



PROGRAMME
ÉDUCATIF
FÉDÉRAL

PEF

Revue du PEF



Numéro 29

Sommaire



Garder la Ligne d'eau



Lacets c'est gagné



S'hydrater pour jouer



Webinaire



Quiz Culture Foot



Biathlon des Lois du Jeu

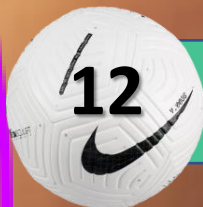




Biathlon Arbitrage



Biathlon et règles du Jeu



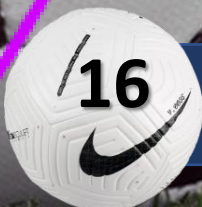
Interview PEF



Faire son sac d'arbitre



Biathlon Arbitrage



Interview PEF



Best Of PEF





Pendant la journée du 20 mars 2021 avec 26 de ses licenciés (U8/U9), le club de l'Etoile du Cens a organisé une action PEF sur la thématique de l'environnement et plus précisément sur l'hydratation.



Il était important pour le club lors de cette action d'en apprendre d'avantage à leurs joueurs, savoir comment un sportif doit s'hydrater pour jouer dans les meilleures conditions. Mais surtout il fallait les sensibiliser sur le fait que l'hydratation est l'un des meilleurs moyens pour un joueur de se protéger et d'éviter une blessure musculaire.

« Les Educateurs ont ressenti que les enfants ont pris du plaisir. »

Afin d'atteindre au mieux cet objectif le club a mis en place un atelier technique: 3 zones étaient présentes sur le terrain. Il y avait une zone questions, une zone « vrai » et une zone « faux ». En conduite de balle les joueurs sont d'abord dans la zone questions. Puis l'animateur leur pose une question sur l'hydratation et en fonction de leur réponse, ils doivent se diriger dans la zone « vrai » ou « faux »



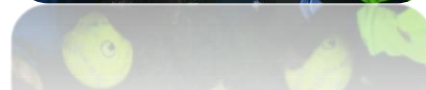


Santé



C'est lors d'un entrainement le 20 Mars 2021 que le Club de l'Etoile du Cens avec 14 de ses U7 a décidé de faire une action PEF sur la thématique de la santé.

Cette séance avait comme objectif précis d'apprendre aux jeunes licenciés une méthode facile et efficace pour bien faire leurs lacets. Faire ses lacets est une étape fondamentale dans la construction psychologique des enfants. Il était donc important pour le club de les aider à franchir cette étape afin de participer à l'éducation de leurs joueurs.



Pour apprendre à faire ses lacets tout en apportant un côté ludique le club a mis en place un atelier technique. Tout d'abord l'éducateur montrait la méthode aux joueurs pour faire leurs lacets. Ensuite un relais avait lieu, les joueurs devaient faire leurs lacets et enchaîner par un atelier technique. La 1^{ère} équipe à terminer l'atelier remportait le relais.





Le 31 Mars 2021 le Club de l'ES Blain a décidé d'organiser sur son terrain, avec les catégories de U10 à U13, une action PEF sur la thématique de la santé et plus particulièrement sur l'hydratation.

L'objectif de cette action était de sensibiliser les jeunes joueurs à boire de l'eau avant d'exercer une activité physique quelconque. L'hydratation permet d'éviter facilement la moindre blessure musculaire et d'ainsi pratiquer du sport dans des conditions optimales.



Pendant cette séance les joueurs ont bénéficié d'une intervention avec des conseils pour mieux s'hydrater.

- Il faut boire de l'eau avant de commencer le sport cela permet d'hydrater les muscles.
- Pendant une séance il faut boire de l'eau en petite quantité.
- En fin de séance il faut aussi boire de l'eau afin de mieux récupérer et d'éviter une blessure.



Le Jeudi 15 Avril se déroulait une Réunion sur le Webinaire et le Programme Éducatif Fédéral dans les Clubs. Il est donc important de faire un point sur les idées majeures qui en sont ressorties.

Quelques Chiffres sur le PEF

- Plus de 5 000 clubs impliqués dans toute la France
- Un programme qui est lancé depuis maintenant 7 ans
- Plus de 800 000 licenciés des U6 aux U19 qui sont touchés par ce Programme

Le PEF c'est aussi...

- Une opportunité majeure de pouvoir créer du lien entre les licenciés et l'ensemble des acteurs du club.
- Mais surtout c'est une philosophie permettant d'utiliser le Football afin de faire grandir les jeunes licenciés en les éduquant sur des enjeux majeurs de la vie actuelle.

Rappel sur le rôle du Référent

- Proposer et participer à la réalisation des activités
- Promouvoir le PEF au sein du club
- Assurer un suivi des actions et de leur bonne diffusion notamment auprès du District
- Sensibiliser les parents au PEF

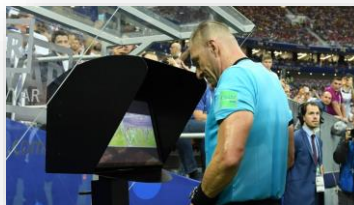
Quelques conseils

- Faire des actions PEF sur des moments ponctuels (Stages, Vacances, à domicile)
- Mais aussi dans tous les moments de pratiques



L'éducation est alors associée à une logique de toujours, un peu, souvent, jamais ...

Que signifie l'acronyme VAR?



- | | |
|-----------------------------|----------------------------|
| A) Virtual Aiding Reference | B) Video Arbitrage Replay |
| C) Video Assistance Replay | D) Video Assistant Referee |

Réponse D

Combien il y a-t-il de joueurs dans une équipe de futsal?



- | | |
|------|------|
| A) 6 | B) 5 |
| C) 4 | D) 7 |

Réponse B

Comment appelle-t-on le foot pratiqué par les malvoyants?



- | | |
|--------------|--------------|
| A) Cécifoot | B) HandiFoot |
| C) Blindfoot | D) Futnet |

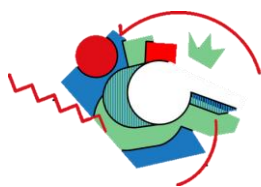
Réponse A

En quelle année la 1^{ère} coupe du monde a-t-elle eu lieu?



- | | |
|---------|---------|
| A) 1930 | B) 1938 |
| C) 1950 | D) 1942 |

Réponse A



Arbitrage



Le Club du FC Gétigné Boussay a décidé d'organiser avec les catégories (U10/U11) une action PEF sur son terrain et sur la thématique Loi du Jeu et Arbitrage à travers un Biathlon.

L'action que le club a menée, avait comme objectif principal de sensibiliser les jeunes au rôle de l'arbitrage. Tout en observant leurs connaissances déjà acquises dans ce domaine, afin de pouvoir les instruire au mieux par des activités ludiques et éducatives aux Lois du Jeu.



« Bilan positif, les jeunes ont appris ou révisé les lois de jeu ».



Pour réaliser cet objectif le club a mis en place un atelier. Dans un premier temps le licencié réalisait un atelier technique. Puis il se dirigeait ensuite vers un éducateur qui lui posait une question sur les Lois du Jeu et sur l'Arbitrage. Si l'enfant répondait juste, il pouvait passer à l'atelier suivant.



Arbitrage



Durant la journée du 14 Avril 2021 le club du FC Grand lieu a organisé sur son terrain avec les catégories (U10,U11) et (U12,U13) une action PEF sur la thématique de l'arbitrage.

Le FC Grand lieu voulait, en créant cette action, sensibiliser leurs licenciés aux lois du jeu et de l'arbitrage. Tout en créant un exercice ludique et agréable à réaliser afin que les joueurs retiennent plus facilement les notions apprises, telles que le respect de l'arbitre, son rôle dans une partie, etc.

Pour réaliser cet objectif, les joueurs étaient répartis en équipes sur 10 exercices et à chaque fois que tous les joueurs d'un groupe réussissaient un exercice, ils devaient aller au milieu de terrain répondre à une question sur l'arbitrage. Si ils répondaient juste, ils passaient à l'exercice suivant.





Sur son complexe, pendant la journée du 20 Avril 2021, le Club de l'AOS Pont-Château a organisé une action PEF en rapport avec la thématique de l'arbitrage avec les catégories allant des U9 aux U15 .

Cette action était l'occasion pour les Olympiens de Pont-Château de combiner leur agilité technique et leur dextérité dans la pratique du Football. C'était aussi l'occasion pour les joueurs d'en apprendre plus sur les règles du jeu de leur sport mais aussi d'avoir un meilleur aperçu de ce que représente l'arbitrage dans le monde du Football.



Pour cela les éducateurs ont composé des équipes de 5 joueurs et différents ateliers techniques ont été proposés (jonglage, tirs au but, etc.) Chaque équipe devait, ensuite, répondre à une question de l'éducateur sur les lois du jeu, pour passer à l'atelier suivant.



Un Club « PEF investi »

Groupement Jeune de la Pierre Bleue



« Ensemble unis sous un même Maillot »

*Entretien avec le Président **Silver Delmas** et
l'éducateur Référent PEF **Antsa Rakotoson**.*

Le Club? : Le Groupement de la Pierre Bleue a été créé en 2012. Il est composé de 2 Groupements, le Groupement jeunes et le Groupement Féminin qui sont composés des clubs (Abbaretz, Vay, La Grigonnais et Saffré). Le Groupement Jeunes commence à partir des U12 et le Groupement Féminin à partir des U11 jusqu'aux U18. Le Groupement organise aussi des événements tels que le tournoi des seniors ou bien le tournoi des Féminines en salle regroupant les U13 et les U15.

Depuis combien de temps avez-vous intégré le PEF?: Officiellement 2 ans, depuis que le Groupement a décidé de vouloir se faire labéliser, mais aussi par le fait de vouloir progresser dans le rôle éducatif, car l'éducation est une priorité dans le Groupement et le PEF est un excellent moyen de se montrer plus présent dans ce domaine.

Qu'est ce que le PEF apporte au groupement?: Le PEF apporte une bonne image, l'objectif c'est que le Groupement apporte une image exemplaire aux collectivités et même aux autres clubs adverses. Quand on se déplace et que l'on rencontre des équipes il faut donner la meilleure image possible. Le PEF permet avant tout de montrer à quel point les éducateurs du Groupement sont investis. Et ce qui nous intéresse en tant que bénévoles c'est les joueurs et le message éducatif, ça n'a pas de sens si ce n'est que du sportif.



Comment s'effectue la communication des actions (Interne et externe)?: On fait remonter nos actions auprès du District et on commence petit à petit à se développer avec les réseaux sociaux. Mais on publie aussi nos actions sur notre site internet. En ce moment on commence à voir pour la saison prochaine, l'objectif c'est de continuer à mettre ça en place avec une saison régulière.

Comment s'organise le PEF au sein du Groupement?: Il y a eu une planification que j'ai plus ou moins respectée mais je fais vraiment par rapport à la saison et par rapport aux joueurs. Donc en début de saison avec les U10/U11 cela tournait plus autour de l'hydratation et aussi beaucoup sur les Lois du Jeu et l'Arbitrage, je trouve que c'est la thématique la plus importante. Et puis au fur et à mesure que la saison avance j'adapte les thèmes, par exemple en Janvier j'ai beaucoup insisté sur le thème de la santé (récupération, sommeil, etc.).



Comment avez-vous gardé le lien avec vos licenciés pendant le confinement?: On a beaucoup suivi la démarche du PEFADOM, je transférais les actions aux joueurs que je réarrangeais par rapport à leurs niveaux. Les joueurs jouaient plutôt bien le jeu et on a reçu pas mal de retour en photos, les parents ont aussi joué le jeu.

L'idée des Olympiades : J'ai profité de la reprise des entraînements et des consignes sanitaires pour mélanger le PEF et les entraînements et aussi mettre en place des nouvelles pratiques de Foot. J'ai mis en place le Tennis ballon, le Golf Foot, Le Foot Pétanque, je leur ai aussi fait découvrir le Sepak takraw (adaptation des règles du Volley au Football, c'est un sport Thaïlandais). Les enfants ont adoré ces olympiades mais avec modération. Cette activité a permis de s'adapter par rapport aux règles sanitaires mais aussi de fidéliser les licenciés. Je souhaite donc faire de ces Olympiades le fil conducteur de notre organisation PEF pour la saison prochaine.

Quelles sont vos attentes vis-à-vis du District?: Il faudrait mieux préparer les jeunes notamment au niveau des écoles de Foot pour les faire passer au niveau supérieur par exemple les U9 qui vont passer d'un terrain Foot 5 à un terrain à 8 la saison prochaine. Parfois la différence est trop grande et il n'y a pas assez de choses mises en place par le District pour faire la transition entre ces catégories.



Le Club du Temple Cordemais a décidé le 21 Avril 2021 d'organiser sur son terrain, avec 10 joueurs des catégories (U6/U7), une action PEF sur la thématique de l'arbitrage et plus précisément sur la composition du sac d'un arbitre.

L'objectif de cette action était notamment de débattre sur ce que devait contenir un sac d'arbitre et d'avoir ainsi un meilleur aperçu des connaissances des joueurs et surtout de connaître leur avis sur ce sujet. Cela permettrait ensuite de leur donner les informations nécessaires et complémentaires à leurs connaissances.

FAIRE SON SAC DE FOOT POUR JOUER

<p>1 MAILOT</p> <p>1 SHORT</p> <p>1 PAIRE DE CHAUSSETTES DE FOOT</p>	<p>DES PROTEGE-TIBIAS</p>	<p>DES CHAUSSURES DE FOOT</p>	<p>1 PAIRE DE GANTS (POUR LES GARDIENS)</p>	<p>1 BONNET, DES GANTS, 1 COUPE-VENT, 1 SURVETEMENT (SELON LA METEO)</p>	<p>1 BOUTEILLE D'EAU</p>

POUR APRES LE MATCH OU L'ENTRAINEMENT

<p>DU GEL DOUCHE, DES CLAQUETTES ET 1 SERVIETTE DE DOUCHE</p>	<p>DES VETEMENTS ET SOUS-VETEMENTS DE RECHANGE</p>	<p>1 SAC POUR TES CHAUSSURES SALES</p>	<p>1 SAC POUR TES HABITS DE FOOT A LAVER</p>
---------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------	----------------------------------------	----------------------------------------------

A la maison, vide et aère ton sac
Nettoie et fait sécher tes chaussures pour ne pas qu'elles moisissent

Pour cela les joueurs étaient dans le rond central, un arbitre du club avait réparti des objets sur le terrain. Celui-ci désignait ensuite un objet et demandait s'il était nécessaire pour un arbitre. Les joueurs se dirigeaient alors vers la coupelle bleue s'ils pensaient que c'était vrai ou rouge si, selon, eux, c'était faux.



Arbitrage



Avec ses catégories (U8/U9) le club du Temple Cordemais a organisé une autre action PEF sur son terrain et sur la thématique de l'arbitrage. Mais cette fois il s'agissait d'un Biathlon pour apprendre le rôle de l'arbitre dans un match.

L'objectif de cette action était d'améliorer les connaissances des joueurs sur le rôle de l'arbitrage. Mais aussi de les instruire sur les règles du Football afin qu'ils en aient une meilleure compréhension et qu'ils soient ainsi en mesure de les respecter plus facilement .



Différents ateliers ont donc été mis en place (Golf Foot, Futnet, Foot Pétanque) tout ça sur un terrain de Foot 8. Dès que l'atelier était terminé avant de passer au suivant l'enfant devait répondre à la question de l'éducateur ou de l'arbitre sur le thème des Lois du Jeu

« L'activité du Biathlon a beaucoup plu, que ce soit le questionnaire ou le parcours technique ».



« Allez les bleus et Jaunes »

Interview réalisée avec la Présence de la **Référente PEF**
du FC Gétigné-Boussay Madame **Lucie BOULANGER**

Présentez moi votre club : Le Club du FC Gétigné Boussay est un club qui est né en 2019 de la fusion de l'US Gétigné et du club de Football de Saint Sébastien. Pour l'instant cette fusion se passe plutôt bien, en effet les 2 clubs ont à peu près la même mentalité que cela soit en terme de vision du jeu, d'objectif mais aussi en terme de convivialité.

Depuis combien de temps le PEF est il ancré dans le club? : Moi je suis arrivée au bureau il y a 5 ans et le PEF n'existait pas. Le club avait déjà été labelliser auparavant, donc des actions avaient déjà été réalisées mais ce n'était pas régulier. C'est notamment pour cela qu'on est venu me chercher. Au début le PEF a eu du mal à s'imposer dans le club car cela dépendait beaucoup de la mentalité des dirigeants. Mais à force de persuasion, de discours, de preuves, le PEF est devenu depuis 3 ans une obligation au sein du club.

Pourquoi s'être engagé dans le PEF? : Cette thématique me portait beaucoup à cœur , le but était aussi de repartir dans la démarche de se faire labelliser puisque le PEF fait partie intégrante du label. L'objectif était aussi d'apporter une approche pédagogique différente aux jeunes licenciés et de leurs offrir d'autres aspects du jeu. Par exemple pour l'arbitrage en leurs expliquant le rôle de l'arbitre afin que les jeunes aient envie plus tard de se lancer dans la démarche de devenir arbitre, tout en comprenant aussi leurs décisions sur le terrain.



Avez-vous une organisation précise pour le PEF au sein du club ? : A l'heure actuelle le PEF est à l'ordre du jour de chaque réunion mensuelle de bureau, l'entraîneur jeune, est très impliqué aussi. Il le met à l'ordre du jour des réunions techniques avec l'ensemble des éducateurs. Pendant ces réunions il présente aux éducateurs ce que sont les actions PEF et un plan d'action est effectué ensuite pour chaque catégorie avec la date, le lieu et la thématique de l'action à aborder.



Comment avez-vous gardé le lien avec vos licenciés pendant le confinement? :

On a beaucoup fonctionné avec les réseaux sociaux (Instagram, site internet). Le bureau a essayé de faire vivre le site internet en faisant notamment une vidéo où les membres se mettaient en scène. Des actions telles que de la vente de pizzas ou bien, la vente de burgers ont aussi été mises en place pour conserver du lien. Les entraîneurs ont quant à eux développé des actions telles que le tour de France du Confinement (c'était un tournoi entre les licenciés, l'entraîneur donnait des défis techniques aux jeunes, une fois le défi réalisé, cela permettait au joueur de passer à l'étape suivante).

Les séniors ont quant à eux réaliser un défi Mask Singer. C'est-à-dire qu'il y avait 4 joueurs qui étaient masqués et les autres joueurs étaient répartis par équipes. Des défis techniques étaient proposés par l'entraîneur des séniors aux équipes. Pour chaque défi réalisé, l'équipe remportait 10 ou 20 pts et pouvait proposer un nom de joueur tout en recevant un indice. L'équipe trouvant un personnage remportait 100 pts et le défi se terminait quand tous les joueurs masqués étaient découverts.

Quelles sont vos attentes vis-à-vis du District?: Les démarches administratives sont très lourdes. Nous on est bénévoles donc on travaille dans une autre entreprise à coté. Quelques fois c'est très complexe comme notamment la démarche de la labellisation du club et ça peut en démoraliser certains.



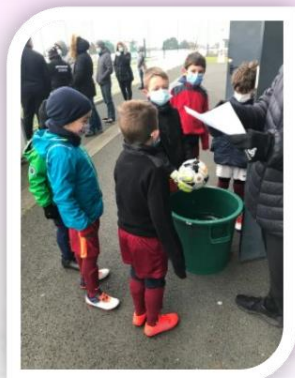
L'octobre Rose



Les Olympiades du Football



Respecter le Protocole Sanitaire



Les portes du succès

