

# LE JOURNAL OFFICIEL DU DISTRICT DU LOT DE FOOTBALL

PV n° 17 du 10 novembre 2020

# L'OFFICIEL LOTOIS

DISTRICT DU LOT DE FOOTBALL – F.F.F. – LIGUE D'OCCITANIE  
715, Côte des Ormeaux – BP. 21 – 46 001 – CAHORS Cedex 9



SECRETARIAT

OUVERTURE : lundi, mardi, jeudi et vendredi  
9 h 15 - 11 h 45 et 13 h 30 - 16 h 30



05 65 35 68 10



[secretariat@district-foot-lot.fff.fr](mailto:secretariat@district-foot-lot.fff.fr)



# COMMISSION DES JEUNES

## **FORMATION :**

Les modules U9 et U17/U19, prévu en présentiel durant le mois de novembre, ont été annulée par l'IR2F.

Nous proposons d'organiser cette formation à distance, elle sera organisée en 2 parties :

- 3 séquences en visioconférence via l'application StarLeaf sur les aspects théoriques :

### **Module U9**

- Le vendredi 20 novembre de 18h à 21h30
- Le samedi 21 novembre : de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h00

### **Module U17/U19**

- Le vendredi 27 novembre de 18h à 21h30
- Le samedi 28 novembre de 8h30 à 12h00 et 13h30 à 17h00

- 1 séquence pratique terrain (passage en situation des stagiaires)

Les mises en situation pédagogiques seront organisées un dimanche à la sortie du confinement, de 9 h 00 à 17 h 00 (date communiquée ultérieurement) avec un public d'application du club accueil de la formation.

Pour déclencher la formation, un minimum de 8 stagiaires sera nécessaire et la participation sera limitée à 12 stagiaires.

Afin de vous positionner sur l'une de ces formations, veuillez adresser un mail au secrétariat du District ([secretariat@district-foot-lot.fff.fr](mailto:secretariat@district-foot-lot.fff.fr)) en précisant votre nom/prénom, club, et le module visé.

**La date limite de positionnement pour le module U9 est fixée au mardi 10 novembre.**

\*\*\*\*\*

## **VISIOCONFERENCES :**

Dans notre mission d'accompagnement des clubs et afin de garder un lien durant cette période d'inactivité, le District du Lot organise des réunions à thématique en visioconférence via l'application StarLeaf, durant le mois de novembre, à destination des responsables ou dirigeants de clubs.

Les thématiques abordées seront les suivantes :

- Programme Educatif Fédéral : le samedi 14 novembre 2020 à partir de 10 h 00
- Le développement de la pratique Loisir : le mercredi 18 novembre à partir de 18 h 30
- Le Projet club : le mercredi 25 novembre à partir de 18 h 30

Afin de participer à ces réunions, veuillez consulter la démarche à suivre dans les différents articles qui seront publiés sur le site du District.

Un mail sera également adressé via la messagerie officielle des clubs.

En espérant que vous soyez nombreuses et nombreux à participer à ces différents temps d'échanges.

## DETECTION U13/U13 F :

La première journée de détection est programmée le samedi 5 décembre 2020 à Figeac et Gourdon (sous réserve que la pratique soit autorisée).

Vous voudrez bien lister les joueurs et joueuses que vous présentez à cette opération à l'aide du document joint au plus tard le 25 novembre 2020.

Le formulaire est à renvoyer à : [secretariat@district-foot-lot.fff.fr](mailto:secretariat@district-foot-lot.fff.fr)

District du Lot de Football

Saison 2020-2021



**Proposition des joueurs U13 (nés en 2008)  
et joueuses U13F (nées en 2008)**

Club : .....

### Détection le **SAMEDI 5 DÉCEMBRE 2020** à partir de 14h à Gourdon et Figeac

	NOM	Prénom	Né(e) le	Adresse complète	Tél.	Pied Fort (Droit ou Gauche)	Poste 1	Poste 2
1	.....	.....		..... .....				
2	.....	.....		..... .....				
3	.....	.....		..... .....				
4	.....	.....		..... .....				
5	.....	.....		..... .....				
6	.....	.....		..... .....				

Postes : Gardien (GB), Défenseur Central (DC), Défenseur Latéral Gauche (DLG), Défenseur Latéral Droit (DLD), Milieu Axial (MA), Milieu Défensif (M), Milieu Droit (MD), Milieu Gauche (MG) ou Attaquant (ATT).

Inscrire les joueurs par ordre de valeur

**RÉPONSE A DONNER AU DISTRICT avant le 25 novembre 2020**

Nom et signature

## **PPF - Détection U13 – U13F**

**Samedi 5 décembre 2020**

Le rendez-vous des joueurs(euses) est fixé à 14 heures pour débiter la détection à 14 h 30 précises.

Les joueurs(euses) devront se munir de leur tenue de footballeur (chaussures, short, maillot, chaussettes, K-way...), d'une gourde ou bouteille d'eau individuelle et d'un masque individuel (le protocole sanitaire en vigueur à ce moment-là pourra évoluer et devra être respecté).

Chaque club fournira 1 ballon taille 4 en bon état et convenablement gonflé pour 3 joueurs participants.

La liste des participants doit être retournée au District avant le 25 novembre 2020. Il n'y a pas de limitation en nombre mais les éducateurs doivent faire participer leurs « meilleurs » joueurs et joueuses.

Les joueurs U13 qui évoluent en U14R devront être listés et participeront au tour suivant et au dernier tour de détection (merci de préciser les noms des joueurs concernés).

Répartition des clubs :

<b><u>Centre de Gourdon</u></b>	<b><u>Centre de Figeac/Capdenac QF</u></b>
<b>Ent. Bouriane</b>	<b>Figeac QF</b>
<b>Cahors FC</b>	<b>AS Causse Limargue</b>
<b>Cazals-Montcléra</b>	<b>Biars/Bretenoux FC</b>
<b>ESCG</b>	<b>Elan Marivalois</b>
<b>FC Lalbenque-Fontanes</b>	<b>Ent. Ségala Foot</b>
<b>PPFC</b>	<b>FC Causse Sud 46</b>
<b>Psvd'Olt</b>	<b>Foot Azur</b>
<b>Quercy Blanc</b>	<b>Haut Célé FC</b>
<b>Valroc Foot</b>	<b>Labastide-Murat</b>

# INFORMATIONS GENERALES

## RAPPEL - ASSEMBLEE GENERALE :

L'Assemblée Générale (financière et élective) du District du Lot de Football, aura lieu en distanciel, le **SAMEDI 21 NOVEMBRE 2020, à partir de 10 heures.**

## INFORMATION DU CROS OCCITANIE :

Le CROS Occitanie propose une formation **gratuite et en visioconférence** intitulée « **Réussir au féminin pour une association en mixité** » à travers deux modules :

- Le 5 décembre 2020 (9h00 – 12h30/13h00) : **Module 1 « Moi : mieux me connaître pour gagner en impact et efficacité »**
- Le 12 décembre 2020 (9h00 – 12h30/13h00) : **Module 2 « Moi et l'autre : ma relation avec l'autre, le groupe »**

*Il est nécessaire d'avoir suivi le module 1 pour accéder au second module.*

## Pourquoi ? :

- La période élective dans laquelle nous nous engageons doit permettre de renforcer l'équilibre femmes/hommes au sein des instances dirigeantes.
  - A compétences égales, les femmes osent moins s'engager : dans ce contexte, la formation est un levier d'engagement pour développer votre potentiel individuel et optimiser votre efficacité en équipe.

## Pour qui ? :

- Toute personne motivée et impliquée dans le mouvement sportif ou plus généralement le mouvement associatif, et souhaitant gagner en confiance pour prendre davantage de responsabilités au sein d'une structure associative ou associative sportive (comité régional ou ligue, comité départemental, club).

Retrouvez les objectifs pédagogiques ainsi que le programme en PJ.

Pour toute information complémentaire, vous pouvez joindre Clémence COUDERT - 06 47 47 16 34 ([clemencecoudert@franceolympique.com](mailto:clemencecoudert@franceolympique.com)).



**CROS**  
**OCCITANIE**

**CROS OCCITANIE**  
7, Rue André Citroën  
31130 BALMA

Organisme de  
Formation déclaré sous  
le n° 76310917231



Contact :  
CROS Occitanie  
05 34 25 13 03

## Intitulé de la formation :

« Réussir au féminin pour une association en mixité ».

### Modules proposés :

- Module 1 : « Moi : mieux me connaître pour gagner en impact et efficacité »
- Module 2 : « Moi et l'autre : ma relation avec l'autre, le groupe »

Il est nécessaire d'avoir suivi le module 1 pour accéder au second module.

Formateur.s/rice.s : Expert.e. de Fémix'Sports

### Dates :

- Module 1 : le 5 décembre 2020
- Module 2 : le 12 décembre 2020

Horaires : 9h00-12h30 / 13h00

Lieu : Formation à distance en visioconférence (via le logiciel Zoom)

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

- ✓ Développez votre potentiel individuel
- ✓ Optimisez votre efficacité en équipe

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

A l'issue du MODULE 1, vous serez capable de :

- ✓ Mieux vous connaître dans l'exercice de votre activité de dirigeant.e
- ✓ Comprendre la part des émotions dans nos relations pour créer l'empathie
- ✓ Comprendre la dynamique des changements
- ✓ Etablir une communication constructive, même lorsqu'il faut « dire non »

A l'issue du MODULE 2, vous aurez :

- ✓ Réfléchi et pris conscience de votre fonction de dirigeant.e
- ✓ Acquis des attitudes et des méthodes visant à améliorer votre efficacité dans vos fonctions, à y être à l'aise
- ✓ Ouvert votre champ de vision pour utiliser aux mieux nos différences : en faire des leviers d'action au service de notre mission commune et de nos objectifs



**CROS**  
**OCCITANIE**

**CROS OCCITANIE**  
7, Rue André Citroën  
31130 BALMA

Organisme de  
Formation déclaré sous  
le n° 76310917231



Contact :  
CROS Occitanie  
05 34 25 13 03

## AU PROGRAMME

### Module 1 : « Moi : mieux me connaître pour gagner en impact et efficacité » (5 /12 /2020)

- ✓ Nos perceptions... et celles des autres (la réalité dépend du point de vue de l'observateur)
- ✓ Les 7 phases de la courbe du changement
- ✓ Les émotions
- ✓ La communication verbale et non verbale : les mots, le ton et l'intention, les postures et le non-dit
- ✓ La communication non violente : le modèle OSBD

### Module 2 : « Moi et l'autre : ma relation avec l'autre, le groupe » (12 /12 /2020)

- ✓ Qu'est-ce qu'être dirigeant.e ? Missions, activités, qualités
- ✓ Recadrer
- ✓ Les conflits : pourquoi ? comment en sortir ?
- ✓ Oser dire non