

Formation Provinciale des Jeunes Filles (FPJ)

2025-2026

- Introduction
- Trajet de la joueuse de talent
- Compétences de base recherchées
- Groupes cibles FPJ
- Programme de la saison FPJ
- WU10-WU13 : Détections provinciales
- WU10-WU13 : Activités provinciales
- Contenu de la séance d'entraînement
- Evaluations
- Vision de formation et principes de jeu
- Modèle de développement dans le jeu à 8
- Talent days
- Tournoi interprovincial
- Evaluations
- Le membre du staff ACFF
- Poursuite du parcours High Potentials WU14-WU15
- Détections et activités High Potentials
- Entrée au Foot-Féminin-Elite-Etudes

1. Introduction



La **Formation Provinciale des Jeunes Filles** (appelée également FPJ) de l'ACFF est la première étape de l'identification des « hauts potentiels sportifs » et leur accompagnement vers le Haut Niveau.

Tout en leur apportant une formation complémentaire, la FPJ prépare les joueuses les plus talentueuses aux **détections nationales** et alimente le centre **Foot-Elite-Etudes** et les équipes nationales belges des jeunes féminines, les **Belgian Red Flames**.



Trajet de la jeune footballeuse de talent



BELGIAN RED FLAMES

EQUIPES NATIONALES DE JEUNES RBFA

DÉTECTIONS NATIONALES RBFA

FOOT-ÉLITE-ETUDES

ACTIVITÉS HIGH POTENTIALS

DÉTECTIONS HIGH POTENTIALS

TALENT DAYS FPJ

ACTIVITÉS PROVINCIALES FPJ

DÉTECTIONS PROVINCIALES FPJ

FOOT4GIRLS

WU14

-

WU16

WU10

-

WU13

WU6

-

WU9

Compétences de base recherchées

Capacité d'apprentissage

Mentalité de vainqueur

Vision du jeu

Explosivité

Contrôle du corps & du ballon

Développement personnel



Ces compétences de base sont toutes importantes et sont observées lors des journées de détection

Groupes cibles FPJ

Toutes les **filles actives** au sein des clubs féminins et masculins de l'ACFF nées entre 2013 et 2016



WU13
(2013)

WU12
(2014)

WU11
(2015)

WU10
(2016)

Programme de la saison FPJ

01

DETECTION PROVINCIALE

- Septembre 2025 (WU10-WU11-WU12-WU13)
- Janvier 2026 (WU9-WU10-WU11)

02

ACTIVITES PROVINCIALES : ENTRAINEMENTS-MATCHS-STAGES

- 20 en 2025-2026

03

TALENT'S DAYS

- 21-12-2025
- 07-06-2026

04

TOURNOI INTERPROVINCIAL

- 31-05-2026

WU10-WU13 : Détections provinciales

Toutes filles nées entre 2013 et 2016 (WU13 à WU10) évoluant dans un club ACFF sont invitées par courrier postal à participer à une **journée de détection de talent** organisée par l'ACFF dans chaque province francophone. Cette activité est le premier screening pour la Formation Provinciale des Jeunes Filles.

Le contenu de la journée de détection : Ateliers techniques, jeu de position et formes de match à 5c5 et/ou 8c8.

En janvier 2026, une nouvelle journée de détection provinciale est organisée pour les WU11 (2014), WU10 (2015) et WU9 (2016) !



WU10-WU13 : Détections provinciales_1er trimestre

Détections provinciales WU10-WU13

Province	Date		Catégorie	Horaire	Adresse
FPJ_Brabant wallon	Mercredi	17-sept-25	WU12-WU13	17:30 - 19:30	Proximus basecamp - Rue de Bruxelles 480 - 1480 Tubize
		17-sept-25	WU10-WU11	17:30 - 19:30	
FPJ_Bruxelles	Mercredi	17-sept-25	WU12-WU13	16:00 - 18:00	Complexe du Vogelzang : Rue Chant d'Oiseaux - 1070 Anderlecht
		24-sept-25	WU10-WU11	16:00 - 18:00	
FPJ_Hainaut	Mardi	16-sept-25	WU12-WU13	18:15 - 20:15	Centre Provincial Hainaut : Chaussée de Maubeuge 596 - 7024 Ciply
		23-sept-25	WU10-WU11	18:15 - 20:15	
FPJ_Liège	Mercredi	17-sept-25	WU12-WU13	16:00 - 18:00	SL16 Campus : Allée du Bol d'Air 11 - 4031 Angleur
		24-sept-25	WU10-WU11	16:00 - 18:00	
FPJ_Luxembourg	Mercredi	17-sept-25	WU12-WU13	17:30 - 19:30	Centre Provincial Luxembourg : Rue des Hès - 6840 Longlier
		24-sept-25	WU10-WU11	17:30 - 19:30	
FPJ_Namur	Mercredi	17-sept-25	WU12-WU13	17:30 - 19:30	Centre Provincial Namur : Allée des Foires - 5590 Ciney
		24-sept-25	WU10-WU11	17:30 - 19:30	

WU10-WU13 : Activités provinciales

Les **activités provinciales** de la FPJ ont pour but :

- d'apporter une **formation complémentaire** aux jeunes filles
- de **préparer** les plus talentueuses pour les détectations nationales finales et les tests d'entrée du centre Foot-Féminin-Elite-Etudes ACFF.



Les activités provinciales de la FPJ sont :

- des **séances d'entraînement** visant à l'amélioration individuelle de chaque fille, surtout d'un point de vue technique et tactique (Basics & Teamtactics)
- des **oppositions formatives** contre une autre province (ou équipe de garçons)

Activités provinciales : Contenu de la séance

01

ECHAUFFEMENT (10')

- Maniement du ballon
- Coordination

02

PASSING (15') ou RONDO (15')

- Forme Y - Losange
- 3v3 + 4N / 4v4 + 3 N

03

3-4 ATELIERS SUR UN LES PRINCIPES DE JEU A 8 (3-4 x 15')

- 1-2 Formes intermédiaires (Jeu de position / Multi SkillZ Foot / Passing / Dribble / Finition)
- 1-2 Formes de Match
- Jonglage (différentes tâches)

04

COOLING DOWN (5')

Le développement individuel de la joueuse au premier plan !

Vision de formation

- Formation INDIVIDUELLE de la joueuse et non formation d'une équipe
- Les principes de jeu comme fil conducteur
- Jeu court et « focus » sur les qualités techniques et tactiques (Basics/Teamtactics)
- Espaces réduits et « focus » sur la vitesse d'exécution



LA FORMATION DES JEUNES EN ACFF



Vision de formation : Les principes de jeu

B+ : 3 PRINCIPES EN POSSESSION DE BALLE (Football à 8)			
PRINCIPES	SOUS-PRINCIPES : TEAMTACTICS	SOUS-SOUS PRINCIPES : BASICS	
P 1+ Maîtriser la possession	SP 1 : Disponibilité et circulation de balle progressive (sans perte de balle stupide) avec participation active du gardien de but ➤ Disponibilité : création d'espace en largeur et en profondeur ➤ Circulation de balle : progressive vers l'avant entre les lignes de l'adversaire ➤ Circulation de balle : avec vitesse et précision ➤ Circulation de balle : jeu en triangle – passes In & Out ➤ Circulation de balle : renversement vers la zone faible de l'adversaire	B+ : joueur sans ballon ➤ Se rendre libre et jouable B+ : joueur avec ballon ➤ Passes + contrôle orienté si nécessaire	B+ → B- : Faire le bon choix individuellement et collectivement B+ → B- Anticiper/ réagir à la perte de balle
P2+ S'infiltrer avec ou sans ballon	SP 2 : Créer le surnombre et/ou un déséquilibre chez l'adversaire : ➤ Par une infiltration efficace sans ballon dans l'espace et au bon moment ➤ Par une infiltration efficace avec ballon pour gagner du terrain ou fixer l'adversaire	B+ : joueur sans ballon ➤ Se rendre libre et jouable B+ : joueur avec ballon ➤ Conduite ➤ Dribble + contrôle orienté si nécessaire	
P 3+ Finir les actions	SP 3.1 : se créer une occasion par une action individuelle / collective ➤ Avec ballon par un geste technique ➤ Sans ballon par un appel suite à une passe profonde ➤ Sans ballon par une occupation au 1 ^{er} , au 2 ^{ème} piquet et 8m SP 3.2 : Finir ➤ Par une frappe ou sur centre ➤ Par un duel face au gardien de but	B+ : joueur sans ballon ➤ Se rendre libre et jouable B+ : joueur avec ballon ➤ Tir au but ➤ Passe ➤ Dribble - Conduite + contrôle orienté si nécessaire	

Vision de formation : Les principes de jeu

B- : 3 PRINCIPES EN PERTE DE BALLE (Football à 8)

PRINCIPES	SOUS-PRINCIPES : TEAMTACTICS	SOUS-SOUS PRINCIPES : BASICS	
P 4 - Maîtriser la possession de l'adversaire et viser la récupération du ballon	SP 4.1 : Maîtriser la progression de l'adversaire ➤ Former un bloc compact – fermer les espaces de jeu (avec position haute du gardien selon la position du bloc) SP 4.2 : Viser la récupération collective du ballon	B- : en fonction du ballon, du joueur avec ballon et du but ➤ Positionnement entre l'adversaire et le but ➤ Cadrage , pressing positif/négatif, recul frein ➤ Interceptor avant/après le contrôle de balle B- : situations sans ballon ➤ Fermer les angles de jeu ➤ Couverture mutuelle	B- : Faire le bon choix individuellement et collectivement B- →B+ Exploiter efficacement la récupération du ballon
P 5 - Empêcher les infiltrations de l'adversaire et viser la récupération du ballon	SP 5.1 : Empêcher l'infiltration de l'adversaire avec et sans ballon : fermer l'axe et les espaces d'infiltration de l'adversaire SP 5.2 : Récupérer le ballon via un duel ou une interception	B- : en fonction du ballon, du joueur avec ballon et du but ➤ Positionnement entre l'adversaire et le but ➤ Cadrage , pressing positif/négatif, recul frein ➤ Interceptor avant/après le contrôle de balle B- : situations sans ballon ➤ Fermer les angles de jeu ➤ Couverture	
P 6 - Empêcher la finition de l'adversaire	SP 6.1 : empêcher l'occasion de but de l'adversaire ➤ Empêcher le centre, la passe ou la frappe ➤ Marquage serré dans la zone de vérité (Split-Vision) ➤ Occupation efficace au 1 ^{er} , au 2 ^{ème} piquet et 8m lors d'un centre SP 6.2 : empêcher de finir ➤ En barrant toute tentative au but sur une frappe ou sur centre ➤ En gagnant son duel (par le gardien de but)	B- : en fonction du ballon, du joueur avec ballon et du but ➤ Positionnement entre l'adversaire et le but ➤ Cadrage , pressing positif, recul frein ➤ Interceptor avant/après le contrôle de balle ➤ Contrer la frappe (tir au but) / le centre B- : situations sans ballon ➤ Fermer les angles de jeu ➤ Marquage strict ➤ Couverture	

Modèle de développement en jeu à 8

Occupation du terrain en 8 c 8 :

WU10-WU11: double losange (50m sur 35m)

WU12-WU13: double losange (60m sur 45m)

Gardien de but

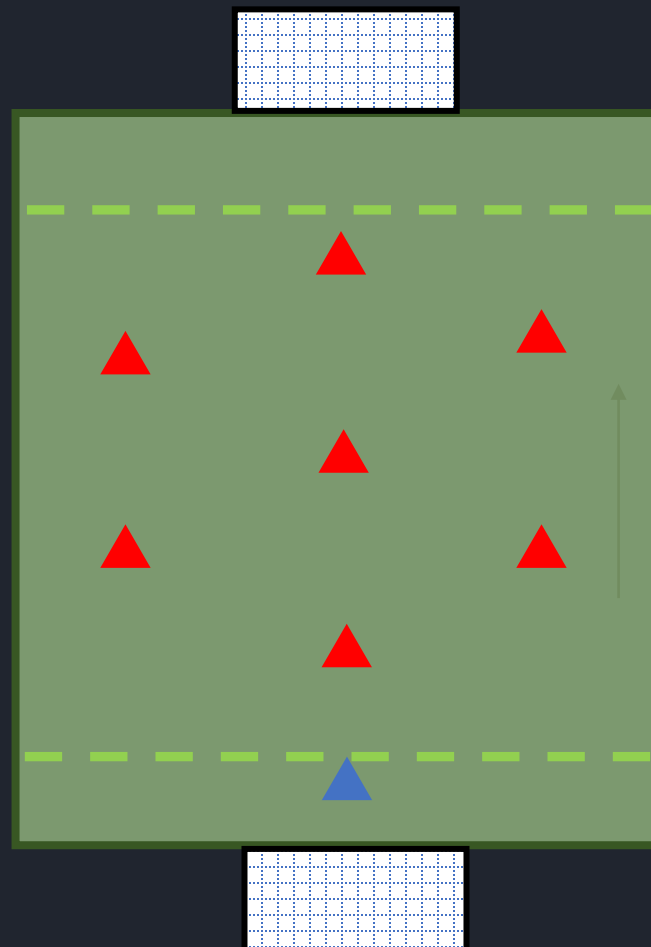
- Réaction rapide sur tentative au but et 1c1
- Interception précise de la passe profonde et du centre
- Jeu au pied sous pression (court et mi-long) : passe de construction

Défenseur latéral

- 1c1 défensif au sol
- Infiltration balle au pied + centre
- Passe de construction diagonale (courte et mi-longue)

Défenseur central

- 1c1 défensif
- Passe de construction diagonale
- Infiltration balle au pied + passe



Milieu de terrain

- Récupération de balle (duel et interception)
- Disponibilité
- Passe de construction, de finition
- Infiltration (avec et sans ballon) + passe ou tir

Attaquant latéral

- Action individuelle (dribble, 1c1)
- Déborder centrer, rentrer frapper
- disponibilité sur flanc
- Attaquant de pointe
- Efficacité en finition
- Disponibilité dans le dos de la défense
- Jeu dos au but

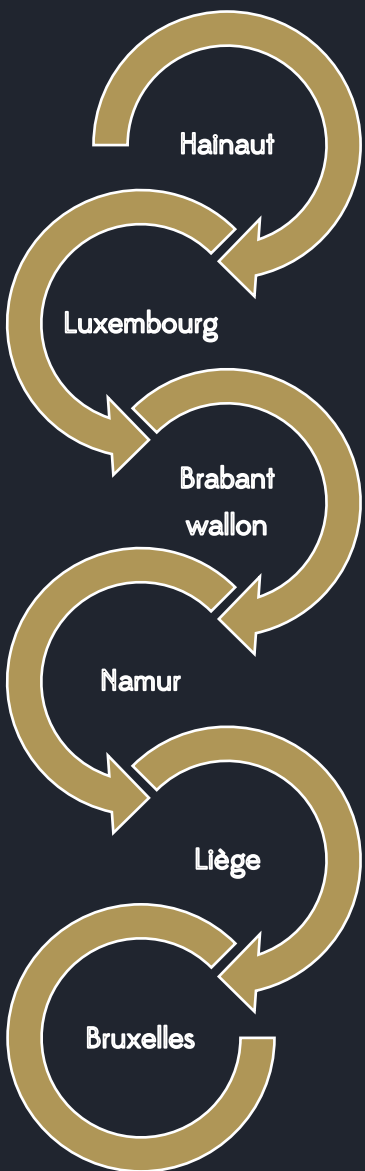
WU10-WU14 : Talent Days ACFF



L' ACFF souhaite mettre en valeur ses jeunes footballeuses les plus talentueuses en les réunissant le temps d'une journée au *Proximus basecamp* de Tubize, centre d'entraînement des Diables Rouges et des Red Flames. En permettant aux meilleures joueuses de s'entraîner avec les meilleures de leur âge, l'ACFF espère entretenir la motivation de chacune d'elles à devenir meilleure encore et à intégrer un jour le centre Foot-Elite-Etudes ou une des équipes nationales belges de jeunes. C'est ainsi que les joueuses qui obtiennent les meilleures évaluations lors des activités provinciales sont invitées aux **Talent Days ACFF** les 21 décembre 2025 - 07 juin 2026.

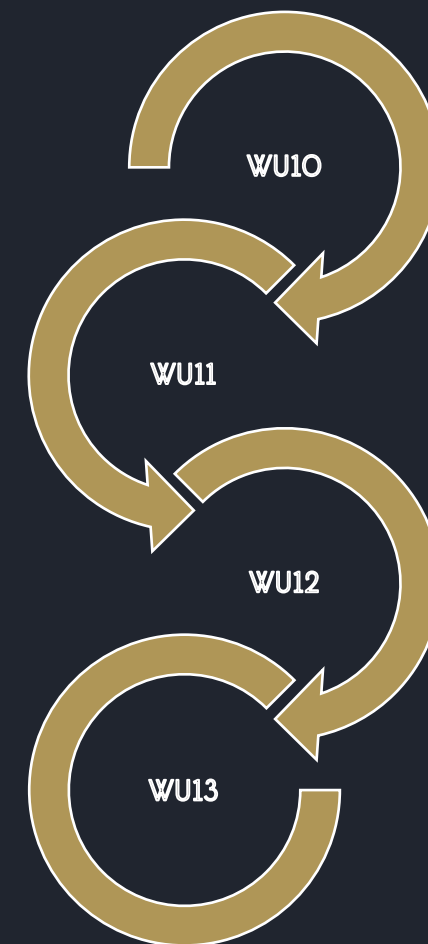


WU10-WU13 : Tournoi interprovincial 2026



31 mai 2026

Proximus basecamp Tubize



Après chaque détection, entraînement, match, tournoi et stage, les formateurs ACFF évaluent les filles présentes sur les critères suivants ;

01

TECHNIQUE

- Contrôle orienté en mouvement dans le bon espace
- Conduite de balle – infiltration balle au pied
- Passe efficace (appuyée, bons timing et espace, pied faible)
- 1c1 offensif (dribble)

02

TACTIQUE

- Prise d'information (scanning) et bon choix
- Disponibilité (creation d'espace pour soi-même / autres)
- Réalise les tâches selon le poste
- Reconversion offensive / défensive

03

PHYSIQUE

- Capacité d'endurance – volume
- Vitesse / Explosivité
- Athlétique (Grande taille – Duel)
- Agilité

04

MENTAL

- Leadership
- Audace / Créativité
- Fighting spirit / Mentalité de vainqueur
- Capacité d'apprentissage

Le membre du staff ACFF

L'ESPRIT

- respect de chaque joueuse
- respect du temps de jeu en match
- insuffler de la confiance à son groupe
- ne pas se laisser influencer lors de ses choix de sélection
- collaborer avec les responsables sportifs et administratifs

L'ATTITUDE

- garant de l'image l'ACFF
- ponctualité
- respect des intervenants
- dynamisme et positivité lors des séances
- analyse concrète et posée lors des débriefings

LES MISSIONS

- suivre le projet sportif de l'ACFF
- faire l'évaluation de chaque séance
- assister aux réunions et activités programmées
- préparer les séances d'entraînements en respectant les critères établis

L'ENGAGEMENT

- loyauté vis-à-vis de l'ACFF
- respect des critères de discrétion et de déontologie à tous les niveaux (clubs)
- en cas d'engagement au sein d'un club, scinder les fonctions et garder sa neutralité. Distinction claire de votre fonction au sein de la FPJ et votre club (débauchage)

Poursuite du parcours après le FPJ



acff

association des clubs francophones de football

BELGIAN RED FLAMES

EQUIPES NATIONALES DE JEUNES RBFA

DÉTECTIONS NATIONALES RBFA

FOOT-ÉLITE-ETUDES

ACTIVITÉS HIGH POTENTIALS

DÉTECTIONS HIGH POTENTIALS

TALENT DAYS FPJ

ACTIVITÉS PROVINCIALES FPJ

DÉTECTIONS PROVINCIALES FPJ

FOOT4GIRLS

WU14

-

WU16

WU10

-

WU13

WU6

-

WU9

Groupes cibles High Potentials

Toutes les **filles actives** au sein des clubs féminins et masculins de l'ACFF nées entre 2010 et 2011

WU14
(2012)

WU15
(2011)

Détections et activités High Potentials (entraînements + matchs + Stages)



WU14 : Détections et activités High Potentials

Toutes les filles nées en 2012 (WU14) évoluant dans un club ACFF sont invitées par courrier postal à participer aux **journées de détection de talent WU14** organisées par l'ACFF au *Proximus basecamp* de Tubize ;

- 15/10/2025 : journée de qualification
- 05/11/2025 : journée finale

Les joueuses qui obtiennent les meilleures évaluations lors de la journée finale de la détection de talent sont sélectionnées pour suivre le trajet suivant ;

1. Activités High Potentials ACFF * (entraînements – stages – matchs)
2. Tests d'entrée Foot-Elite-Etudes ACFF
3. Détection nationale WU14 RBFA

Les **activités High Potentials ACFF** visent à préparer les joueuses les plus talentueuses à la détection nationale RBFA et aux tests d'entrée du centre Foot-Elite-Etudes.



WU15 : Détections et activités High Potentials

Toutes les filles nées en 2011 (WU15) évoluant dans un club ACFF sont invitées par courrier postal à participer aux **journées de détection de talent WU15** organisées par l'ACFF au *Proximus basecamp* de Tubize ;

- 21/01/2026 : journée finale

Les joueuses qui obtiennent les meilleures évaluations lors de la journée finale de la détection de talent sont sélectionnées pour suivre le trajet suivant ;

1. Activités High Potentials ACFF * (entraînements – stages – matchs)
2. Tests d'entrée Foot-Elite-Etudes ACFF
3. Détection nationale WU15 RBFA

Les **activités High Potentials ACFF** visent à préparer les joueuses les plus talentueuses à la détection nationale RBFA et aux tests d'entrée du centre Foot-Elite-Etudes.



Entrée au Foot-Élite-Études



acff

association des clubs francophones de football

BELGIAN RED FLAMES

EQUIPES NATIONALES DE JEUNES RBFA

DÉTECTIONS NATIONALES RBFA

FOOT-ÉLITE-ETUDES

ACTIVITÉS HIGH POTENTIALS

DÉTECTIONS HIGH POTENTIALS

TALENT DAYS FPJ

ACTIVITÉS PROVINCIALES FPJ

DÉTECTIONS PROVINCIALES FPJ

FOOT4GIRLS

WU14

-

WU16

WU10

-

WU13

WU6

-

WU9

Objectifs du Foot-Féminin-Élite-Études (FFEE)

- Accélérer le développement footballistique des jeunes footballeuses talentueuses par une formation complémentaire à celle du club (10 à 12 heures de pratique hebdomadaire supplémentaire).
- Garantir aux jeunes filles une formation académique adéquate par des études secondaires qui débouchent sur des titres équivalents en nature et en qualité à ceux obtenus par les autres élèves de ce même enseignement.
- Encourager et aider de plus en plus de joueuses francophones à progresser et à pouvoir prétendre intégrer un jour les effectifs des équipes nationales belges de football.
- Accompagner, préparer et responsabiliser les élèves-footballeuses pour qu'elles atteignent leurs meilleurs niveaux sportif ET scolaire!



Conditions d'admission au Foot-Féminin-Élite-Études (FFEE)

Pour intégrer le centre de Foot-Féminin-Elite-Etudes, la jeune footballeuse doit :

- Être inscrite comme élève régulière au 2ème ou au 3ème degré (3, 4 et 5èmes années) de l'enseignement secondaire Général ou Technique de Transition voire Technique de Qualification.
- Participer aux tests de sélection* et y obtenir un avis favorable octroyant un statut d'Espoir sportif auprès de la Commission d'avis du Ministère des Sports de la Fédération Wallonie-Bruxelles.

* Tests de sélection:

- Peuvent participer aux tests de sélection en mars 2026, les filles ayant été sélectionnées aux détections nationales RBFA, suite à des évaluations positives lors des activités High Potentials Wu14-WU15 ACFF
- Peuvent bénéficier d'une Wildcard pour intégrer directement le centre FFEE, les joueuses faisant partie intégrante du noyau de l'équipe nationale belge des jeunes WU15, WU16, WU17

