

Saison 2020 - 2021



**FOOT  
LOISIR**

# Réunion d'information Des pratiques Loisirs

DISTRICT DE VENDEE DE FOOTBALL



# ➤ LES PRATIQUES LOISIRS

## Sommaire

- 1- Préambule
- 2- La pratique du Loisir « Foot à 8 »
- 3- La pratique du Loisir « Foot à 11 »
- 4- Le « Foot en marchant »
- 5- Section loisir
- 6- Questions diverses





**FOOT  
LOISIR**

# **1- Préambule**

**DISTRICT DE VENDEE DE FOOTBALL**



**FOOT  
LOISIR**

## 1- PRÉAMBULE

### ➤ POURQUOI DU FOOTBALL LOISIR ?

**MOI JE SAIS !!!**



*1- Répondre à une demande croissante des pratiquants souhaitant jouer un football sans compétition et moins contraignant*

*2- Fidéliser ses licenciés au sein de sa structure*

*3- Répondre à un enjeu important du domaine sociétal et de santé publique*



# 1- PRÉAMBULE

1- Répondre à une demande croissante des pratiquants souhaitant jouer un football sans compétition et moins contraignant

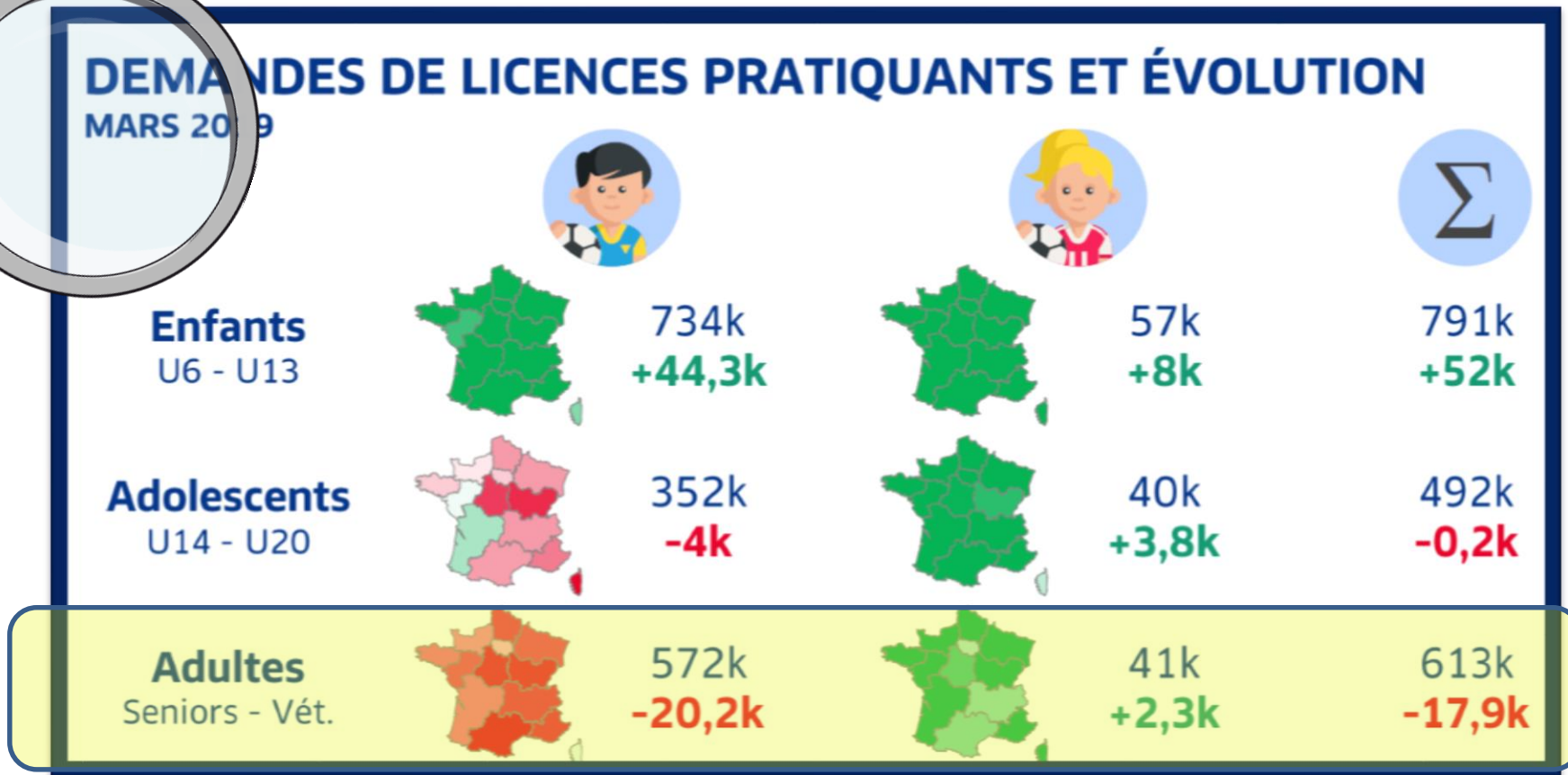
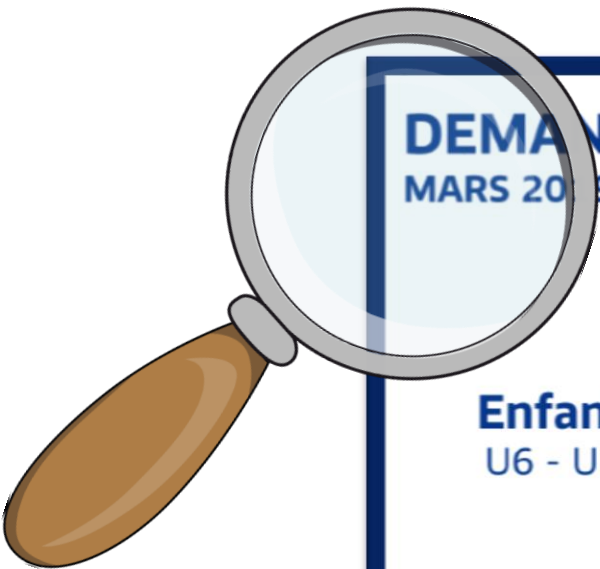


Priorité départementale  
cette saison



# 1- PRÉAMBULE

## 2- Fidéliser ses licenciés au sein de sa structure



# 1- PRÉAMBULE

## 3- Répondre à un enjeu important du domaine sociétal et de santé publique

**SANTE**

- Priorité de l'état et des instances
- Bénéfices de l'activité physique
- Prévention / Bien-être

### L'inactivité physique est responsable de :

- 1 million de décès / an en Europe
- 5% des maladies pathologiques cardiovasculaires
  - 10% des cancers du colon

**SOCIETE**

- Vivre ensemble
- Se rassembler / se rencontrer
- Partager

**Le Foot Loisir répond à des enjeux de santé et des enjeux de société**

### L'INACTIVITÉ PHYSIQUE EST RESPONSABLE DE :

- 10% de la mortalité totale (1 million de décès) en Europe
- 5% de pathologies cardiovasculaires
- 7% de diabètes
- 9% de cancers du sein
- 10% de cancers du colon



# 1- PRÉAMBULE

## ➤ PUBLIC VISÉ



### ▶ HOMMES OU FEMMES ADULTES EX-LICENCIÉS :

- ✓ Identifier les ex-licenciés parmi un listing des saisons précédentes (N-5) avec pour objectif de leur proposer une activité plus flexible.
- ✓ S'appuyer sur l'outil questionnaire externe proposé dans ce PDF interactif.

### ▶ SALARIÉS D'ENTREPRISE HOMMES OU FEMMES :

- ✓ Contacter les entreprises via les comités d'entreprises (CE) ou secrétariat de direction pour leur proposer une action événementielle « inter-entreprises » (tournoi, rassemblement, etc....) afin de générer du lien entre le club et les entreprises.
- ✓ Proposer des créneaux adaptés aux disponibilités des salariés d'entreprise (exemple : 12h00-14h00).

### ▶ PARENTS DE LICENCIÉS HOMME OU FEMME :

- ✓ S'appuyer sur la séance d'entraînement de leurs enfants pour proposer une activité sportive sur le même lieu avec les mêmes créneaux horaires.

### ▶ SPORT ADAPTÉ ET HANDISPORT :

- ✓ Se rapprocher de son district afin de proposer une action avec les centres hospitaliers spécialisés (CHS), les établissements et services d'Aides par le Travail (ESAT), les instituts médico-éducatifs (IME) ...





FOOT  
LOISIR

## 2- La Pratique du Loisir « Foot à 8 »

DISTRICT DE VENDEE DE FOOTBALL



**FOOT  
LOISIR**

## 2- LA PRATIQUE DU LOISIR « FOOT À 8 »

### ➤ LES OBJECTIFS

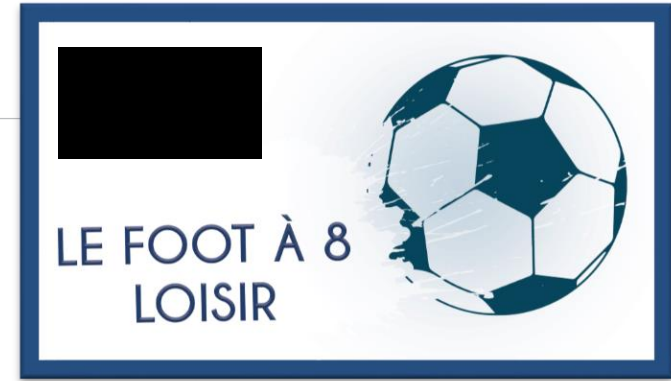
#### ➤ Pratique « adaptée » pour un public ciblé

- Pas de résultats, ni de classement  
= Esprit Loisir
- Dimension du terrain réduite
- Règles de jeu aménagées
- Public visé = les + de 35 ans
- Mixité autorisée

#### ➤ Périodicité

- Fréquence des rassemblements sur l'année assouplie  
= 12 sur la saison
- Pratique en semaine (proposition du jeudi soir)

*Témoignage de Cédric  
MICHAUD, TVEC Les Sables*



# 2- LA PRATIQUE DU LOISIR « FOOT À 8 »

## ➤ LE CALENDRIER



DISTRICT DE VENDEE DE FOOTBALL  
Commission Loisir

Saison 2020-2021

### Calendrier Football à 8 loisir

Journées  Libre futsal

❖ 1 à 2 rassemblements par mois hors vacances scolaires (12 sur l'année)

❖ En semaine, le jeudi soir (préconisé mais pas imposé)

❖ Possibilité de pratiquer en salle sur la période hivernale

Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre	Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
1 S	1 M	1 J J1	1 D	1 M	1 V	1 L	1 L	1 J	1 S	1 M
2 D	2 M	2 V	2 L	2 M	2 S	2 M	2 M	2 V	2 D	2 M
3 L	3 J	3 S	3 M	3 J J5	3 D	3 M	3 M	3 S	3 L	3 J J12
4 M	4 V	4 D	4 M	4 V	4 L	4 J	4 J	4 D	4 M	4 V
5 M	5 S	5 L	5 J J3	5 S	5 M	5 V	5 V	5 L Pâques	5 M	5 S
6 J	6 D	6 M	6 V	6 D	6 M	6 S	6 S	6 M	6 J	6 D
7 V	7 L	7 M	7 S	7 L	7 J	7 D	7 D	7 M	7 V	7 L
8 S	8 M	8 J	8 D	8 M	8 V	8 L	8 L	8 J J9	8 S	8 M
9 D	9 M	9 V	9 L	9 M	9 S	9 M	9 M	9 V	9 D	9 M
10 L	10 J	10 S	10 M	10 J	10 D	10 M	10 M	10 S	10 L	10 J
11 M	11 V	11 D	11 M	11 V	11 L	11 J J8	11 J J7	11 D	11 M	11 V
12 M	12 S	12 L	12 J	12 S	12 M	12 V	12 V	12 L	12 M	12 S
13 J	13 D	13 M	13 V	13 D	13 M	13 S	13 S	13 M	13 J Ascension	13 D
14 V	14 L	14 M	14 S	14 L	14 J Libre fut.	14 D	14 D	14 M	14 V	14 L
15 S	15 M	15 J J2	15 D	15 M	15 V	15 L	15 L	15 J	15 S	15 M
16 D	16 M	16 V	16 L	16 M	16 S	16 M	16 M	16 V	16 D	16 M
17 L	17 J	17 S	17 M	17 J Libre fut.	17 D	17 M	17 M	17 S	17 L	17 J
18 M	18 V	18 D	18 M	18 V	18 L	18 J	18 J	18 D	18 M	18 V
19 M	19 S	19 L	19 J J4	19 S	19 M	19 V	19 V	19 L	19 M	19 S
20 J	20 D	20 M	20 V	20 D	20 M	20 S	20 S	20 M	20 J J11	20 D
21 V	21 L	21 M	21 S	21 L	21 J	21 D	21 D	21 M	21 V	21 L
22 S	22 M	22 J	22 D	22 M	22 V	22 L	22 L	22 J J10	22 S	22 M
23 D	23 M	23 V	23 L	23 M	23 S	23 M	23 M	23 V	23 D	23 M
24 L	24 J	24 S	24 M	24 J	24 D	24 M	24 M	24 S	24 L Pentecôte	24 J
25 M	25 V	25 D	25 M	25 V Noël	25 L	25 J	25 J J8	25 D	25 M	25 V
26 M	26 S	26 L	26 J	26 S	26 M	26 V	26 V	26 L	26 M	26 S
27 J	27 D	27 M	27 V	27 D	27 M	27 S	27 S	27 M	27 J	27 D
28 V	28 L	28 M	28 S	28 L	28 J Libre fut.	28 D	28 D	28 M	28 V	28 L
29 S	29 M	29 J	29 D	29 M	29 V		29 L	29 J	29 S	29 M
30 D	30 M	30 V	30 L	30 M	30 S		30 M	30 V	30 D	30 M
31 L		31 S		31 J	31 D		31 M		31 L	



## 2- LA PRATIQUE DU LOISIR « FOOT À 8 »

### ➤ L'ORGANISATION

- 3 phases sur l'année représentant 12 journées (Chaque club reçoit une fois par phase soit 3 fois sur l'année)
- Groupes de 4 équipes plutôt de proximité sur la 1<sup>ère</sup> phase, puis de proximité en prenant en compte les niveaux sur les phases suivantes
- 3 Matches de 20mns à jouer lors d'un rassemblement
- Temps de convivialité pour clôturer la soirée

Journées	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7	J8	J9	J10	J11	J12
Dates	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Brassages	PHASE DE BRASSAGE 1				PHASE DE BRASSAGE 2				PHASE DE BRASSAGE 3			
Gr. 1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	2	2	2	2	5	5	5	5	8	8	8	8
	3	3	3	3	9	9	9	9	12	12	12	12
	4	4	4	4	13	13	13	13	16	16	16	16
Gr. 2	5	5	5	5	2	2	2	2	2	2	2	2
	6	6	6	6	6	6	6	6	7	7	7	7
	7	7	7	7	10	10	10	10	11	11	11	11
	8	8	8	8	14	14	14	14	15	15	15	15
Gr. 3	9	9	9	9	3	3	3	3	3	3	3	3
	10	10	10	10	7	7	7	7	5	5	5	5
	11	11	11	11	11	11	11	11	9	9	9	9
	12	12	12	12	15	15	15	15	13	13	13	13
Gr. 4	13	13	13	13	4	4	4	4	4	4	4	4
	14	14	14	14	8	8	8	8	6	6	6	6
	15	15	15	15	12	12	12	12	10	10	10	10
	16	16	16	16	16	16	16	16	14	14	14	14



## 2- LA PRATIQUE DU LOISIR « FOOT À 8 »

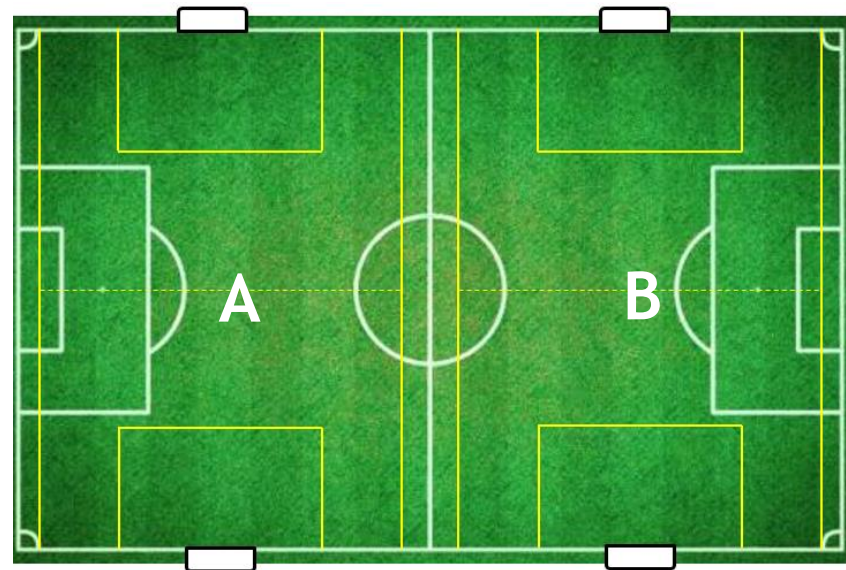
### ➤ LE CAHIER DES CHARGES

- Etre licencié(e) dans un club
- **Mixité autorisée**
- **Etre âgé(e) de 34 ans minimum** (3 joueurs âgés de 30 ans et 34 ans sont autorisés à pratiquer par équipe)
- Avoir un terrain à 11 équipé en foot à 8
- 2 vestiaires à disposition pour les 4 équipes
- Un espace de convivialité pour accueillir les équipes après les rencontres

➤ *Engagement possible toute la saison avant le début de la phase suivante*



Formule  
« multi-  
rencontres »



## 2- LA PRATIQUE DU LOISIR « FOOT À 8 »

### ➤ L'ORGANISATION DES RENCONTRES



- **Avoir un référent « accueil »** qui garantit l'organisation et le bon déroulement du plateau
- Début des rencontres 20h précise
- **3 temps de jeu de 20mn** entrecoupés d'un temps de pause et/ou rotation de 5mn
- **Rencontres préconisées en 8c8**
- 12 Joueurs maximum par équipes = 4 remplaçants maximum

HEURE	ROTATION S		EQUIPES		EQUIPES
20h	1 <sup>ère</sup> Rotation 20 mn	T E R R A I N A	A - B	T E R R A I N B	C - D
20h20	Pause 5 mn		/		/
20h25	2 <sup>nde</sup> Rotation 20 mn		A - C		B - D
20h45	Pause 5 mn		/		/
20h50	3 <sup>ème</sup> Rotation 20 mn		A - D		B - C



# 2- LA PRATIQUE DU LOISIR « FOOT À 8 »

## ➤ LE RÈGLEMENT


- Tenue de footballeur obligatoire
- **Auto-arbitrage**
- **Un référent « capitaine » par équipe** identifié (garants du climat et valident les décisions en cas de litige)
- Règles du foot à 8\*
- Changements à la volée

## ➤ *Quelques règles spécifiques\**

- **Tacles interdits**
- Possibilité d'effectuer les touches à la main ou au pied au sol



**RÈGLEMENT DÉPARTEMENTAL  
PRATIQUE DU FOOTBALL A 8 LOISIR**

  
**SAISON 2020 – 2021**

**Article N°1 : Cellule d'organisation**  
La cellule départementale du Foot à 8 Loisir est chargée de l'organisation de la pratique en accord avec le Comité Directeur du District de Vendée.  
Tous les clubs affiliés à la Fédération Française de Football à statut amateur ou indépendant peuvent y participer.

**Article N°2 : Engagement des équipes**  
Les engagements pour lesquels un droit est débité sur le compte club (se reporter à l'annexe des frais/tarifés et droits financiers de la Ligue et du District) s'effectuent via Footclub.  
**Il est possible de s'engager jusqu'au vendredi 18 Septembre 2020.**  
Il sera toutefois possible de s'engager avant le début de chaque nouvelle phase pour de nouvelles équipes.  
Le District se donne le droit de refuser l'engagement d'un club.

**Article N°3 : Qualification et participation**  
**Pratique mixte (équipes masculine, féminine ou mixte possible)**  
Pour participer à la pratique du Foot à 8 Loisir, les joueurs et joueuses doivent être licenciés et qualifiés en conformité avec les règlements et leurs statuts pour leur club à la date de la rencontre.  
↓ Un joueur peut jouer avec la licence « Libre » de son club.  
↓ Un joueur licencié en licence « Libre » dans un club peut évoluer dans un autre club avec une licence « Loisir ».  
↓ Seuls les joueurs et joueuses âgés de plus de 14 ans peuvent participer à cette pratique (**autorisation d'avoir 3 joueurs âgés de 30 à 34 ans par équipe**).

**Article N°4 : Installations sportives**  
Les clubs participants doivent disposer d'un terrain de foot à 11 équipé en buts de foot à 8.  
Dans le cas contraire et dans la mesure du possible, des dispositions pourront être envisagées par la commission départementale du Foot à 8 pour faciliter l'accès à la pratique, sans quoi l'équipe ne pourra s'engager.  
En cas d'indisponibilité ou d'impraticabilité de l'installation le jour de la pratique, le club devra disposer d'une installation de remplacement ou bien inverser la réception des rencontres avec l'un des autres clubs concernés par le plateau.  
Le club devra mettre à disposition des vestiaires pour l'accueil des équipes (possibilité d'avoir un vestiaire pour deux équipes) ainsi qu'un espace de convivialité pour clôturer la soirée.

# 2- LA PRATIQUE DU LOISIR « FOOT À 8 »

## ➤ LE RETOUR GOOGLE DRIVE AU DISTRICT

- ➔ *A remplir par chaque référent d'équipe à l'issue du rassemblement dans les 48h.*
- ➔ **Objectifs** : *Fait office de feuille de match et permet de recenser un certain nombre d'informations sur le déroulé du rassemblement.*

**Q.1** : Nom du club :

**Q.2** : Nom et Prénom du référent :

**Q.3** : Date du rassemblement :

**Q.4** : Lieu du rassemblement :

**Q.5** : Nombre de joueurs/joueuses présent(e)s de son équipe :

**Q.6** : Nom et Prénom de chaque joueur/joueuse :

1. ...	7. ...
2. ...	8. ...
3. ...	9. ...
4. ...	10. ...
5. ...	12. ...
6. ...	11. ...
7. ...	12. ...

**Q.7** : Indiquer si des blessures ont été constatées (préciser le(s) l'identité(s) des joueurs concernés et la nature de(s) la blessure) :

**Q.8** : L'accueil du club recevant (cocher votre choix) :

- Très bien
- Bien
- Moyen
- Mauvais

Préciser si nécessaire :

**Q.9** : Ambiance générale (cocher votre choix) :

- Très bonne
- Bonne
- Moyenne
- Mauvaise

Préciser si nécessaire :

**Q.10** : Niveau de pratique

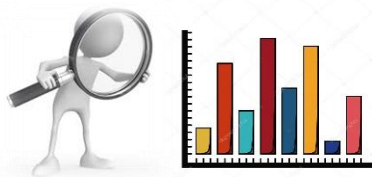
- Équilibré
- Partiellement équilibré
- Déséquilibré

Préciser si nécessaire :

**Q.11** : Heure de départ du 1<sup>er</sup> match :

**Q.12** : Heure de fin du dernier match :

**Q.13** : Autres remarques :



- ➔ **Etape 1** : Cliquer sur le lien GOOGLE DRIVE via son smartphone

- ➔ **Etape 2** : Compéter le formulaire dans les 48h après le rassemblement



- ➔ **Etape 3** : Le valider et l'envoyer au district de Vendée





**FOOT  
LOISIR**

# **3- La Pratique du Loisir** **« Foot à 11 »**

**DISTRICT DE VENDEE DE FOOTBALL**



**FOOT  
LOISIR**

## 3- LA PRATIQUE DU LOISIR « FOOT À 11 »

### ➤ LES OBJECTIFS

#### ➤ Pratique plus « traditionnelle » ouverte à tous

- Terrain de foot à 11
- Règles du jeu du foot à 11
- Mixité non autorisée
- Public visé = tout âge

#### ➤ Périodicité

- Matches le week-end (vendredi soir ou dimanche matin)  
= 18 matchs sur la saison
- Proposition d'une coupe loisir sur engagement (non obligatoire)



# 3- LA PRATIQUE DU LOISIR « FOOT À 11 »

## ➤ LES CONSTATS



- *Pratique plus « traditionnelle » en foot à 11*
- *Deux créneaux au choix : le vendredi soir ou dimanche matin*
- *Nombre d'équipes important (87)*



- *Esprit « Loisir » pas toujours respecté (parfois trop compétitif)*
- *Hétérogénéité des pratiquants (de 20 ans à 60 ans...)*
- *Début des matchs parfois très tardif le vendredi soir*

## INFORMATIONS / QUESTIONS

- *Passage sur des groupes de 10 équipes (par secteur)*
- *Maintien de la coupe Loisir ?*
- *Suppression du tacle en loisir à 11 ?*
- *Maintien de l'arbitrage ou bascule sur de l'auto-arbitrage ?*



« *Le Football encore plus longtemps* »



**FOOT  
LOISIR**

### **3-** Le « **Foot en marchant** »

DISTRICT DE VENDEE DE FOOTBALL



FOOT  
LOISIR

## 4- LE « FOOT EN MARCHANT »

### ➤ C'EST QUOI ?



Le « Walking football » ou « Foot en marchant », est une variante du football qui se pratique à effectif réduit et où les joueurs ont interdiction de courir.

### UNE PRATIQUE...

- *... aménagées et sécurisantes*
- *... accessible à toutes et tous en mixité*
- *... s'inscrivant dans le domaine du sport santé et dans la lutte contre la sédentarité*



# 4- LE « FOOT EN MARCHANT »

## ➤ UNE PRATIQUE AMÉNAGÉES ET SÉCURISANTES

**FFF** PROJET DE REGLEMENT FOOTBALL EN MARCHANT

### REGLES DU JEU

- Définition du déplacement en marchant**
  - Les joueurs doivent uniquement marcher (un pied doit toujours être en contact avec le sol).
  - Interdiction de courir, de trotter, de sauter ou de sauter avec le ballon.
- Utilisation du ballon**
  - 3 touches de balle maximum
  - Le ballon ne doit pas dépasser la hauteur des hanches, excepté pour les tirs au but.
- Surface de réparation**
  - Les joueurs de champ ne peuvent pas rentrer dans la surface de réparation
  - Le gardien de but ne peut pas sortir de sa surface.
- Le hors-jeu**
  - Pas de hors-jeu en football en marchant
- Les remises en jeu**
  - Les touches et les corners s'effectuent aux pieds.
  - Distance de 2 m entre le ballon et les joueurs adverses
  - 2 façons pour effectuer les touches : en passe ou en conduite de balle (maximum 3 touches).
  - Le corner:
    - PAS DE CORNER : Si le gardien dévie le ballon en sortie de but, relance au pied ou à la main.
    - CORNER : Si le ballon sort des limites ou touche le filet (Foot5) en ayant été touché par un joueur.
- Le jeu du gardien de but**
  - Le gardien de but peut relancer à la main ou au pied sur ballon au sol.
  - Les passes ou gardiens sont autorisées, celui-ci peut s'en emparer avec les mains ou les pieds.

**EXPERIMENTATIONS :**

- La possibilité ou non au gardien de but de prendre le ballon à la main sur une passe de son partenaire.
- La possibilité de pouvoir toujours jouer avec le gardien ou l'utilisation du gardien de but une seule fois par l'équipe en possession du ballon.

**REMERCIEMENTS AU TERRAIN**

87, Boulevard de Grenelle, 75782 Paris Cedex 12 - T : +33 (0)1 44 31 72 73 - FFF.fr  
www.federationfoot5.com - 10 rue de la République - 92000 Nanterre - T : +33 (0)1 48 00 00 00



- Les joueurs doivent uniquement marcher (interdiction de courir ou trotter)
- Les tacles, charges ou contacts sont interdits
- Le ballon doit être joué sous la hanche
- Touches au pied sur une passe ou en conduite
- Finition sur grands buts avec gardiens ou sur petits buts sans gardiens

**zones de pied de réparation**

- contacts sont interdits, sont indirects
- le ballon et les joueurs adverses pour les coups francs, so proche de la surface de réparation (moins de 2 mètres), un recul de 2 ans de permettre à la défense adverse de se mettre à distance.

**hors-jeu**

- par directement sur l'engagement.

**9. Les sanctions**

- Voir tableau ci-après

**Particularité du terrain synthétique avec parois (type terrain foot5)**

- Utilisation des parois latérales en ricochet pour jouer.
- Interdiction aux joueurs de s'appuyer sur les parois.

**Conseils :**

- Eviter de mettre les enfants dans les buts quand rencontre intergénérationnelle (puissance frappe de balle).
- Possibilité d'aménagement des règles en fonction des publics et des installations, se mettre d'accord avant le début de la rencontre ou du rassemblement.
- L'autoarbitrage est préconisé.

Pratique Sport Santé Ordinance → Pratique intergénérationnelle → Pratique mode → Pratique inclusive Foot-Adapté Handisport



## 4- LE « FOOT EN MARCHANT »

### ➤ UNE PRATIQUE AMÉNAGÉES ET SÉCURISANTES

#### CADRE DE LA PRATIQUE - RECOMMANDATIONS

	ESPACE (+/-5m)	NOMBRE DE JOUEURS (dont gardien de but) +/- 1 joueur	BALLON	SURFACE DE REPARATION	DIMENSION DES BUTS	COUP DE PIED DE REPARATION (penalty)	TEMPS DE JEU	EQUIPEMENTS
TERRAIN - GYMNASE	40 x 20 m	6 c 6	Futsal	Tracé existant	Buts existants	A 6m  Avec un seul pas d'élan	60 min maximum  Modulable en fonction des publics (âge et handicap)  Privilégier les tiers temps quart temps	Port des baskets, tennis et chaussures pour terrain synthétique ou futsal. (chaussures de football à crampons interdites)  Port des protèges tibias conseillé  Rappel : pas de bijoux
TERRAIN – FOOTS	Longueur : 30 à 35 m Largeur : 18 à 20 m	5 c 5	Futsal, classique T4 ou T5 (en fonction des catégories)					
TERRAIN EXTERIEUR	40 x 20 m	6 c 6		Largeur : 8m Profondeur : 6m (en expérimentation)	Largeur : 4m Hauteur : 1,8 à 2m			
	35 x 20 m	5 c 5						
	30 x 18 m	4 c 4						



## 4- LE « FOOT EN MARCHANT »

### ➤ UNE PRATIQUE ACCESSIBLE À TOUTES ET TOUS EN MIXITÉ

Pratique destinée prioritairement

- Aux « retraités » de la commune
- Aux personnes en situation de handicap



**Pratique mixte**, l'occasion de partager une activité sportive commune entre homme et femme (Ex: En couple)

**Activité inclusive** ouverte aux personnes en situation de handicap





# 4- LE « FOOT EN MARCHANT »

« CE N'EST PAS BOUGER QUI EST BIEN, C'EST NE RIEN FAIRE QUI EST DANGEREUX ! »

Professeur Francois CARRE, cardiologue, auteur du livre « Danger sédentarité »

## ➤ UNE PRATIQUE S'INSCRIVANT DANS LE DOMAINE DU SPORT SANTÉ ET DANS LA LUTTE CONTRE LA SÉDENTARITÉ

L'INACTIVITÉ PHYSIQUE EST RESPONSABLE DE :

- 10% de la mortalité totale (1 million de décès) en Europe
- 5% de pathologies cardiovasculaires
- 7% de diabètes
- 9% de cancers du sein
- 10% de cancers du colon

### LE FOOTBALL SANTÉ

- ▶ Vivre
- ▶ Se dépenser

### ENJEUX SOCIÉTAUX

- ▶ Vivre en France
- ▶ Se rencontrer



### ▶ PRÉVENTION

Prévention primaire (population en bonne santé)

Prévention secondaire (action au tout début d'une maladie pour éviter l'évolution)

Prévention tertiaire (pour éviter une récurrence d'une maladie)



### ▶ BÉNÉFICES

- Croissance harmonieuse chez l'enfant et l'adolescent
- Maintien de la force musculaire chez les malades et personnes âgées
- Améliore les capacités respiratoires et les capacités cardio-vasculaires
- Prévention du cancer du colon (40-50% de réduction) et du sein (30-40% de réduction)
- Améliore la qualité et la quantité de sommeil
- Réduction stress, anxiété car l'activité physique stimule la production d'endorphine
- Amélioration du système immunitaire dans le cadre d'exercice modéré
- Prévention des chutes et accidents surtout chez les personnes âgées



### ▶ BIEN-ÊTRE

- Bien être émotionnel
- Perception de soi / Estime de soi / Rapport au corps
- Bien être physique (douleurs, troubles somatiques)
- Bien être perçu (qualité de vie, bien-être subjectif, sens à sa vie...)
- Vie sociale (relation aux autres...)





FOOT  
LOISIR

## 5- Section Loisir

DISTRICT DE VENDEE DE FOOTBALL

## 5- SECTION « LOISIR »

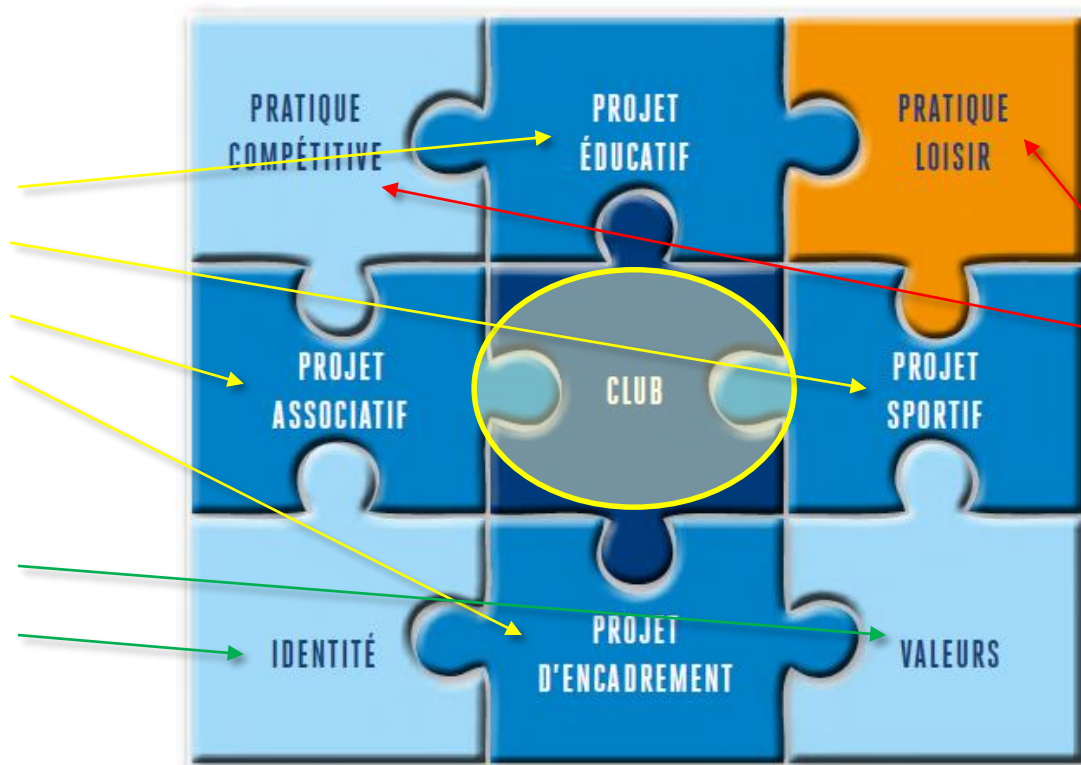
### ➤ POUR RÉSUMER

# LE CLUB DE DEMAIN



4 AXES  
DU LABEL

L'ADN DU  
CLUB



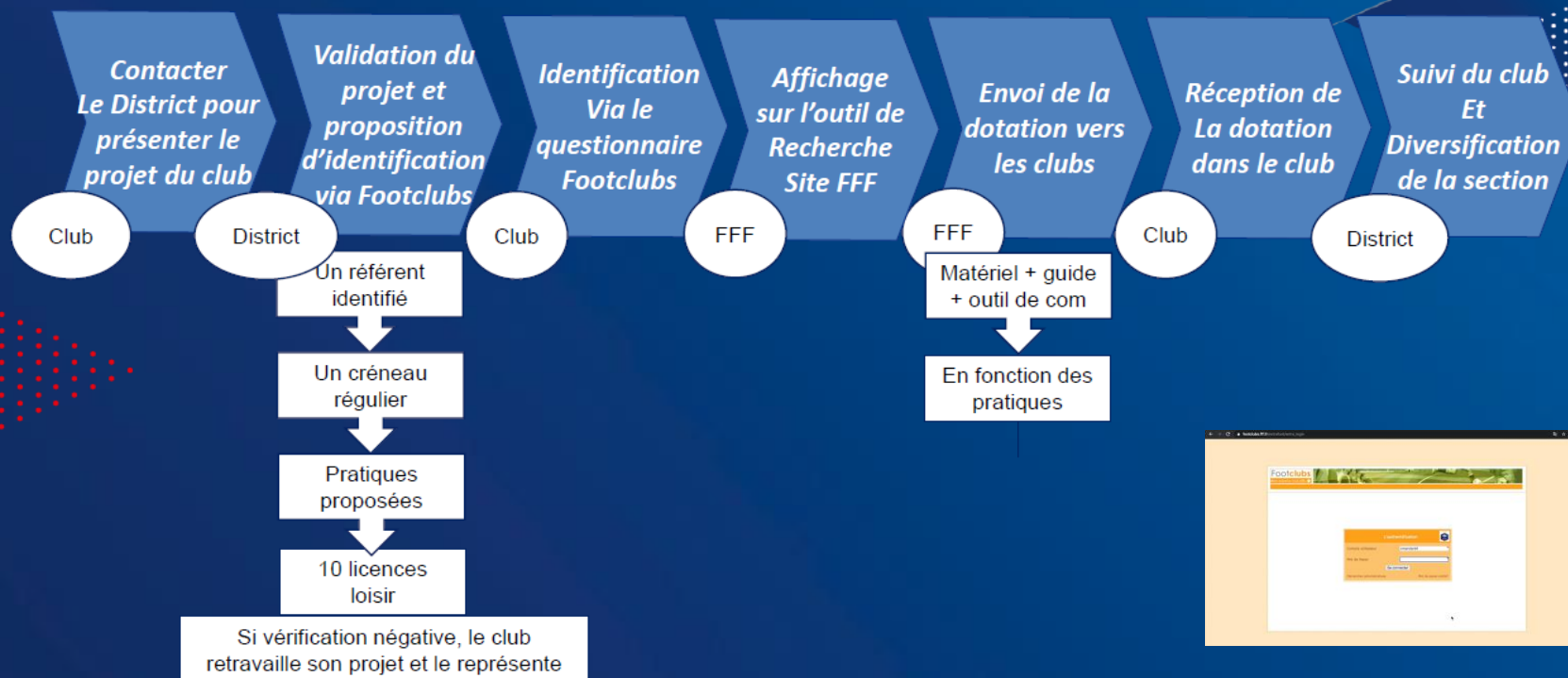
PROPOSITIONS  
DE PRATIQUES  
COMPÉTITIVES  
OU LOISIRS AU  
SEIN DE MA  
STRUCTURE



## 5- SECTION « LOISIR »

### ➤ FAIRE RECONNAITRE SA SECTION LOISIR

#### Le cycle de création d'une Section Loisir



## 5- SECTION « LOISIR »

### ➤ L'ACCOMPAGNEMENT FÉDÉRAL

Un accompagnement de plusieurs sortes :



FONDS D'AIDE  
AU FOOTBALL AMATEUR



Un accompagnement  
financier

Un accompagnement  
matériel

Un accompagnement  
humain





**FOOT  
LOISIR**

## **6- Questions diverses**

DISTRICT DE VENDEE DE FOOTBALL

## 6- QUESTIONS DIVERSES

### ➤ RETOUR DES CLUBS SUITE À LA RÉUNION

#### Maintien de la coupe loisir ?

Réponses des clubs : *Volonté à la majorité de conserver une coupe en loisir en laissant le choix aux clubs de s'y engager*

#### Suppression du tackle en loisir à 11 ?

Réponses des clubs : *Unanimité des clubs concernant la suppression du tackle en loisir à 11 au vu de la dangerosité et des conflits que cela peut engendrer.*

#### Maintien de l'arbitrage ou bascule sur de l'auto-arbitrage en loisir à 11 ?

Réponses des clubs : *Volonté à la majorité de conserver l'arbitrage en loisir à 11. Cependant permettre à deux clubs qui le souhaitent de pouvoir expérimenter l'auto-arbitrage. Autre remarque, inciter les clubs à faire arbitrer les joueurs remplaçants.*





**FOOT  
LOISIR**

**MERCI DE VOTRE ECOUTE**

DISTRICT DE VENDEE DE FOOTBALL