



TOUTES
FOOT



TOUTES
FOOT
AU COLLEGE

AU SOMMAIRE:

- INTRODUCTION
- REGLEMENT
- DEROULE DU PLATEAU
- REGLES DU JEU FOOT A 5
- REGLES DU JEU FOOT A 3
- CALENDRIER DE LA SAISON

ANNEXES :

- DROIT A L'IMAGE
- GRILLE EVALUATION
- AFFICHE FUTSAL



TOUTES

FOOT

INTRODUCTION



La dimension sociale, incluant la place de la femme dans la vie associative et sportive ainsi que son rôle plus général dans la société, est une mission essentielle pour l'UGSEL, l'UNSS et la Fédération Française de Football (FFF). La FFF s'est fixé un objectif ambitieux : atteindre 500 000 licenciées dans les clubs et les instances à court terme.



Dans ce contexte, la FFF a développé et organise le programme "Toutes Foot au Collège", qui vise à encourager la découverte du football dans un environnement sécurisé, bienveillant et épanouissant. Ce projet a pour ambition de faciliter l'accès à la pratique en club pour toutes les jeunes filles intéressées, afin de promouvoir leur engagement dans le sport et dans la vie associative. C'est pourquoi l'UGSEL et l'UNSS, dans son souci de faciliter les passerelles du monde scolaire vers le monde fédéral et associatif, sont des partenaires privilégiés de ce programme.



REGLEMENT:

1. Objectif de la Compétition

"Toutes Foot au Collège" est un programme ouvert à toutes les Associations Sportives (A.S.) des collèges et **s'adresse aux collégiennes de la 6ème à la 3ème, licenciées ou non, souhaitant découvrir et pratiquer le football.**

Une marraine pourra être désignée afin de promouvoir l'opération.

2. Inscription

L'inscription se fait via le portail du football scolaire, rubrique "Toutes Foot au Collège" :

[Portail Football Scolaire](#)

3. Organisation de l'événement

- L'événement se déroulera **un mercredi après-midi**, soit au sein du collège, soit dans un club de football proche, en fonction des installations disponibles. Le choix de la date ne devra pas entrer en contradiction avec le calendrier UNSS.
- L'A.S. du collège devra **inviter au minimum un club de proximité.**
- Le Conseiller Technique (CT) du District, informé de l'inscription grâce au formulaire en ligne, contactera le professeur d'EPS référent pour faciliter la mise en relation avec un ou plusieurs clubs locaux..
- Les clubs participants pourront inclure des joueuses licenciées et non-licenciées de la même catégorie d'âge (U12F-U15F).

REGLEMENT:

4. Vidéo de l'événement

- Un jeune reporter du collège devra réaliser une **vidéo d'une durée maximale de 3 minutes** illustrant et valorisant la journée.
- La vidéo devra être **envoyée au plus tard le 10 juin 2026** via le district ou la ligue.
- Elle sera évaluée par un jury composé de membres de la FFF, de l'UNSS et de l'UGSEL.

5. Dotations

Chaque A.S. engagée recevra un kit promotionnel comprenant:

- Des posters de l'équipe de France féminine,
- Des supports promotionnels "Permis de jouer".

Les A.S. remplissant les conditions suivantes :

- **Participation à la journée,**
- **Transmission de la feuille de participation du plateau,**
- **Envoi de la vidéo, recevront à minima une dotation matérielle d'une valeur de 300 euros.**

6. Récompenses des Lauréats

Le jury désignera trois collèges lauréats :

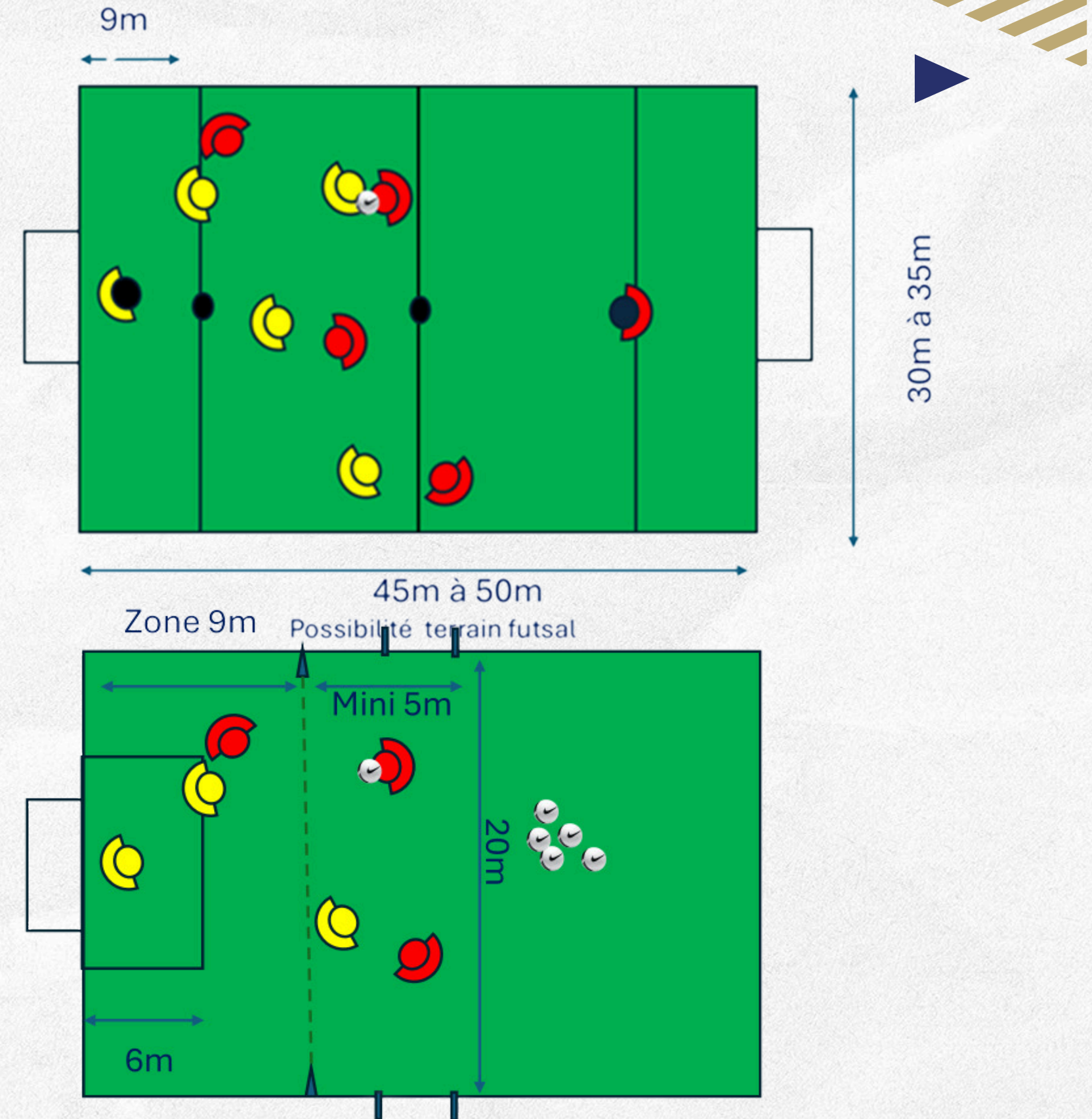
- 1er prix : **dotation matérielle d'une valeur de 1 500 euros,**
- 2ème et 3ème prix : **dotation matérielle d'une valeur de 800 euros chacun.**

7. Cérémonie des Trophées

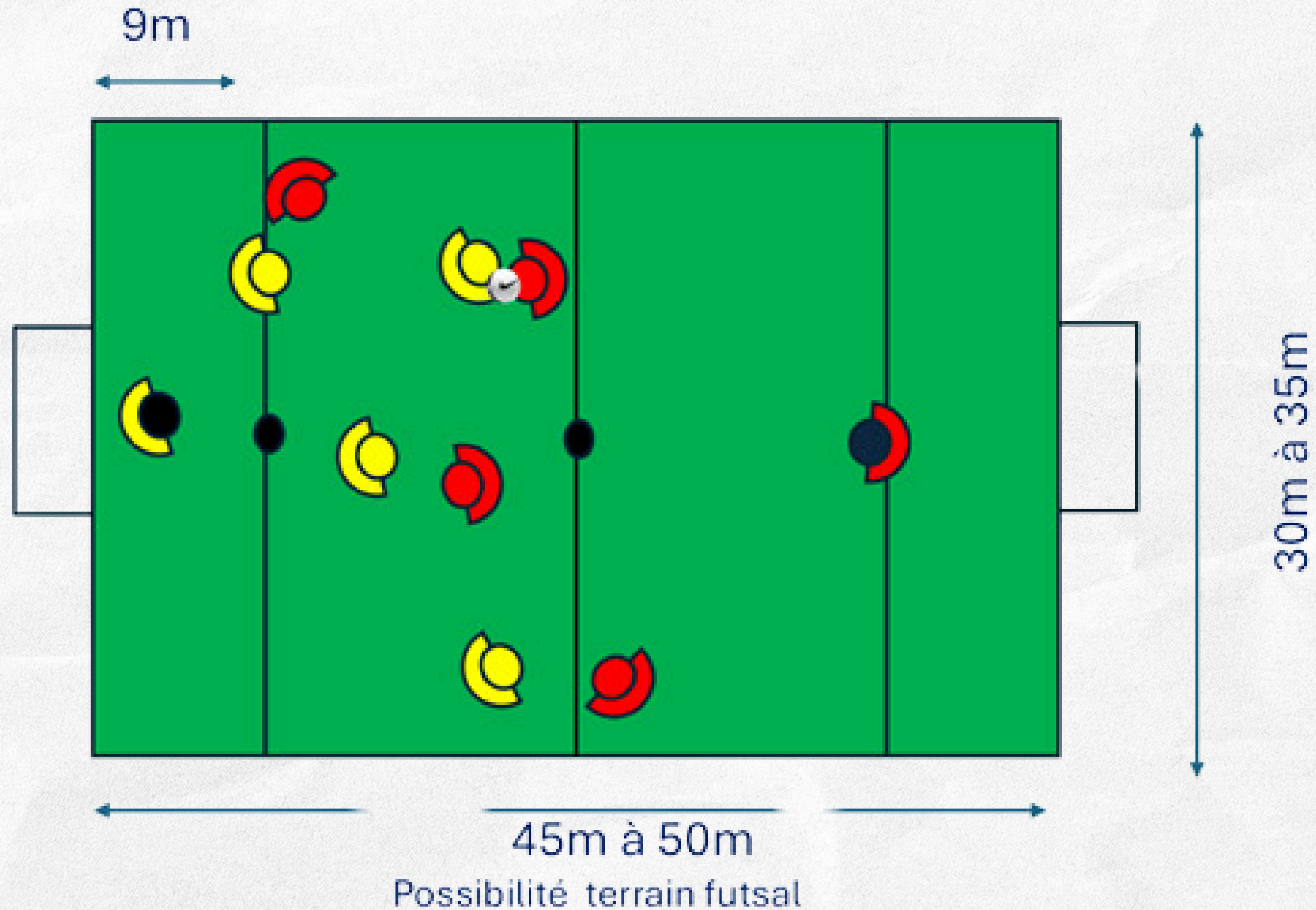
Les trois collèges lauréats seront invités par la FFF à Clairefontaine le premier week-end de juillet (4 et 5 juillet 2026) pour participer à la cérémonie des Trophées "Toutes Foot". Chaque collège pourra envoyer trois représentants (si possible le jeune reporter, le professeur d'A.S., et le chef d'établissement).

DEROULÉ DU PLATEAU

- Chaque équipe est constituée de 6 joueuses issues des différentes structures (**3 joueuses clubs et 3 joueuses collège par équipe**).
- Chaque équipe nomme **2 capitaines**. Les 2 capitaines prendront en charge l'échauffement.
- Durée du plateau : **6 séquences de 15 minutes au total – 1h15**
 - Foot à 5: Temps de jeu : 2x7mn par match x 3 rencontres.
 - Foot à 3: Temps de jeu: 3x5mn par match x 3 rencontres.



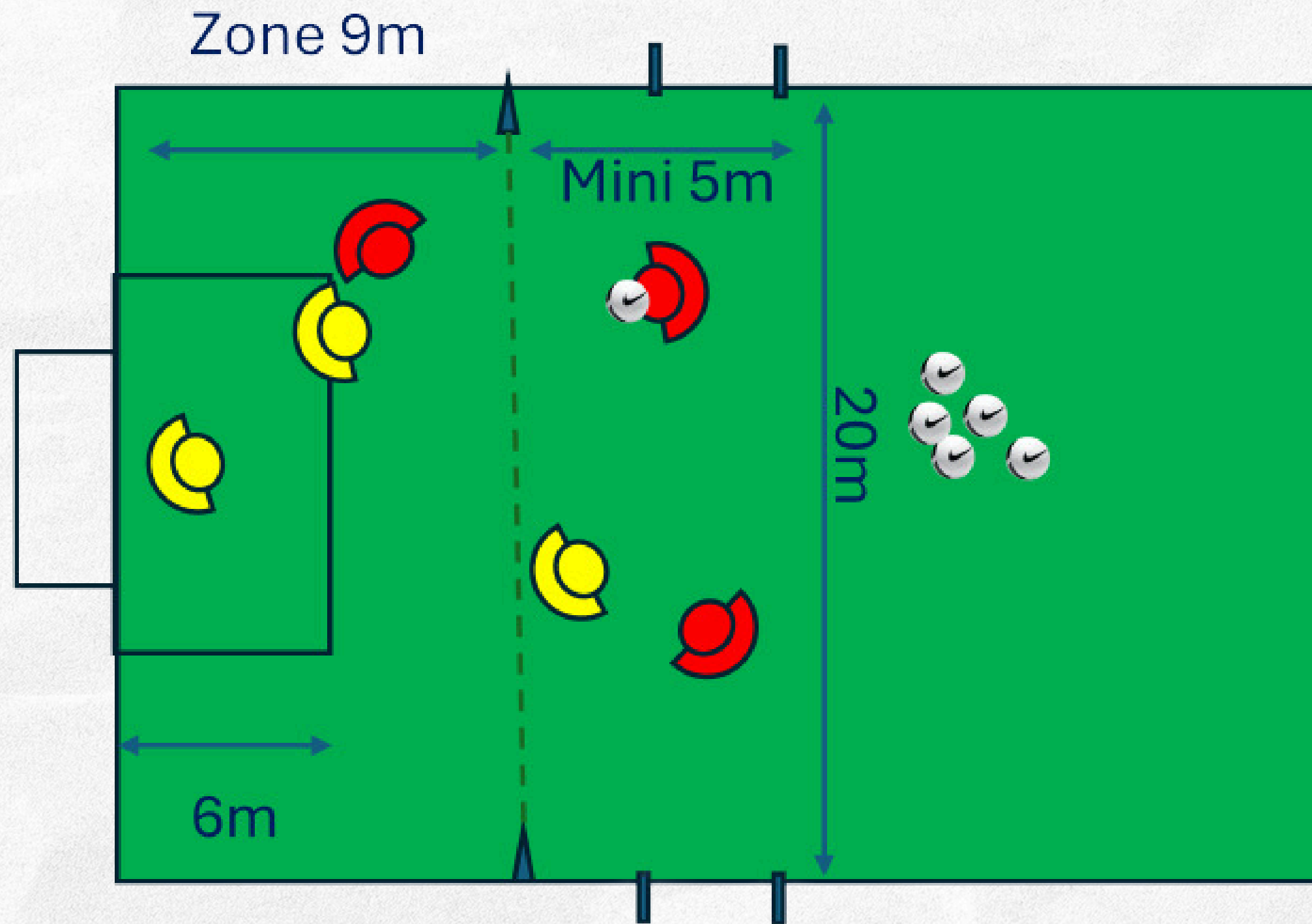
REGLES DE JEU FOOT A 5



REGLES DE JEU FOOT A 5

Terrains – Buts – Ballon	Longueur: 45/50m x Largeur: 30/35m – buts:4m x1.80m – Surface de réparation à 9m sur toute la largeur du terrain – Ballon futsal préconisé ou Taille 4
Nombre de joueuses	5 joueuses (4+1GB) – Nb de remplaçantes: 0 à 3 – rotations libres. 4 joueuses minimum
Equipements	Maillot dans le short – Chaussettes relevées en dessous des genoux Protège-tibias obligatoires – Tip-top placés sous les chaussettes
Temps de jeu	En fonction du nombre de rencontres.. Temps de jeu par joueuse : 50% minimum. Chaque joueuse doit démarrer une période.
Coup d’envoi	Interdit de marquer sur l’engagement – Adversaire à 5m
Gardienne de but	Prise de balle de la gardienne à la main interdite sur passe volontaire d’une partenaire sinon CF à la ligne des 9m. Relance protégée de la gardienne de but à la main et au pied sur une mise au sol.
Coup de pied de réparation	A 9m. L’adversaire se tient à l’extérieur de la zone des 9m.
Touche	Au pied sur passe au sol. Distance adversaire 5m
Coup-franc	Tous les coup-francs sont directs . Distance adversaire 5m Tacles et charges interdites
Hors-jeu	Pas de hors-jeu.

REGLES DE JEU FOOT A 3



REGLES DE JEU FOOT A 3



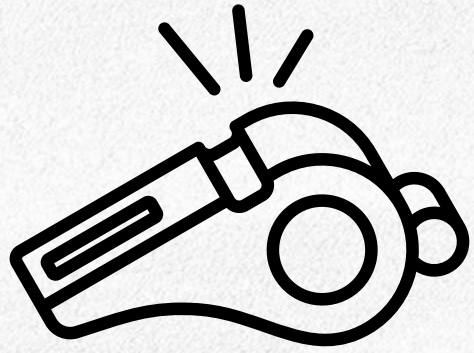
Terrains – Buts – Ballon	20m x17m de profondeur maximum. Zone de préparation en tre 5 et 8 m de profondeur et zone de finition à 9m du but. Buts : 4x1.80 ou 3mx2M Ballon T4 ou adapté à la catégorie – ballon futsal préconisé
Nombre de joueuses	3 joueuses Possibilité 1 à 2 remplaçantes.
Equipements	Maillot dans le short – Chaussettes relevées en dessous des genoux Protège-tibias obligatoires – Tip-top placés sous les chaussettes
Temps de jeu	Fonction du nombre de rencontres (période de 3 à 5 mn) Temps de jeu par joueuse si plus de 3 joueuses : 50% minimum. Chaque joueuse doit démarrer une période.
Coup d’envoi	L’engagement (tirage au sort) s’effectue dans la zone offensive (avant la ligne des 9m du but) avec joueuse adverse à 3m minimum
But	On peut marquer de n’importe quel endroit du terrain. But validé si l’équipe qui attaque a ressorti le ballon dans la « zone de changement de statut ». – Après un but, l’équipe qui a marqué conserve le ballon et redémarre le jeu au-delà de la ligne des 9m.



REGLES DE JEU FOOT A 3

Gardienne de but	Gardienne « neutre » au sein de l'équipe. A chaque séquence défensive, une joueuse devient gardienne. Elle ne peut changer qu'à la fin de l'action. Elle n'a pas de maillot différent. – Relance obligatoirement à la main suite à une sortie de but. – Après un arrêt, la GB est autorisée à sortir de la zone des 9m en conduite de balle avec possibilité de faire des passes à ses partenaires pour gagner le droit d'attaquer. – Possibilité de participer au jeu au pied avec son équipe lors de la recherche de changement de statut. – La GB peut prendre le ballon à la main dans la surface des 6m
Changement de statut	A la suite d'une sortie de but ou d'un arrêt de GB (ballon maîtrisé), l'équipe a la possibilité de passer du statut de « Défenseur » au statut « d'Attaquant » si une joueuse de cette équipe se retrouve en possession du ballon au-delà de la ligne des 9m. Ce changement de statut peut s'effectuer par la passe à une partenaire ou par une joueuse en conduite de balle
Fautes	Toute faute engendre un coup-franc pour l'équipe. Ballon à l'endroit de l'infraction. (Sauf si dans la zone des 6m = pénalty à 6m)
Remises en jeu	Sur touches/corners possibilité de rentrer en conduite de balle (et de frapper au but) – Pour toutes les remises en jeu => adversaires à 5m – Après un but, l'équipe qui a marqué conserve le ballon et redémarre le jeu au-delà de la ligne des 9m.
Remplacements	Le remplacement peut se faire à n'importe quel moment mais la joueuse remplaçante ne peut pénétrer sur le terrain avant la sortie de la joueuse sortante. Les changements s'effectuent à hauteur de la zone de changement de statut. Une équipe est de chaque côté du terrain. Les remplaçantes doivent attendre dans cette zone en dehors du terrain. Si possible, elles portent un chasuble.

PRECONISATIONS ARBITRAGE

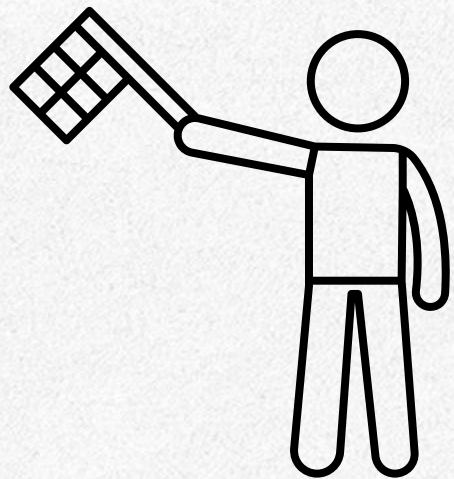


Nous préconisons un
arbitrage des jeunes par les jeunes :

Jeunes arbitres (UNSS ou UGSEL de l'établissement)

OU

Joueuses de l'équipe qui ne jouent pas



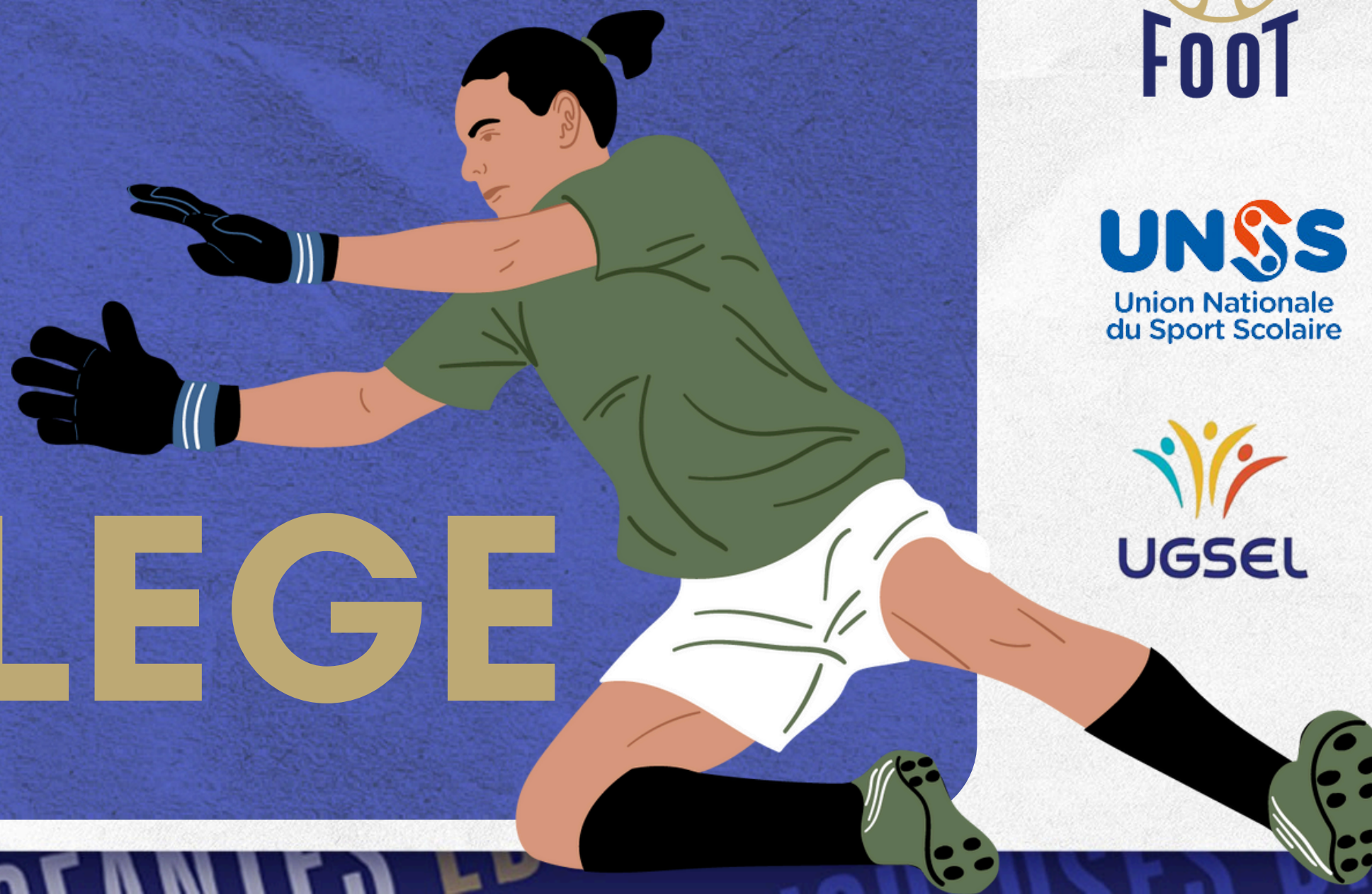


JUILLET

[illegible]

**Cérémonie des trophées
Clairefontaine
1^{er} week-end de juillet**

ANNEXES - TOUTES FOOT AU COLLEGE





Toutes Foot au collège

DROIT A L'IMAGE

Dans le cadre de la journée organisée par l'Association Sportive du collège en partenariat avec un club de football affilié à la FFF, nous souhaitons capturer des photos et/ou vidéos des collégiens en action lors de la pratique du football.

Ces prises de vue pourront être utilisées afin de valoriser cette initiative à travers divers supports de communication (site internet de l'établissement et/ou du club, réseaux sociaux, affichages internes, publications locales) et notamment dans le cadre des concours organisés par la FFF "Toutes foot" et "FIFA FOR SCHOOLS".

Par la présente, je soussigné(e),

Nom et prénom du responsable légal : _____

Responsable légal de l'élève : _____

Classe : _____

autorise / n'autorise pas (rayer la mention inutile) la prise de vue (photo et vidéo) de mon enfant ainsi que l'utilisation de ces images dans le cadre susmentionné.

Cette autorisation est accordée à titre gratuit et valable uniquement pour les supports précités. En cas de refus, la participation de l'enfant à l'événement ne sera en aucun cas compromise.

Fait à : _____

Le : __ / __ / 20__

Signature du responsable légal :
(précédée de la mention "Lu et approuvé")



PARTENAIRES ET
ORGANISATEURS DE
LA JOURNÉE



Toutes Foot au collège

DROIT A L'IMAGE

Dans le cadre de la journée organisée par l'Association Sportive du collège en partenariat avec un club de football affilié à la FFF, nous souhaitons capturer des photos et/ou vidéos des collégiens en action lors de la pratique du football.

Ces prises de vue pourront être utilisées afin de valoriser cette initiative à travers divers supports de communication (site internet de l'établissement et/ou du club, réseaux sociaux, affichages internes, publications locales) et notamment dans le cadre des concours organisés par la FFF "Toutes foot" et "FIFA FOR SCHOOLS".

Par la présente, je soussigné(e),

Nom et prénom du responsable légal : _____

Responsable légal de l'élève : _____

Classe : _____

autorise / n'autorise pas (rayer la mention inutile) la prise de vue (photo et vidéo) de mon enfant ainsi que l'utilisation de ces images dans le cadre susmentionné.

Cette autorisation est accordée à titre gratuit et valable uniquement pour les supports précités. En cas de refus, la participation de l'enfant à l'événement ne sera en aucun cas compromise.

Fait à : _____

Le : __ / __ / 20__

Signature du responsable légal :
(précédée de la mention "Lu et approuvé")



PARTENAIRES ET
ORGANISATEURS DE
LA JOURNÉE

LOIS DU JEU DE U6 À SENIORS



Futsal

TERRAIN


U7/U9

- Terrain 20 m x 16 m, buts de 3 m
- Surface à 4 m (avec cônes)
- Point de pénalty à 4 m

**U11/U13
U15 À SENIORS**

- Terrain 40 m x 20 m
- Surface et point de pénalty à 6 m

BALLON


U7/U9

- Taille 3 (si possible Futsal Light)

**U11/U13
U15 À SENIORS**

- Taille 4

JOUEUR(SE)S


U7/U9

- 4x4 avec GDB

**U11/U13
U15 À SENIORS**

- 5x5 avec GDB
- 7 remplaçants maximum

BANC DE TOUCHE


U7/U9
**U11/U13
U15 À SENIORS**

- Maximum 3 personnes (mineures et licenciées)
- Une personne maximum debout et donnant des consignes aux joueurs
- Chasubles obligatoires pour les remplaçants en pratique spécifique (conseillé en pratique associée)

ARBITRAGE


U7/U9

- 1 arbitre uniquement

**U11/U13
U15 À SENIORS**

- 2 arbitres
- Arbitrage des jeunes par les jeunes préconisé jusqu'en U18

06 : 30

FORMATS DE PRATIQUE & TEMPS DE JEU

U7/U9

- Format plateau avec rencontres et ateliers
- Temps de jeu : temps identique pour tous
- Maxi 50 min. sur la journée (Matchs de 6 à 10 min.)
- Pas de temps morts
- Éviter les remplaçants

U11/U13

- Format plateau
- Temps de jeu : Identique pour tous
- Maxi 60 min. sur la journée
- Pas de temps mort

U15 À SENIORS

- Format plateau ou match
- U15 : maxi 80' sur la journée
- À partir de U16 : maxi 90' sur la journée
- Temps mort : 1 par équipe et par période si durée ≥ 16 min

COUP FRANC


U7/U9

- Tous les coup-francs sont directs - Adversaires à 5 m
- Pas de fautes cumulées
- Passe en retrait au GDB prise à la main autorisée

**U11/U13
U15 À SENIORS**

- Coups-francs directs (comptabilisées) et indirects
- Adversaires à 5 m, 4 sec. pour jouer (décompte de l'arbitre)
- Fautes cumulées :
Coup de pied de pénalité (CPP) : À partir de la 4e faute pour les matchs de 10 min. et - ; à partir de la 5e faute pour les matchs de 11 à 19 min.; à partir de la 6e faute pour les matchs de 20 min. et +
CPP : à 7 m en U11/U13, à 10 m en U15 à Seniors

TACLE, CHARGE ET BLOC


U7/U9
**U11/U13
U15 À SENIORS**

- Interdits dans toutes les catégories en « Futsal associé » (= pratique hivernale), excepté pour le tacle si pas d'adversaire dans la zone d'intervention ou pour le GB dans sa surface si correctement réalisé
- Autorisés à partir de U11 en pratique spécifique (= pratique à l'année), si correctement réalisés et à l'appréciation de l'arbitre

POSSESSION PAR GB


U7/U9

- Utilisation libre

**U11/U13
U15 À SENIORS**

- Une seule entrée en possession du ballon (utilisation) par le gardien de but dans son propre camp

TOUCHE


U7/U9

- Se joue au pied.
- Possibilité de passer ou rentrer en conduite (possibilité de marquer en U7)
- Adversaire à 5m

**U11/U13
U15 À SENIORS**

- Au pied, adversaire à 5 m
- Ballon arrêté sur la ligne
- 4 sec. pour jouer (décompte de l'arbitre)

CORNER


U7/U9

- Se joue au pied. (U7 : possibilité de passer ou rentrer en conduite; possibilité de marquer. U9 : uniquement possibilité de passer.
- Adversaire à 5m

**U11/U13
U15 À SENIORS**

- Au pied, adversaire à 5 m
- Ballon arrêté sur la ligne
- 4 sec. pour jouer (décompte de l'arbitre)

SORTIE DE BUT


U7/U9

- Par le GB ; à la main ou au pied, au sol ; possible sur tout le terrain

**U11/U13
U15 À SENIORS**

- À la main par le GB
- 4 sec. pour jouer (décompte de l'arbitre)

Scannez le QRcode
pour plus d'informations



TOUTES
FOOT

UNSS
Union Nationale
du Sport Scolaire



TOUTES
FOOT

UNSS
Union Nationale
du Sport Scolaire





JOURNEE TOUTES FOOT AU COLLEGE

Document à retourner à la FFF : footalecole@fff.fr



Date et lieu :

Nom et lieu de l'établissement :

Nombre total joueuses Collège :

Nom du ou des clubs participants :

Nombre total joueuses club/s :

Club :

Entraîneur :

Nom	Prénom	Date de naissance	Licenciée club Oui/non

Collège :

Professeur A.S :

Nom	Prénom	Date de naissance	Licenciée club Oui/non	Si oui, <u>nom</u> du club



TOUTES
FOOT

UNSS
Union Nationale
du Sport Scolaire



TOUTES
FOOT



TOUTES
FOOT

UNSS
Union Nationale
du Sport Scolaire

