



FFFA

Service émetteur :
DTN

Note d'orientation sur la pratique du Football Américain Féminin



Préconisations

- **Utilisation du ballon de Football Américain**
 - o La taille YOUTH est préconisée pour toutes les catégories, y compris les filles seniors.
- **Choix du casque :**
 - o La DTN vous renvoie à la note pour la saison 2016-2017 : <http://www.fffa.org/fr/fffa/direction-technique-nationale/orientations-techniques.html> .
 - o Les jeunes filles qui jouent en mixité avec les jeunes garçons se calent sur le casque de la catégorie « garçons »
 - o Les filles « senior » y compris es filles surclassées, jouent avec des casques « senior »

Pratique Mixte et Surclassement

La pratique MIXTE :

Nous proposons une formule visant à diminuer les risques de blessure tout en permettant le développement de la pratique féminine du football américain :

- **Une fille U12 joue avec des U12 garçons.**

Pourquoi ? > Il n'y a pas ou peu de différence de gabarits, donc, moins de risque de déséquilibres garçons/filles.

- **Une fille U14 joue avec des U14 garçons.**

Pourquoi ? > Il n'y a pas ou peu de différence de gabarits, donc moins de risque de déséquilibres garçons/filles.

- **Une fille U16 joue avec des U14 garçons.**

Pourquoi ? > Il existe désormais de vraies différences physiques entre garçons et filles. La confrontation directe entre garçons et filles du même âge pourrait être dangereuse. C'est la raison pour laquelle ce décalage est préconisé.

Le surclassement est possible pour des filles U16 2^{ème} année.

Ce surclassement devra être exécuté par un médecin du sport sur des critères de maturation physique. Elle pourrait alors jouer avec des U16 garçons.

- **Une fille U19 joue avec des U16 garçons.**

Pourquoi ? > Il existe à ces âges de vraies différences physiques entre garçons et filles. La confrontation directe entre garçons et filles du même âge serait dangereuse. C'est la raison pour laquelle ce décalage est préconisé.



Les surclassements :

Pour la pratique **exclusivement féminine**, nous proposons cette formule :

- U19 3^{ème} année avec les seniors,

A titre dérogatoire, **un double surclassement** peut être effectué dans les conditions décrites ci-dessous.

Le dossier d'instruction complet sera transmis au médecin fédéral qui le validera en dernier ressort.

Une fois ce double surclassement validé, les jeunes femmes **pourront décider de jouer soit avec la section féminine senior du club, soit avec les U16 garçons du club.**

Voici la liste des examens à effectuer et dont les comptes rendus sont à faire parvenir au médecin fédéral, le docteur Valérie AMIARD :

- Un électrocardiogramme
 - Un examen radiographique dorsolombaire face type cliché de face et de profil
 - Autorisation parentale
 - Avis de la DTN
 - Demande à adresser au médecin fédéral
- U16 2^{ème} année avec les U19,
 - U14 2^{ème} année avec les U16,
 - U12 2^{ème} année avec les U14.

Les règles du jeu

- Forme de pratique :
 - o Jeu à 9, avec 16 joueurs sur la feuille de match.

Pourquoi ? > Cette forme de jeu correspond au niveau de développement actuel de nos clubs féminins.

Remarque : Si une ligue ou certains club, en « avance » en terme de développement, disposent d'un effectif plus conséquent et d'entraîneurs diplômés en nombre suffisant, ils auront évidemment la possibilité s'organiser des matchs amicaux à 11 s'ils le souhaitent.

Voici la préconisation de la DTN sur ce point :

- Rappel des règles du jeu à 9, sur le site de la FFFA (<http://www.ffa.org/fr/ffa/commission-nationale-arbitrage/arbitrage-football-americain/documents.html>).

- Dans le cas où les équipes qui s'affrontent sont clairement d'un niveau différent (eu égard aux scores des matchs précédents et au degré de développement de la section féminine), il est possible d'adopter les modifications suivantes correspondantes à certaines **RESTRICTIONS JEUNES POUR LES MATCHS À 9 CONTRE 9, SI et seulement SI** au minimum l'un des deux entraîneurs en chef d'une équipe présente exprime la demande d'application de ces modifications à l'arbitre en chef lors de la conférence d'avant match.



Préconisation DTN « MERCY RULE » :

Si une équipe mène de plus de 28 points, il lui est conseillé de faire tourner son effectif et faire jouer tout le monde. Il est aussi recommandé de ne plus blitz.

Turnovers (Interception et Fumble) : Nous appliquons la règle FFFA. Les turnovers peuvent être remontés jusqu'à la zone d'en-but adverse (6pts) (hors transformation après touchdown, qui reste à 2 points).

Enfin le message à rappeler à toutes les équipes est que la FFFA a organisé des matchs dans une OPTIQUE de DEVELOPPEMENT, de FORMATION et surtout pas de CHAMPIONNITE. Le FAIR-PLAY et l'entraide sont à mettre en avant.

Les spécificités préconisées Football Féminin

- **Règle 3.2.1 : Le temps de jeu :**

4 X 20 mn (temps continu), avec 5 jeux dans les 2 dernières minutes de chaque mi-temps.

Lorsque le décompte en temps continu est utilisé, le chronomètre sera arrêté seulement lors des temps mort d'équipe et lors de blessures.

La règle des 5 jeux (exception : 3.2.3) est appliquée à 2 minutes de la fin de chaque mi-temps pour les rencontres en temps continu.

Définition des 5 jeux : Lorsqu'il ne reste que 2 minutes dans chaque mi-temps, 5 actions de balle vivante (au total) seulement sont jouées (EXCEPTION : Règle 3.2.3). Les 5 jeux comprennent les coups de pieds de remise en jeu et leur retour, et tout jeu devant être rejoué suite à des fautes de balle vivante appelées. En cas de faute de balle morte, et avant le snap, le jeu n'est pas compté dans les 5 et sera rejoué.

En cas de TD lors d'un des 5 jeux, la transformation sera jouée et ne rentre pas dans les 5 jeux. Il est demandé aux arbitres et aux entraîneurs d'accélérer les phases où il n'y a pas de jeu, comme les administrations de pénalité, et la période entre un score et le coup de pied d'engagement.

- **Règle 7 : restriction pour les catégories :**

Sur **les jeux de passe déclarés**, et cela ne concerne pas les jeux comportant des feintes, il n'est pas autorisé d'exercer une pression sur le quart arrière à plus de 4 joueurs de défense. Lorsque le quart arrière sort de la poche de protection, tackle box, alors, il n'y a plus de limitation sur le nombre de joueurs de l'équipe défensive exerçant une pression.

La poche de protection, **tackle box**, car il n'y a pas de tackle offensif sur les jeux à 9, est définie par la largeur des hommes de ligne offensif, comme si elle était composée de 5 hommes de ligne.

Un jeu de passe déclaré est un jeu où :

- la ligne offensive reste sur la ligne de mêlée ou recule
- le quart arrière recule sans sortir de la tackle box, regarde vers ses receveurs, et ne fait pas de feinte vers un éventuel porteur de balle. Le fait que le quart arrière soit déjà en position reculé constitue également un jeu de passe déclaré
- si la balle ou le passeur est en dehors de la tackle box, ce n'est plus un jeu de passe déclaré, cela sera considéré comme une feinte, ou tout autre type de jeu, et il n'y a donc plus de restrictions.

Le but de cette clarification est de permettre le développement du passeur ainsi que la ligne offensive à pouvoir le protéger.



- **Restrictions spécifiques défensives :**

1. La **ligne défensive** doit être constituée de **3 ou 4 joueurs maximum**, et obligatoirement en position 3 ou 4 points d'appui.

Pénalité : Formation illégale, 5 yards depuis le point précédent, S19,

2. Seuls **4 joueurs maximum peuvent exercer une pression** sur le passeur sur un jeu de passe déclaré. Cela concerne seulement les 4 joueurs de la ligne défensive, ou, les 3 joueurs de la ligne défensive + 1 joueur du second rideau défensif également à l'intérieur de la tackle box, en position stationnaire, qui se sera obligatoirement **déclaré en gardant la main levée avant le snap** et jusqu'au blitz.

Ce joueur doit entrer dans l'un des trous en face de lui et ne pas croiser avec un homme de ligne défensif.

Pénalité : Restrictions défensive, 15 yards depuis le point précédent, S27, Le signal de faute concerne un acte antisportif, mais n'est pas appliqué au joueur concerné.

- **Règle 9.1.16 :**

Spécification pour les compétitions : lorsque de toute évidence un coup de pied de mêlée, (punt, coup de pied placé, transformation), va être donné, les restrictions défensives suivantes s'appliquent :

a. aucun joueur de défense ne pourra franchir de plus de 2 yards la ligne de mêlée en direction de l'en-but adverse,

b. le botteur devra botter la balle dans un tempo continu, Pénalité : a et b, procédure illégale et 5 yards depuis le point précédent, S19.

c. aucun adversaire ne heurtera en courant, ni ne brutalisera le botteur ou le placeur.

Pénalité : Restrictions défensive, 15 yards depuis le point précédent. Le signal de faute concerne un acte antisportif, mais n'est pas appliqué au joueur concerné,

d. si le snap est manqué et touche le sol il n'y aura pas de restriction défensive.

Le coup de pied doit se dérouler avec un rythme réaliste – le botteur doit pas attendre pour laisser ses coéquipiers mieux couvrir le coup de pied. Les retourneurs ne doivent pas être des joueurs de ligne (n° entre 50 et 79).

- **Clarifications sur la règle 9.1.16 :**

a. cela veut dire qu'aucun joueur de B ne peut mettre la pression ou monter de plus de 2 yards après la ligne de mêlée.

b. cela veut dire que lorsqu'une formation de coup de pied est en place, l'issue du jeu sera obligatoirement un coup de pied, les feintes pour un jeu de course ou un jeu de passe ne sont pas autorisées. Lorsque le tempo n'est pas respecté, et que le botteur n'exécute pas le coup de pied en suivant la réception de la balle, alors c'est une faute : procédure illégale et 5 yards depuis le point précédent, signal S19.

c. cela veut dire que tant que la formation reste celle d'un coup de pied, aucun contact avec le placeur ou le botteur n'est autorisé : heurter ou brutaliser le botteur ou le placeur, 15 yards de pénalité depuis le point précédent, avec le signal S27 car cela est considéré comme un acte d'anti jeu de la part de la défense. Par contre il n'est pas attribué de CNS contre le joueur ayant fait la faute.



d. cela veut dire que lorsque la balle ne va pas directement dans les mains du botteur, et qu'elle touche le sol, les restrictions défensives ne s'appliquent pas, et les joueurs de B peuvent rentrer et passer la ligne de mêlée de plus de 2 yards, et mettre la pression sur le botteur qui veut récupérer la balle.

Ce n'est pas pour autant que le botteur perd sa protection, et donc s'il récupère la balle et qu'il botte en suivant, alors il est toujours botteur. Par contre, s'il commence à courir (plus de 2 à 3 pas d'élan), alors il perd sa protection, même si il botte par la suite. Bien entendu, toute brutalité sur lui sera sanctionnée par une faute personnelle le cas échéant.

Formation de coup de pied :

Le botteur doit être positionné à 7 yards de la ligne de mêlée par définition. Etant donné que les restrictions sont mises en place pour le développement des botteurs et des centres, et afin que des jeux de "retour" puissent être joués, si le botteur est à 5 ou 6 yards, cela n'est pas bien "important", et il est préférable de participer au développement, à la protection des joueurs, plutôt que d'être stricte au niveau de ce point de règle.



Code d'éthique et formation des entraîneurs

Le football américain féminin doit être une vraie école de football en termes de jeu, mais aussi **d'éthique sportive de la part des éducateurs et des joueurs.**

Les sections féminines doivent se mettre en conformité avec le tableau des diplômes sous peine de sanctions.

L'ensemble des responsabilités suivantes s'applique à tous les entraîneurs :

1. Un Entraîneur en Chef (EC) doit avoir au moins 21 ans, il doit être présent à toutes les pratiques et à tous les matchs.
2. Un Entraîneur Adjoint (EA) doit avoir au moins 16 ans, il doit être inscrit dans le processus de formation fédérale.
3. L'EC détermine les assignations des EA.
4. S'il n'y a pas de Kinésithérapeute, un des entraîneurs doit posséder un diplôme médical (AFPS).
5. Lorsqu'un entraîneur est approuvé par la fédération, cette permission n'est valable que pour un an.
6. Les entraîneurs ne font pas les règles de l'équipe ou de la fédération. Néanmoins ils doivent les faire respecter. De plus, sur le terrain, ils doivent suivre précisément celles-ci.
7. L'EC est le responsable des actions de toutes les personnes (EA, parents, Kiné...) présentes lors de rassemblements liés au football américain.

Tous les entraîneurs sont régis par **le code de conduite** suivant et tout manquement à une règle entraîne des sanctions. Rappelez-vous que, en tant qu'EC, vous êtes responsable pour votre équipe. Les réactions de vos joueurs et de vos supporters seront en relation avec les vôtres.

1. S'assurer que les techniques enseignées sont autorisées par la règle de jeu.
2. Pas de tabac sur le bord de touche.
3. Ne pas permettre à un joueur non autorisé de jouer.
4. les entraîneurs doivent accepter toutes les décisions des arbitres.
5. Pas de critique des joueurs devant des spectateurs, toutes les remarques doivent être dites entre membres de l'équipe.
6. Ne pas critiquer les adversaires, les supporters adverses par des paroles ou des gestes.
7. Ne pas s'engager dans un coaching excessif sur le bord de touche et ne pas laisser les autres personnes non membre du staff sur le banc crier des instructions.
8. Etre capable de contrôler les personnes sur la ligne de touche. Tout supporter devenant une nuisance devra quitter le terrain.
9. Mettre l'accent sur le fait que la performance est le résultat de l'équipe.
10. Ne pas encourager son équipe à marquer beaucoup de points lorsqu'elle domine trop ; dans ce cas, l'EC doit faire jouer tous les joueurs.
11. Faire arrêter tout participant d'un entraînement et d'un match qui aurait un problème de santé.
12. Mettre l'accent sur le fait que les bons athlètes s'obligent à être aussi de bons élèves.
13. Faire en sorte que toute activité liée au football américain soit un exemple à suivre dans la vie et aide à développer une bonne santé.
14. Ne pas distribuer de médicaments ou de produits médicaux sans le consentement d'un médecin. Ne pas pratiquer d'actes para médicaux.
15. Ne pas utiliser de langage grossier.
16. Ne pas délibérément inciter à des comportements antisportifs.
17. Interdire l'usage de tabac, d'alcool ou de produits illégaux lors d'entraînements ou de réunions.

Le **code d'éthique** est mis en place pour bien définir les périmètres d'action de chacun (dirigeants, arbitres et entraîneurs) sur l'organisation du football américain féminin.



ANNEXE 1 : Tableau de la mise en conformité des diplômes par catégories.

**OBLIGATIONS POUR ENCADRER LES CATEGORIES
EN FOOTBALL AMERICAIN**

SAISON	CATEGORIES	RESPONSABLE	ENCADREMENT
2016/2017	+ 19 D1	CQP	CA 2
	+ 19 FEMININES	CA 3	CA 2
	+ 19 D2	CQP	CA 2
	+ 19 D3	CA 3	CA 2
	+ 19 REG	CA 2	CA 2
	U19	CA 3	CA 2
	U16	CA 3	CA 2
	U14 / U12	CA 2	CA 1
	U10	CA 2	CA 1
2017/2018	+ 19 D1	DES/DE/CQP	CA 3
	+ 19 FEMININES	CQP	CA 2
	+ 19 D2	DE/CQP	CA 3
	+ 19 D3	CQP	CA 2
	+ 19 REG	CA 3	CA 2
	U19	CQP	CA 2
	U16	CQP	CA 2
	U14 / U12	CA 2	CA 1
	U10	CA 2	CA 1
2018/2019	+ 19 D1	DES/DE/CQP Technicien	CA 3
	+ 19 FEMININES	CQP Technicien	CA 2
	+ 19 D2	DES/DE/CQP Technicien	CA 3
	+ 19 D3	CQP Technicien	CA 2
	+ 19 REG	CA 3	CA 2
	U19	CQP Technicien	CA 2
	U16	CQP Technicien	CA 2
	U14 / U12	CA 2 + CA Jeune	CA 1
	U10	CA 2 + CA Jeune	CA 1