



FEUILLE DE PLATEAU

FOOTBALL EDUCATIF - U10F et U11F

RIRE-APPRENDRE-JOUER

PHASE	SECTEUR	DATE
2		28-janv-23

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	
Nouveautés : 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.

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

Jeu à mettre en place

U10F-U11F

CALENDRIER DE LA SAISON U8/U9
L'ENFANT AU CŒUR DU JEU
FORMES DE PRATIQUE
LES CONTENUS
RÔLE DE L'ENCADREMENT
JEU ET SITUATIONS DE RÉFÉRENCE (1/14)

THÈME 1 : OCCUPATION DE L'ESPACE

PÉRIODE 1 SEPTEMBRE > TOUSSAINT

On a le ballon	Conserver / Progresser	Déséquilibrer / Finir
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

ORGANISATION

ESPACE	EFFECTIF
 L 30m x l 20m L = Longueur • l = largeur	5 X 5 X
MATÉRIEL PAR TERRAIN	TEMPS DE JEU
8 X 6 X 5/5 X	12 X 0 X 10'
DEGRÉ DE DIFFICULTÉ	★★★★★

SCHEMA

> Conduite de balle
 > Déplacement du joueur sans ballon - - - -
 > Passe courte
 > Passe longue

DÉROULEMENT

CONSIGNES

Transmettre le ballon au capitaine dans les 2 mini-buts.

Chaque capitaine peut se déplacer en fonction du ballon entre l'un des deux mini-buts.

Jeu libre, 4 c 4 en zone axiale.

BUTS

1 point : transmettre le ballon au capitaine situé dans 1 des 2 mini-buts.

3 points : si, lorsque le ballon est transmis au capitaine, les 2 zones (A/B) sont occupées minimum par un joueur.

ADAPTATION DE L'EFFECTIF	VARIANTES	ANIMATION	VEILLER À...
• 6 joueurs = mettre 2 capitaines	• 3 passes maximum par zone	• Active • Laisser jouer / Observer / Questionner	• Changer le capitaine / Compter les points / Valoriser ... • Occuper les 2 zones (A/B) lorsque mon équipe est en possession du ballon : 1 joueur minimum dans chaque zone (pas d'obligation)

Parcours à mettre en place.

<p>Caractéristique:</p> <p>Règles: Le premier joueur fait rouler le ballon entre les cerceaux, et met le pied droit dans les cerceaux situés à droite, et le pied gauche dans les cerceaux situés à gauche. Il récupère le ballon et le conduit dans la "forêt" de plots, enchaîne en slalomant entre les constri-foot. Il finit par une frappe sur le but. Il prend ensuite la place de son camarade dans les buts.</p>	<p>Période de mise en place: Mars - Avril</p> <p>Objectif: Coordination Conduite de balle</p> <p>Remarque: Faire partir toutes les 5 secondes les joueurs. Penser à apporter de nombreuses variantes.</p>
--	--

Organisation	
Surface	
Long	
Larg	
Diam	
Matériel	
	5
	9
	5
	2 ou 3