'engagement en informant les bénévoles sur les formations, en partageant le calendrier des sessions et en les accompagnant dans leur inscription.**
- **Echanger avec les joueuses/dirigeantes du club pour celles qui souhaitent se former ou organiser une formation au sein du club.**
- **Proposer l'encadrement d'une équipe U6-U13 en binôme ou proposer aux débutantes une mission d'adjointe afin de les mettre en confiance.**
- **Accompagner les premières séances grâce au soutien du responsable technique ou à un système de mentorat.**

Devenir éducatrice : encadrer la pratique en toute sécurité

Les formations de base sont accessibles à toute personne qui souhaite encadrer une équipe, même sans expérience.

Elles permettent d'acquérir les bases nécessaires, pour animer et développer une pédagogie adaptée aux différents publics (savoir-être et savoir faire).

Parcours de formation recommandé :

> **1.** Attestation fédérale de la pratique féminine (8 h)
> **2.** Certificat Fédéral Initiateur (C.F.I) de la catégorie encadrée et/ou des pratiques spécifiques (ex. : FitFoot)

Pour aller plus loin :

> **3.** Diplôme Fédéral (D.F.)

Pour devenir entraîneure professionnelle :

> **4.** S'orienter vers la filière de formation professionnelle.

NXT GEN : créer des vocations chez les jeunes joueuses

Un programme spécifique est proposé aux jeunes joueuses de 14 à 18 ans pour leur permettre de se former gratuitement et découvrir le rôle d'éducatrice.

Pour connaître les dispositifs disponibles et les éventuels programmes complémentaires, rapprochez-vous de votre Ligue.

Plus d'informations

Devenir dirigeante : gérer et développer un club

Les formations « Tout Terrain » sont accessibles à toute personne souhaitant s'impliquer dans la vie du club, même sans expérience préalable.

Elles permettent notamment de mieux comprendre le fonctionnement associatif, de développer des compétences organisationnelles et de contribuer activement au développement du club.

Certaines formations peuvent être suivies à distance en quelques heures et plusieurs d'entre elles sont gratuites. L'offre est variée et permet de trouver un rôle adapté à chacun au sein du club.

Devenir arbitre : une autre manière de s'engager

L'arbitrage représente également une voie d'engagement accessible et enrichissante : la Formation Initiale d'Arbitre (FIA) est accessible dès 13 ans pour toute personne souhaitant découvrir et pratiquer l'arbitrage.

Découvrez notre catalogue complet de formation



3. ÉDUQUER AUX COMPORTEMENTS ET AUX RÔLES

Dans votre club, la formation des joueuses ne se limite pas à l'apprentissage technique, tactique ou physique.
Le football est aussi un véritable levier éducatif capable de transmettre des valeurs, développer le sens des responsabilités et favorise la vie collective.

1. Eduquer aux rôles :

Sensibiliser, accompagner les joueuses à découvrir différents rôles, et notamment ceux de bénévoles, arbitres, éducateurs(trices), suscite des vocations, contribue à la dynamique du club.

2. Eduquer aux comportements :

À travers le Programme Éducatif Fédéral (PEF), la Fédération accompagne les clubs dans cette démarche, afin de soutenir à la fois la progression sportive et le développement personnel des pratiquantes, sur et en dehors du terrain.

→ L'objectif est simple :

Faire du terrain un espace où les pratiquantes apprennent à respecter les autres, à coopérer et à s'engager dans la vie collective.

Concrètement, votre club peut encourager les joueuses à :

- jouer avec liberté et prendre des initiatives,
- respecter partenaires, adversaires, arbitres et encadrants,
- accepter les règles du jeu et les décisions,
- développer l'esprit d'équipe et la solidarité,
- adopter une attitude positive, dans la victoire comme dans la défaite.

Focus

Prévenir les violences sexistes et sexuelles

Un enjeu majeur pour tous les clubs

Accueillir des pratiquantes, c'est leur garantir un environnement sûr, respectueux et bienveillant.

Les violences sexistes et sexuelles peuvent prendre différentes formes : remarques déplacées, blagues humiliantes, attitudes intrusives ou gestes inappropriés.

Ces comportements ont des conséquences importantes – qu'elles soient psychologiques, sociales ou sportives – et n'ont aucune place dans un club de football. Chaque acteur du club, dirigeant, éducateur ou bénévole, joue un rôle essentiel dans la **prévention,** la **détection,** et la **réaction** face à ces situations.

Les signes à surveiller

Certaines attitudes peuvent constituer des signaux qu'il est important de repérer :

- baisse de confiance, isolement, repli sur soi,
- changements d'attitude soudains : anxiété, agressivité, fatigue inhabituelle,
- absences répétées ou perte d'intérêt pour les entraînements,
- difficultés scolaires ou baisse de motivation,
- confidences indirectes suggérant un malaise ou une injustice.

Une situation préoccupante s'exprime souvent à travers des signaux discrets, mais réels.



En cas de situation préoccupante : réagir immédiatement

Si un comportement inapproprié est constaté ou signalé :

Écouter

1 **la personne concernée, sans jugement ni interrogation intrusive.**

Assurer

2 **la prise en compte de sa parole et sa protection.**

Informer un dirigeant du club

3 **par écrit, en relatant les faits de manière objective.**

Protéger la confidentialité

4 **en limitant strictement la diffusion des informations.**

En cas de faits graves

5 **Alerter le District, la Ligue, ou le Procureur de la République** selon la gravité des faits.

Plateforme J'alerte

https://www.fff.fr/760-j-alerte.html

Agir rapidement limite les risques et protège efficacement les personnes vulnérables.



05

Promotion d'une section féminine

Ce chapitre vous permet d'identifier les leviers pour attirer et fidéliser les joueuses, en développant la visibilité du club, les passerelles vers la pratique et la qualité d'accueil.

1. COMMUNIQUER EFFICACEMENT

Pour développer votre section féminine, il est essentiel de faire connaître votre offre et de donner envie aux jeunes filles de rejoindre le club.

Une communication efficace repose sur quelques principes simples :

→ Être visible localement

Le club peut aller à la rencontre des familles et des jeunes filles à travers différents lieux et évènements :

- > écoles et collèges
- > centres de loisirs
- > forum des associations
- > événements municipaux

→ Utiliser plusieurs supports

Afin de toucher différents publics, il est important de multiplier les :

- > réseaux sociaux du club
- > affiches et flyers
- > presse locale
- > site internet et communication interne du club

→ Valoriser les bons messages

La communication doit mettre en avant ce qui fait la richesse de la pratique :

- > plaisir de jouer et convivialité
- > qualité de l'encadrement
- > valeurs éducatives du club
- > accessibilité de la pratique

À retenir

Une communication régulière permet d'installer votre club comme un acteur local du football féminin.

2. PROMOUVOIR LA PRATIQUE

Plusieurs dispositifs et actions permettent de faire découvrir le football féminin et dans de bonnes conditions et d'accueillir de nouvelles joueuses.

→ Les animations au stade et événements du club

Tournois découverte, séances d'essai ou actions fédérales sont autant d'occasions de faire connaître la pratique.

Ces initiatives facilitent souvent un premier contact décisif entre les jeunes filles, leurs familles, et le club.

→ Toutes Foot

Un dispositif fédéral qui accompagne les clubs dans le développement de la pratique féminine et l'engagement des femmes dans la vie du club.

→ Le Pass'Foot

Un outil permettant aux jeunes filles de participer à plusieurs séances gratuites afin de découvrir la pratique avant de s'inscrire.

→ Le Foot à l'École

Ce dispositif permet de créer un partenariat entre le club et les établissements scolaires afin de faire découvrir la pratique à un large public jeunes filles. En favorisant les échanges entre l'école et le club, cette action constitue une véritable passerelle vers une future pratique.

→ L'Arène 3x3

Un tournoi découverte du football féminin qui a pour objectif d'encourager les petites filles à tester le foot dans un environnement qui n'est ni l'école ni les terrains classiques. Un esprit festif, le plaisir du jeu, la pratique accessible.

3. FIDÉLISER LES JOUEUSES

Attirer de nouvelles joueuses est une première étape importante. Les fidéliser dans la durée est tout aussi essentiel pour construire une section féminine dynamique.

La fidélisation repose sur plusieurs éléments clés :

→ Un accueil de qualité

Les premières semaines au club sont souvent déterminantes. Il est donc important de proposer :

> un accompagnement des nouvelles joueuses
> des échanges réguliers avec les familles
> un environnement rassurant et bienveillant

→ Un projet sportif adapté

Les joueuses restent plus facilement engagées lorsqu'elles évoluent dans un cadre qui correspond à leurs besoins et à leur niveau :

> séances variées et progressives
> temps de jeu pour toutes
> formats de pratique adaptés (foot à 5, foot à 8, futsal...)

→ Une vie de club dynamique

Le sentiment d'appartenance se construit aussi en dehors du terrain grâce à :

> des événements conviviaux
> une valorisation des équipes féminines
> l'implication des joueuses dans la vie du club

Lorsque les joueuses se sentent accueillies, valorisées et intégrées, elles s'investissent davantage dans le projet du club et deviennent souvent les meilleures ambassadrices.





06

Le parcours de la joueuse

Chaque joueuse peut construire son parcours dans le football selon ses envies, son niveau et son degré d'engagement.
Du club amateur aux structures de perfectionnement, différentes étapes permettent de progresser, d'être accompagnée et, pour certaines, d'accéder au haut niveau.
Comprendre ce parcours aide les clubs à mieux orienter les joueuses et à les accompagner dans leur progression.

1. LES PRINCIPES DU PARCOURS DE FORMATION



Le parcours de formation d'une joueuse repose sur plusieurs principes fondamentaux.

Tout d'abord, la progression doit être adaptée à l'âge au niveau et au rythme de la joueuse. Chaque étape doit permettre de consolider les apprentissages et de développer progressivement les compétences techniques, tactiques, physiques et mentales.

Ensuite, la pratique doit rester régulière et encadrée. La qualité de l'accompagnement et des séances d'entraînement est essentielle pour permettre aux joueuses de progresser dans un cadre éducatif et sécurisant.

Enfin, le parcours doit toujours conserver un élément central : **le plaisir de jouer.** C'est lui qui favorise l'engagement, la confiance et la progression sur le long terme.



2. LES STRUCTURES DE PERFECTIONNEMENT

→ Les sections sportives scolaires et les sport-études

Au cours de leurs parcours, certaines joueuses peuvent intégrer des dispositifs permettant de concilier scolarité et pratique sportive dans un cadre structuré, avec des temps d'entrainement aménagés et un accompagnement adapté aux différents niveaux scolaires.

→ Les centres de perfectionnement (U12 à U14)

Mis en place par les Districts ou les Ligues, ces centres permettent de regrouper régulièrement les meilleures joueuses d'un territoire afin de favoriser leur progression technique et leur suivi.

→ Les pôles espoirs (U14 – U15)

Les pôles espoirs fédéraux rassemblent les profils les plus prometteurs d'une région. Ils proposent un encadrement renforcé afin de préparer les joueuses à la pratique de haut niveau et aux sélections nationales jeunes.



→ Les centres de formation des clubs professionnels (U16 à U20)

Ces centres proposent une formation sportive exigeante associée à un projet scolaire et éducatif, permettant aux joueuses de se préparer à une carrière au plus haut niveau et pour certaines à une future carrière professionnelle.

Ces différentes structures constituent les étapes du parcours de performance, tout en veillant à préserver l'équilibre scolaire, sportif et personnel des joueuses.

3. LA DÉTECTION ET L'ACCOMPAGNEMENT DES JOUEUSES

Les Districts et les Ligues organisent régulièrement des journées de détection afin d'identifier les joueuses présentant un potentiel particulier.

Ces actions permettent :

> d'observer et d'évaluer les joueuses dans différentes situations de jeu,
> d'identifier les profils pouvant intégrer des structures de perfectionnement,
> de conseiller et d'orienter les joueuses dans leur parcours.

Les Conseillers Techniques du territoire jouent un rôle central dans ce processus. Ils accompagnent les clubs et les joueuses afin de proposer des parcours adaptés à chaque profil.

4. UN PARCOURS OUVERT À TOUTES LES JOUEUSES

Le parcours de formation du football féminin n'est pas unique. Il doit permettre à chaque joueuse de pratiquer selon ses envies, son niveau et ses objectifs.

Certaines évolueront dans une pratique loisir ou compétitive au sein de leur club, tandis que d'autres pourront intégrer progressivement des dispositifs de perfectionnement ou de formation.

Dans tous les cas, le club reste le point de départ et le repère central du parcours de la joueuse. C'est au sein du club que se construisent les premières expériences, les apprentissages techniques et l'attachement à la pratique.

Accompagner ce parcours, c'est permettre à chaque joueuse de progresser, de s'épanouir et de continuer à vivre sa passion du football.

Associations ressources

Dans le cadre de son Plan d'Engagement, la FFF s'appuie sur l'expertise d'associations partenaires reconnues afin d'accompagner le déploiement de ses actions en faveur de l'égalité, de la mixité et de l'inclusion. Cette collaboration contribue à enrichir les dispositifs fédéraux et les ressources mises à disposition des territoires. Pour toute information ou accompagnement sur ces thématiques, les clubs sont invités à se rapprocher du référent engagement de leur Ligue.



EGAL SPORT

Créée en 2022, l'association promeut et soutient la place des femmes et des mixités dans le sport et lutte contre les discriminations. Elle anime un réseau d'expert(e)s, conseille, accompagne et participe aux événements majeurs.

LITTLE MISS SOCCER

Little Miss Soccer est une association sportive, sociale et culturelle engagée pour la visibilité et l'émancipation des femmes par le football. À travers son documentaire Le Tour du monde des femmes qui font le football et ses actions de sensibilisation, elle œuvre en faveur de la mixité et du vivre-ensemble.

GRAINES DE FOOTBALLEUSES

Fondée en 2020, l'association lutte contre les stéréotypes de genre et favorise l'émancipation, l'inclusion, l'éducation et l'insertion des jeunes filles et des femmes par la pratique du football et des activités ludiques, afin de montrer qu'elles ont toute leur place sur les terrains.

LIBERTÉ AUX JOUEUSES

Fondée en 1997 par Nicole Abar, ancienne joueuse internationale de l'Equipe de France, l'association Liberté aux joueuses s'engage en faveur des femmes et des personnes discriminées, et de l'émancipation des femmes grâce au football.

RÈGLES ELEMENTAIRES

Depuis 2015, l'association œuvre pour que les femmes et toutes les personnes qui ont, avaient et auront leurs règles puissent les vivre dignement, sans tabou et en sécurité. Pour ce faire, elle forme et informe sur les règles, promeut la santé menstruelle et lutte contre la précarité menstruelle en favorisant l'accès aux produits périodiques.


FFF