

<b>FOOTBALL A 5 - U10F et U11F</b> <i>FEUILLE DE PLATEAU</i>	PHASE	SECTEUR	DATE
	2		28-nov-20

Club recevant



Clubs présents (indiquer les clubs présents y compris le club organisateur)	Nombre d'équipes	Nombre de joueurs	Observations (clubs absents, remarques sur le déroulement...)

### Les caractéristiques

Espaces de jeu : 35 à 40 x 25 à 30 m	Pratique : 5 contre 5 avec gardien
Début du plateau : 10h30 Durée totale du plateau : 50' maximum	Ballon : Taille 3 recommandé - Taille 4 toléré
Rentrée de touche en "conduite de balle" ou par une passe au pied	
<b>Nouveautés :</b> Surface de réparation à 8 m // Relance protégée du gardien dans la zone des 8 m- Aucun adversaire dans la zone des 8 m quand le gardien a le ballon, seuls les partenaires peuvent venir.//Relance à la main ou au pied au sol uniquement, relance de volée interdite.	
Objectif 100% de temps de jeu pour tous les enfants - Possibilité de faire des équipes avec des joueurs de plusieurs clubs.	

Jeu à mettre en place le samedi 28 novembre 2020.

## Jeu 19 : Ballon au capitaine

### Catégorie U10F-U11F

Découverte de la cible

Découverte de l'adversaire

Reconnaître le partenaire

Développement moteur

- Conduite de balle
- Déplacement ballon
- Déplacement du joueur sans ballon

#### Organisation

Espace	Effectif
25 x 15 m	5
	5

  

Matériel par terrain	
4	10'
10	
5/5	

#### Schéma

#### Objectifs

**Consignes**

Chaque équipe doit trouver, par un jeu de passes à la main, son capitaine derrière la ligne blanche. Interdiction de courir avec le ballon et de toucher le porteur du ballon (distance = 1M) Ballon par terre = rendu à l'adversaire

**But et objectifs**

- 1 point = trouver le capitaine par une passe
- Coopérer avec le partenaire

#### Variables

- Jouer avec le pied
- Ballon joué à hauteur d'épaule maximum
- Divisé la zone du capitaine en 3 parties, avec un nombre de points par zone

#### Méthode pédagogique

Active  
Faire répéter l'action  
Questionner / Orienter

#### Veiller à .....

L'occupation de l'espace  
Du choix de passe  
Compter les points et inverser les rôles

Parcours à mettre en place.

MISE EN PLACE - ORGANISATION

<b>Caractéristique:</b>	Le premier joueur conduit le ballon entre les plots, effectue un une / deux avec la planche, conduit le ballon entre les plots et choisit d'aller soit à droite pour frapper du droit ou à gauche pour frapper du gauche. Il prend la place de son partenaire dans le but.	<b>Période de mise en place:</b>	Novembre
<b>Règles:</b>		<b>Objectif:</b>	Coordination Conduite de balle
		<b>Remarque:</b>	Faire partir toutes les 5 secondes les joueurs. Penser à apporter de nombreuses variantes. La planche peut être remplacé par un joueur.

Organisation	
Surface	
Long	
Larg	
Diam	
Matériel	
	1
	2
	7
	1
	2 ou 3

Cette feuille est à renvoyer au DOF dans les 48 heures qui suivent le plateau par le club recevant.