



# FOOT FEMININ



Commission  
Féminines



# MANUEL EDUCATEUR

U6 À U13 FEMININES

## RÉFORME FOOT ANIMATION 2026 / 2027

U6 / U7

## 1/ Temps de pratique augmenté :

- 5 matchs de 10'

## 2/ Jeu de tête interdit :

- Reprise du jeu par une touche pour l'adversaire

## 3/ Festi-Animations (J2, J4, J5 et J6) :

- 3 dates proposées dans l'année en lien avec une thématique (Halloween, Noël, Carnaval ou Pâques)

## 4/ Dernier plateau de la saison (J8) :

- Format Montée-Descente
- 8 matchs de 5 minutes

## 5 / Engagement via le FAL

U10 / U11

## 1/ Temps de pratique augmenté :

- 3 matchs de 20' (plateau à 4) ou 2 matchs de 30' (plateau à 3)

## 2/ Mise en place du Hors-jeu au milieu de terrain

## 3/ Possibilité d'aligner 11 joueurs

## 4/ Challenge Tirs aux But :

- Dernière journée de chaque phase (J4 Ph. 1, J5 Ph. 2 et J7 Ph.3)
- Plateau à 3 : séance de tirs au but à l'issue de chaque match
- Plateau à 4 : Tirage au sort de 1/2 Finale + Finale avec séance de tirs au but (peu importe le résultat)
- 5 tireurs par séance

## 5/ Futsal de Noël (19 décembre) :

- Pratique Futsal extérieur en 5v5 (règles Futsal)

## 6/ Jonglerie sur la pratique U11 inter-groupement :

- 30 jongles Pied Fort / 30 jongles Pied Faible

U8 / U9

## 1/ Temps de pratique augmenté :

- 5 matchs de 12'

## 2/ Jeu de tête interdit :

- Reprise du jeu par une touche pour l'adversaire

## 3/ 2 dates Journées Défi (J4 et J7) :

- 1ère date : Défi 2v1 avec but dans la cage (en amont du 1er match)
- 2ème date : Défi 2v2 avec but en stop ball sur les côtés de la cage (en amont du 1er match)

## 4/ Dernier plateau de la saison (J10) :

- Format Montée-Descente
- 8 matchs de 6 minutes

## 5 / Engagement via le FAL

U12 / U13

## 1/ Temps de pratique augmenté :

- Match de 2 fois 35 min

## 2/ Evolution de la Jonglerie en poule Elite-Excellence :

- 50 jongles Pied Fort / 50 jongles Pied Faible

## 3/ Règlement Festival et Coupe de Groupement :

- 50 jongles Pied Fort / 50 jongles Pied Faible
- Temps de jeu 2 fois 30 min ou 3 fois 20 min
- Mise en place de séance de tirs au but en cas d'égalité sur un match
- 5 tireurs par séance
- Victoire : 4 points
- Nul avec victoire aux TAB : 2 points
- Nul avec défaite aux TAB : 1 points
- Défaite : 0 point



Pour toute question contactez

**PATRICE MONTAGNON - CORRESPONDANT****06 68 86 96 72****feminine@lyon-rhone.fff.fr**

Pour toute question technique contactez

**ALEXANDRE BERNHARD****06 59 62 55 38****abernhard@lyon-rhone.fff.fr**

# LE MATCH DU SAMEDI

## U7-U9 FEMININES

→ Horaires

Samedi 11h (horaires autorisées : 9h30 – 10h)

→ Temps du plateau

50 minutes au total en U7 / 60 minutes au total en U9  
à 4 équipes : 12 minutes contre chaque adversaire.  
5 minutes obligatoires de repos entre chaque rencontre

→ Effectif

4+4 dont les gardiennes en U7F + 2 remplaçantes max.  
5+5 dont les gardiennes en U9F + 2 remplaçantes max.

→ Taille du ballon

Taille 3

→ Arbitrage

Par les éducateurs des 2 équipes à l'extérieur du terrain

→ Temps de jeu

Entre 75% et 100% du temps total du plateau pour chaque joueuse

→ Règlement

Joueuses : U9F U8F ; U7F U6F  
Possibilité de 3 sur-classement U7F en U9F

- **Coup franc : Direct**
- **Jeu de tête interdit**
- **Rentrée de touche et de corner :** peut s'effectuer soit par une passe soit directement sur une conduite de balle pour la joueuse qui effectue la touche (ballon arrêté sur la ligne et adversaires à 4m). Les joueuses ont la possibilité d'aller marquer directement suite à la conduite de balle.

- **Dégagement de la gardienne :** La gardienne ne peut pas relancer le ballon directement par une volée ou une ½ volée. Elle peut soit relancer à la main, soit relancer au pied en ayant préalablement posé le ballon au sol.

- **Zone de relance protégée :** L'ensemble de l'équipe adverse doit se trouver en dehors de la zone des 8m. Il ne doit pas y avoir plus de 2 partenaires dans la zone des 8m.

Elle fait la passe à une de ses partenaires dans la zone des 8m, les adversaires ne peuvent y entrer que lorsqu'elle a touché le ballon

- **Tacle interdit :** sanctionné d'un coup franc direct à l'endroit du tacle (ou penalty à 6m si dans la surface)

- **Les fautes :** Toutes les fautes seront sanctionnées par un COUP FRANC DIRECT tiré à l'endroit où la faute s'est produite. Toutefois, si la faute considérée comme grave, un penalty pourra être accordé. Le penalty sera tiré à 6 mètres. Aucune joueuse n'aura le droit d'être dans la surface de réparation.

- **Distance à respecter :** Lors de l'exécution d'un coup d'envoi, des coups francs et des corners, les adversaires doivent se trouver à une distance minimale de 6m.



# LE MATCH DU SAMEDI

## U11 FEMININES

|                    |                                                                                                                                                                                      |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| → Horaires         | Samedi 11h (horaires autorisées 9h30 - 10h - 13h30)<br>Possibilité de démarrer à 10h et 14h sur demande par mail à la commission Féminines                                           |
| → Temps du plateau | 60 minutes au total / à 4 équipes : 20 minutes contre chaque adversaire / à 3 équipes : 30 minutes contre chaque adversaire + 5 minutes obligatoires de repos entre chaque rencontre |
| → Effectif         | Foot à 8 : 8+8 dont les gardiennes + 3 remplaçantes max.<br>Foot à 5 : 5+5 dont les gardiennes + 3 remplaçantes max.                                                                 |
| → Taille du ballon | Taille 4                                                                                                                                                                             |
| → Arbitrage        | Auto Arbitrage interdit<br>C'est à l'équipe recevable (joueur U15 ou U17, dirigeant licencié) d'arbitrer                                                                             |
| → Temps de jeu     | Entre 50% et 75% du temps total du plateau pour chaque joueuse                                                                                                                       |
| → Règlement        | Joueuses : U11F U10F<br>Possibilité de 3 sur-classement U9F<br>Mutation : 4 dont 1 hors période                                                                                      |

- **Coup franc** : Direct et indirect
- **Rentrée de touche** : A la main.  
A refaire en cas de mauvais geste
- **Hors-jeu** : A partir de la ligne médiane
- **Dégagement de la gardienne** : La gardienne ne peut pas relancer le ballon directement par une volée ou une ½ volée. Elle peut soit relancer à la main, soit relancer au pied en ayant préalablement posé le ballon au sol. *Si elle fait, elle sera sanctionnée par un coup franc indirect sur la ligne des 13 m, perpendiculairement à l'endroit de la faute, avec un mur situé à 6m du ballon.*

- **Passe en retrait à la gardienne** : La gardienne ne peut pas saisir le ballon des mains sur une passe bottée (donc du pied) délibérément par une partenaire. *Si elle le fait, elle sera sanctionnée par un coup franc indirect sur la ligne des 13m, perpendiculairement à l'endroit de la faute, avec un mur situé à 6m du ballon.*
- **Note explicative sur les pratiques féminines Pratique U11F :**
  - >> Pratique **Foot à 8 100% Féminine** avec 3 phases dans la saison avec 1 poule unique départementale (Si engagement dans cette pratique, prendre en compte la possibilité de faire davantage de kms)
  - >> Pratique **Foot à 5 100% Féminine** sous format de Footmix sur des dates précises sur le long de la saison.



# LE MATCH DU SAMEDI

## U13 FEMININES

|                        |                                                                                                                                                                                  |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| → Horaires             | Samedi 13h30 (horaires autorisées 10h - 11h - 12h15 - 15h30)<br>Possibilité de démarrer à 10h-11h ou 15h30 sur demande par mail à la commission Féminines                        |
| → Durée du match       | 2 x 30 minutes sans temps additionnel / Coupe Festival : 4 équipes: 3 x matchs de 20 minutes - 3 équipes : 2 matchs de 30 minutes + temps de pause à l'appréciation de l'arbitre |
| → Effectif             | 8+8 dont les gardiennes + 3 remplaçantes max.<br>Moins de 6 joueuses l'équipe est forfait                                                                                        |
| → Taille du ballon     | Taille 4                                                                                                                                                                         |
| → Arbitrage            | Arbitre capacitaine de l'équipe recevante ou (joueur U15 ou U17, dirigeant licencié) d'arbitrer Pour les assistants: 1 joueuse remplaçante de chaque équipe par ex.              |
| → Temps de jeu         | 50 % minimum du temps total du match.<br>Tous les joueuses doivent sortir au moins une fois (sauf GB).                                                                           |
| → Désignation du match | Sur le site internet du District .<br>Sur le PV et par email pour la Coupe Festival.                                                                                             |
| → Règlement            | Joueuses U12F & U13F - Possibilité de 3 surclassements U11F / Mutation : 4 dont 1 hors période                                                                                   |

**Coup franc : Direct et indirect**

**Rentrée de touche : A la main.**

*A refaire en cas de mauvais geste*

**Hors-jeu : A partir de la ligne médiane**

**Dégagement de la gardienne : La gardienne ne peut pas relancer le ballon directement par une volée ou une ½ volée. Elle peut soit relancer à la main, soit relancer au pied en ayant préalablement posé le ballon au sol.**

*Si elle fait, elle sera sanctionnée par un coup franc indirect sur la ligne des 13 m, perpendiculairement à l'endroit de la faute, avec un mur situé à 6m du ballon.*

**Coup de pied de but: comme foot à 11**

**Passe en retrait à la gardienne : La gardienne ne peut pas saisir le ballon des mains sur une passe bottée (donc du pied) délibérément par un partenaire.**

*Si elle le fait, elle sera sanctionnée par un coup franc indirect sur la ligne des 13m, perpendiculairement à l'endroit de la faute, avec un mur situé à 6m du ballon.*

**Temps de rotations: à la moitié de chaque mi-temps, un temps de rotation est mise en place afin d'organiser les changements de joueuses. Les remplacements ne pourront s'effectuer qu'à ce moment-là sauf en cas de blessure.**

**Temps de cette pause rotation: 30 secondes.**



[illegible]

# ADMINISTRATIF

L'extraction sur **PAPIER** des licences (avec nom, prénom, date de naissance, numéro de licence et photo) est **OBLIGATOIRE** et à jour sur le match !

Tous les documents papiers, ainsi que les informations sur l'utilisation de la FMI sont disponibles sur le site du District.

L'application **FOOT COMPAGNON** est aussi un plus ! (licences, matchs, classements)

## U7-U9 FEMININES

### Obligations du club recevant:

il remplit la description du plateau (date, site, n° de plateau, poule, équipes participantes) et envoie sous 48h à la Commission Féminines par mail

### Obligations des clubs participants :

ils remplissent les informations demandées par joueuse (nom et prénom de tous les acteurs de la rencontre) et la donne au club recevant

### Où trouver les plateaux U7-U9F ?

Sur le PV, par email et sur le groupe Whatsapp



Formation

**CFI U6-U9** préconisé pour les éducateurs de cette catégorie  
**Attestation Fédérale Pratique Féminine** à minima

## U11 FEMININES

### Obligations du club recevant:

il remplit la description du plateau (date, site, n° de plateau, poule, équipes participantes, numéro de licence, nom et prénom de tous les acteurs de la rencontre) et envoie sous 48h à la Commission Féminines par mail

### Où trouver les matchs U11F ?

Sur le PV, par email et sur le groupe Whatsapp



Formation

**CFI U10-U13** préconisé pour les éducateurs de cette catégorie  
**Attestation Fédérale Pratique Féminine** à minima

## U13 FEMININES

### Obligations du club recevant:

il fournit la tablette et remplit correctement les informations demandées (numéro de licence, nom et prénom de tous les acteurs de la rencontre).

Les deux éducateurs signent la tablette à la fin du match. En cas de défaillance de la tablette, remplir obligatoirement une FDM papier avant le début match (téléchargeable sur le site du DLR) et à envoyer sous 48h à la commission Féminines par mail

### Où trouver les matchs U13F ?

Sur le site web du district <https://lyon-rhone.fff.fr/>



Formation

**CFI U10-U13** préconisé pour les éducateurs de cette catégorie  
**Attestation Fédérale Pratique Féminine** à minima

