



# U7 / U9

# PHASE 2

SAISON 2017/2018

## Calendrier de la deuxième phase

13-14/01/2018	<b>PLATEAU EN SALLE (Selon disponibilités de gymnases)</b>	
20-21/01/2018		
27-28/01/2018		
03-04/02/2018	<b>P1 Formation U7 Soings</b>	<b>P1</b>
10-11/02/2018		
17-18/02/2018	<b>P2</b>	<b>P2</b>
24-25/02/2018		
03-04/03/2018		
10-11/03/2018		
17-18/03/2018	<b>P3</b>	<b>P3</b>
24-25/03/2018		
31/03-01/04/2018 (Pâques)		
07-08/04/2018	<b>P4</b>	<b>P4</b>
14-15/04/2018	<b>P5</b>	<b>P5</b>

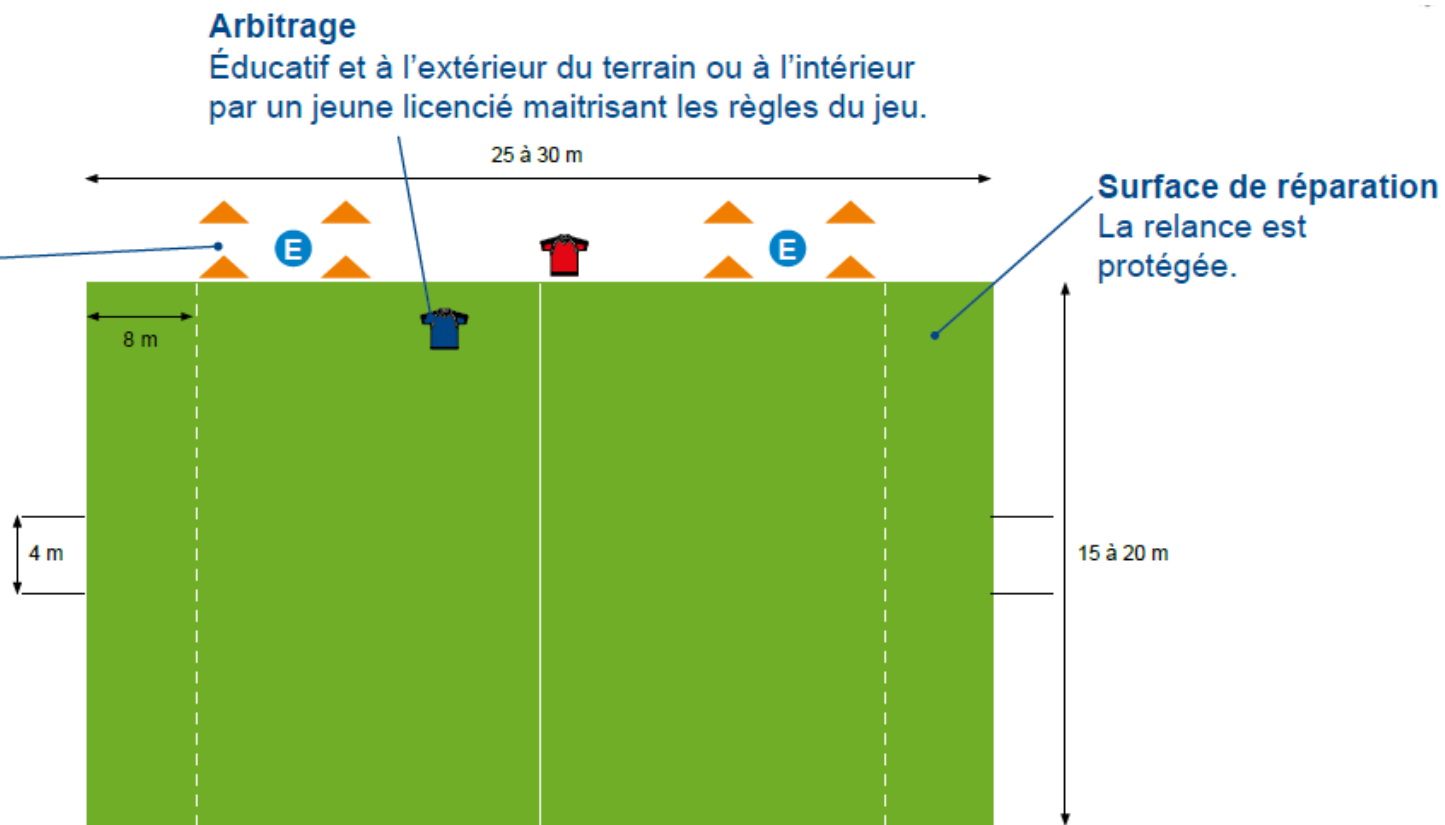
21-22/04/2018	<b>P6</b>	<b>P6</b>
28-29/04/2018		
M. 01/05/2018		
05-06/05/2018		
M. 08/05/2018		
12-13/05/2018 (Ascension)		
19-20-21/05/2018 (Pentecôte)		
26-27/05/2018		
02-03/06/2018	<b>P7</b>	<b>P7</b>
09-10/06/2018	<b>JND</b>	
16-17/06/2018		
23-24/06/2018		

# 1 U7



**Maison d'accueil**

L'éducateur se situe dans cet endroit délimité par 4 coupelles afin d'accueillir ses joueurs. Cette zone fait office de « banc de touche ».



**Arbitrage**

Éducatif et à l'extérieur du terrain ou à l'intérieur par un jeune licencié maîtrisant les règles du jeu.

**Remise en jeu sur sortie en touche**

2 choix s'offrent au joueur :

- 1 - Il effectue une passe
- 2 - Il rentre dans le jeu en conduite de balle,

**Attention :** interdiction de marquer sur une touche directe.

## LOIS DU JEU – LES POINTS CLÉS

**Préconisation : tacles interdits**

<b>TERRAIN</b>	Largeur : 15 mètres      Longueur : 25 mètres Largeur : 20 mètres      Longueur : 30 mètres Surface de réparation = zone aux 8 mètres	pratiques 3 x 3 sans GB pratiques 4 x 4 avec GB
<b>BUTS</b>	4 m x 1 m 50 (hauteur d'un constri-foot)	
<b>BALLON</b>	T3 ou T4	
<b>NOMBRE DE JOUEURS</b>	3 x 3 (sans GB)      4 x 4 (avec GB) <b>Participation de tous</b> 2 U8 autorisés par équipe (sous classement)	
<b>TOUCHE</b>	Au pied, sur passe au sol ou conduite (parents-ballons)	

## LOIS DU JEU – LES POINTS CLÉS

<b>TEMPS DE JEU</b>	40 minutes (discontinu)    4 x 10 minutes    3 matchs et 1 jeu    Pause de 5' après 2 rotations
<b>HORS-JEU</b>	NON
<b>RELANCE GB</b>	Relance protégée aux 8 mètres Relance de volée et de ½ volée interdite
<b>COUP D'ENVOI</b>	Interdit de marquer sur l'engagement Adversaires à 4 m
<b>EQUIPEMENTS</b>	Maillots dans le short / Chaussettes relevées en dessous des genoux Protège-tibias obligatoires / Tip top doivent être placés sous les chaussettes



## LES DÉFIS – PHASE 2

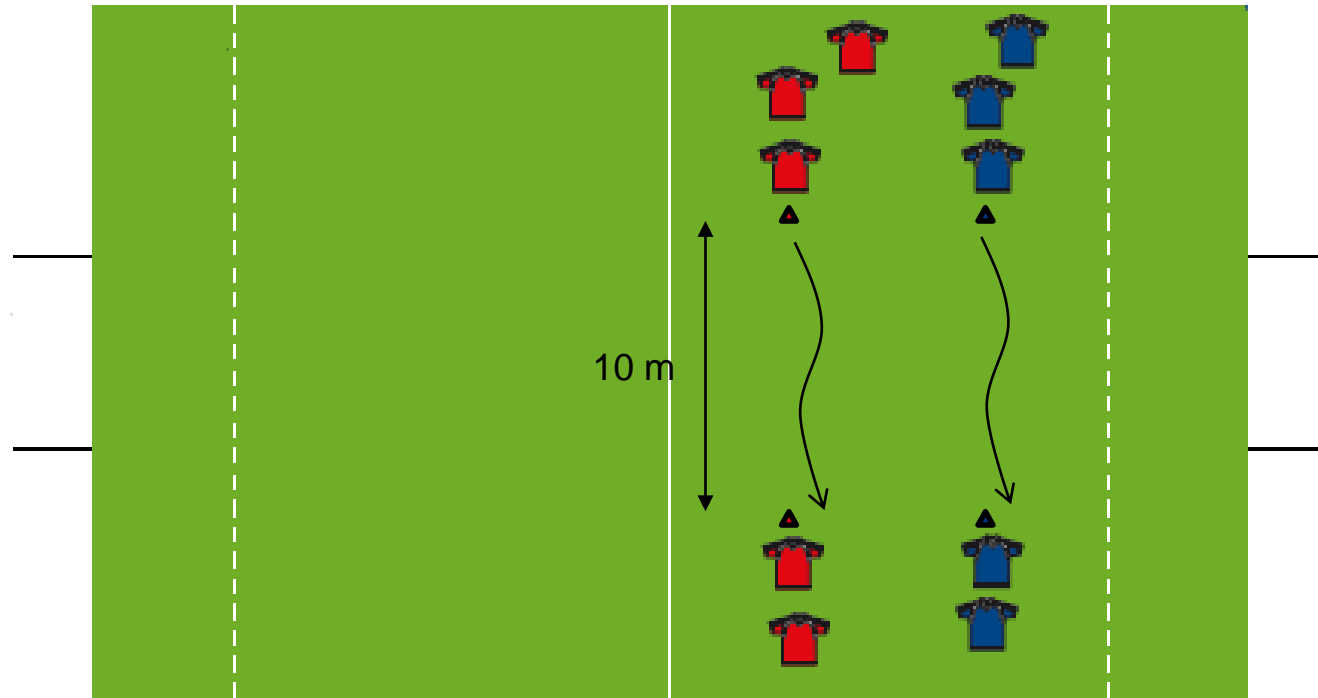
Phase 2 (de janvier à juin)	
<b>Période 3</b> vac. Noël à vac. févr.	Manche 1 : <b>Défi 2</b> Manche 2 : <b>Défi 2</b>
<b>Période 4</b> vac. févr. à vac. avril	Manche 1 : <b>Défi 2</b> Manche 2 : <b>Défi 2</b>
<b>Période 5</b> vac. avril. à vac. juillet	Manche 1 : <b>Défi Relais</b> Manche 2 : <b>Défi Relais</b>

## Défi Relais

### 10 minutes : exemples

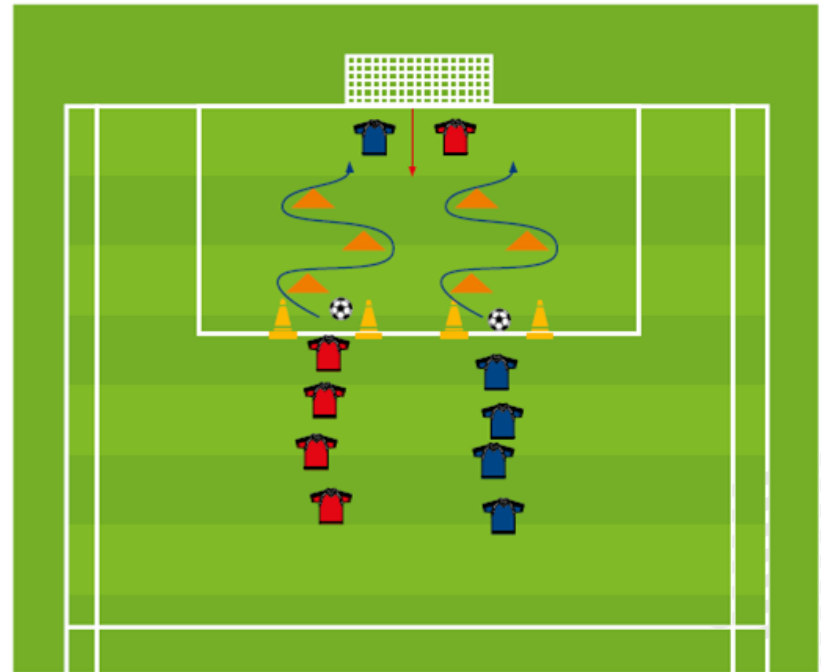
- > manche sans ballon
- > manche avec ballon à la main, sous le bras
- > manche avec ballon au dessus de la tête
- > manches avec ballon au pied

- > Au signal de l'éducateur (varier le signal : visuel, auditif, au toucher...), le premier de chaque équipe doit aller taper dans la main du partenaire en face de lui, qui en fera de même.
- > L'équipe qui aura terminé en première remporte la manche
- > Faire passer un joueur plusieurs fois si une équipe est en infériorité numérique



## DÉFI 2 PHASE 2 (de janvier 2017 à juin 2017)

- > Les duos s'affrontent sur un parcours de dribble + tir de précision
- > Chaque duo dispute 4 manches (2 à gauche, 2 à droite)
- > La 1<sup>ère</sup> et la 3<sup>ème</sup> sont des manches découvertes
- > La 2<sup>ème</sup> et la 4<sup>ème</sup> sont des manches comptabilisées
- > On place le gardien sur chaque moitié du but
- > Le but est validé si le tir est effectué avant la ligne des 5,50 m





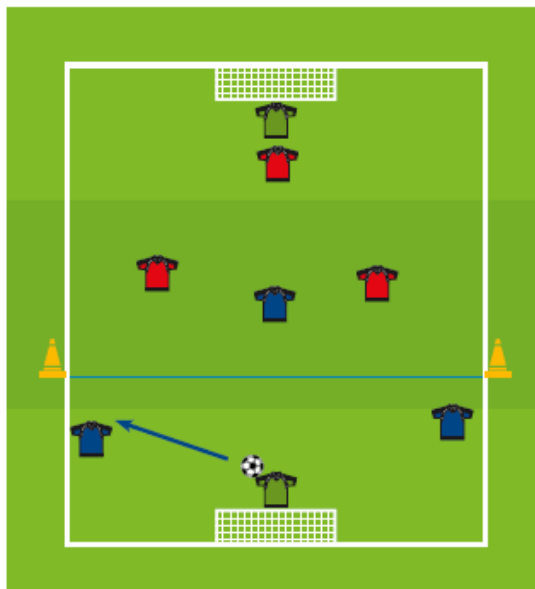
# AMELIORATION DE LA CONSTRUCTION DU JEU

## RELANCE PROTÉGÉE AUX 8 MÈTRES

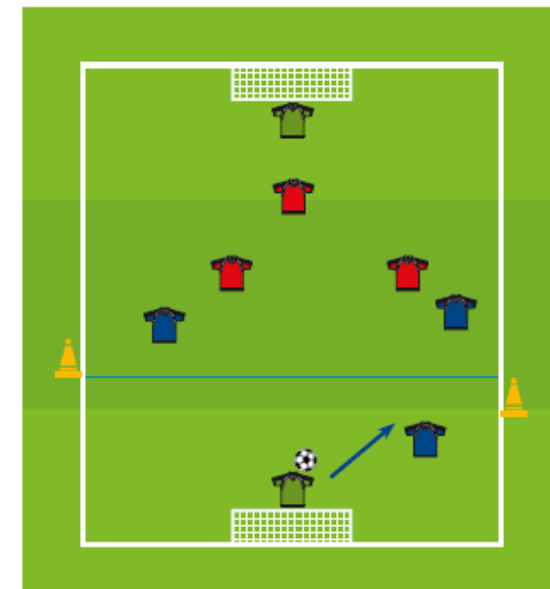
### Relance du gardien

- > Position de l'équipe (éveil à l'occupation de l'espace)
  - Triangle pointe haute / Triangle pointe basse (notions géométriques : repères visuels)
- > Orientation (corps) en direction de la cible à atteindre (s'éloigner de la ligne des 8 mètres donc de l'adversaire afin de garder le temps de confort pour progresser en passe ou en conduite)
- > Minimum un joueur dans le camp adverse

### Triangle en Pointe haute



### Triangle en Pointe basse



### Définition de la relance protégée

La relance protégée est mise en place pour les catégories U6/U7 et U8/U9 lors de deux situations :

- > le GDB est en possession du ballon à la main (le GDB peut relancer à la main ou au pied).
- > la réalisation d'un coup de pied de but (uniquement au pied).

La zone protégée correspond à la largeur du terrain sur une longueur de 8 mètres.

Lors de la relance, l'équipe adverse devra se replacer entièrement derrière la zone protégée (ligne des 8 mètres).

Les joueurs adverses pourront entrer dans la zone lors de trois situations :

- le ballon est contrôlé ou touché par un partenaire du porteur de balle.
- le ballon franchi la ligne de la zone protégée.
- le ballon sort des limites du terrain.

# 1 U9



19/01/2018

District de Loir-et-Cher de Football

10

# FOOT À 5

## Arbitrage éducatif

À l'extérieur du terrain ou à l'intérieur par un jeune licencié maîtrisant les règles du jeu.

## Maison d'accueil

L'éducateur se situe dans cet endroit délimité par 4 coupelles afin d'accueillir ses joueurs. Cette zone fait office de « banc de touche ».



## Surface de réparation

La relance est protégée.

## Remise en jeu sur sortie en touche


2 choix s'offrent au joueur :

- 1 - Il effectue une passe
- 2 - Il rentre dans le jeu en conduite de balle

**Attention** : interdiction de marquer sur une touche directe.



## Parent-ballon

Identifié par une chasuble , leur rôle est uniquement d'alimenter le jeu en ballon lorsque ce dernier est sorti des limites. Il se place de chaque côté du terrain. Le but étant d'augmenter le temps de jeu effectif des enfants.

## LOIS DU JEU – LES POINTS CLÉS

Préconisation : tacles interdits

<b>TERRAIN</b>	Largeur : 25 à 30 m    Longueur : 35 à 40 m
<b>BUTS</b>	4 m x 1 m 50 (hauteur d'un piquet)
<b>BALLON</b>	Taille n°3 ou n°4
<b>NOMBRE DE JOUEURS</b>	5 x 5 <b>Participation de tous</b> 3 U7 autorisés par équipe Pas de sous classement pour la pratique féminine
<b>TOUCHE</b>	Au pied, sur passe au sol ou conduite (interdiction de marquer sur une touche directe)

## LOIS DU JEU – LES POINTS CLÉS

<b>TEMPS DE JEU</b>	Durée max des rencontres = 40 minutes / Durée max rencontres + jeu = 50 minutes
<b>HORS-JEU</b>	NON
<b>RELANCE GB</b>	Relance protégée aux 8 mètres Relance de volée et de ½ volée interdite
<b>COUP D'ENVOI</b>	Interdit de marquer sur l'engagement Adversaires à 4 m
<b>EQUIPEMENTS</b>	Maillots dans le short / Chaussettes relevées en dessous des genoux Protège-tibias obligatoires / Tip top doivent être placés sous les chaussettes



## LES DÉFIS – PHASE 2

Phase 2 (de janvier à juin)		
	Niveau 1	Niveau 2 / Niveau 3
<b>Période 3</b> vac. Noël à vac. févr.	Manche 1 : <b>Défi 3</b> Manche 2 : <b>Défi 3</b>	Manche 1 : <b>Défi 3</b> Manche 2 : <b>Défi 3</b>
<b>Période 4</b> vac. févr. à vac. avril	Manche 1 : <b>Défi 3</b> Manche 2 : <b>Défi 3</b>	Manche 1 : <b>Défi 3</b> Manche 2 : <b>Défi 3</b>
<b>Période 5</b> vac. avril. à vac. juillet	Manche 1 : <b>Atelier Jonglage</b> Manche 2 : <b>Atelier Jonglage</b>	Manche 1 : <b>L'enchaînement technique</b> Manche 2 : <b>L'enchaînement technique</b>

## DÉFI 3 (de janvier 2017 à juin 2017)

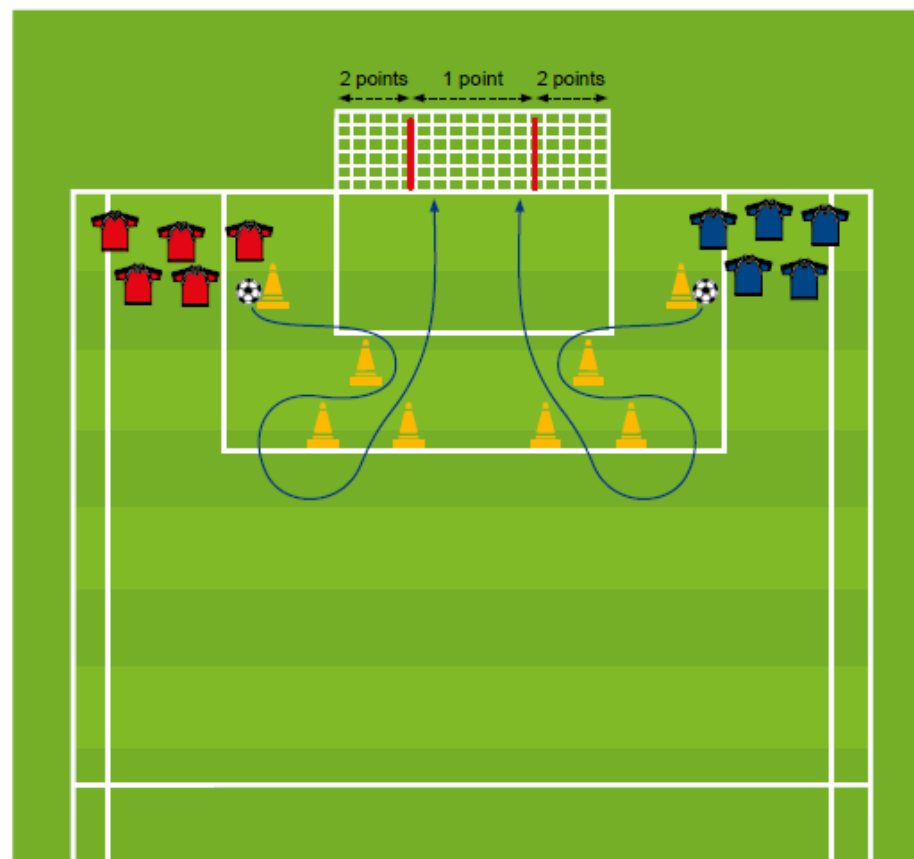
- › Effectuer des duos de niveau (A1, A2...)  
Ces duos s'affrontent sur un parcours  
Conduite + Tir de précision
- › Chaque duo dispute 4 manches (2 à gauche, 2 à droite)

La 1<sup>ère</sup> et la 3<sup>ème</sup> sont des manches découvertes

La 2<sup>ème</sup> et la 4<sup>ème</sup> sont des manches comptabilisées

- › Les buts sont comptabilisés comme suit\*
  - 2 points entre le poteau et le piquet
  - 1 point entre les piquets
  - 0 points hors cadre

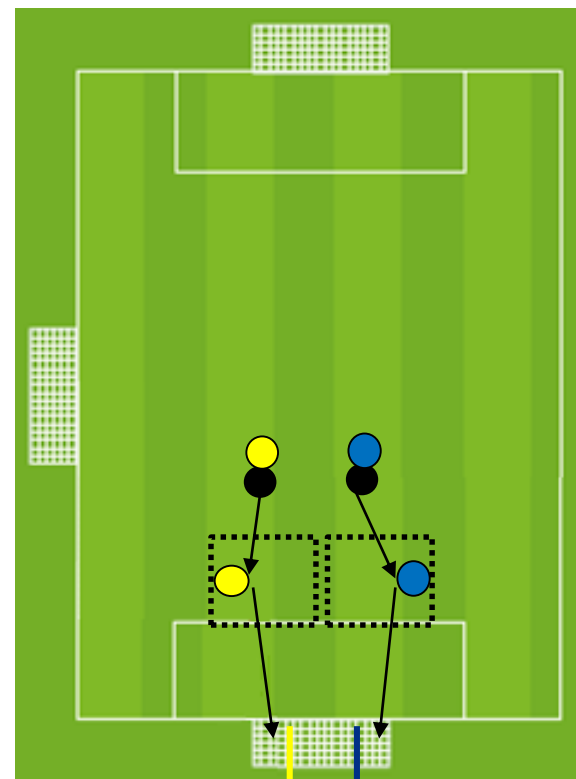
\*1 point supplémentaire pour le joueur qui envoie le ballon dans le but en premier



## L'enchaînement technique

Phase 2 (de janvier 2017 à juin 2017)

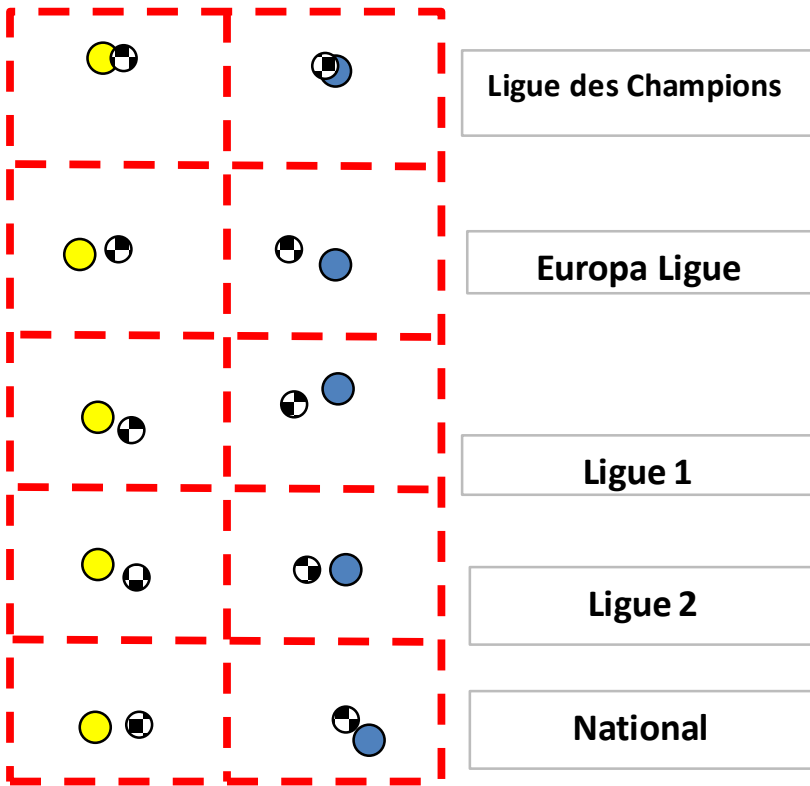
- › Départ commun entre les deux équipes
- › Zone de **5m sur 5m** pour celui qui joue le défi
- › Le passeur est à **5m** de la zone
- › L'espace entre le piquet et le poteau est d'1 m
- › Obligation de contrôler, et de rester dans la zone pour enchaîner contrôle/frappe
- › Le premier qui tire marque 1 point
- › Celui qui marque dans sa porte marque 1 point
- › Faire passer tous les joueurs, (si c'est le cas, l'équipe en infériorité numérique fait passer plusieurs fois un ou plusieurs joueurs; tirage au sort effectué par l'éducateur adverse)



## FORMES DE PRATIQUES

## Le Jonglage

Phase 2 (de janvier 2017 à juin 2017)

Tâche		Descriptif	
<p><b>Objectifs :</b> Amélioration de la maîtrise technique de la coordination et de l'équilibre par la jonglerie</p> <p><b>But :</b> Gagner son duel</p> <p><b>Consignes :</b> Chaque partie se joue en 1 contre 1</p> <p>Le vainqueur monte d'un terrain, le perdant descend</p> <p>Jouer x parties : <b>Maximum de contacts en 30"</b></p> <p>* 1 frappe pied fort + rattraper à la main = 1 pt</p> <p>* 1 frappe, un rebond, 2 e frappe + rattraper à la main = 1 pt</p> <p>* 2 frappes pied fort + rattraper à la main = 1 pt</p> <p>* jonglage pied fort</p> <p>* 2ème pied, tête, pied alternés, pied genou, pied poitrine, etc</p>	Durée		
	12'		Ligue des Champions
	Nbre de joueurs		Europa Ligue
	10		Ligue 1
	Espaces		Ligue 2
	3m x 3m		National



# FORMES DE PRATIQUES

## LE PLATEAU

# U8/U9

### Le Jonglage

Phase 2 (de janvier 2017 à juin 2017)

Tâche		Descriptif	Éléments pédagogiques
<b>Objectifs :</b> Amélioration de la maîtrise technique de la coordination et de l'équilibre par la jonglerie <b>But :</b> Arriver en zone 5 <b>Consignes :</b> 1 ballon par joueur. Pour grimper d'une zone, le joueur doit réaliser un contrat 3 fois. Contrat 1 : je frappe ma balle et je la récupère à la main (3 fois) Contrat 2 : je frappe ma balle, 1 rebond, je frappe ma balle, 1 rebond, je frappe ma balle, je la récupère à la main (3fois) Contrat 3 : Idem contrat 1 mais deux contacts du pied (3 fois) Contrat 4 : Idem contrat 2 mais deux contacts entre chaque rebond (3 fois) Contrat 5 : Idem contrat 1 mais trois contacts du pied (3 fois)	Durée		<b>Variables</b>
	12'		Tous les joueurs doivent réussir pour monter. Jouer pied droit, puis pied gauche, alterné ou tête. Alterner 1 jonglage haut dessus de la tête et 2 bas... Enchaîner pied/cuisse ou pied/poitrine ou pied/tête Demander d'avoir les mains dans le dos, en l'air, de toucher une partie de son corps tous les 3 contacts.
	Nbre de joueurs		<b>Méthode pédagogique</b>
	2 à 10		<b>DIRECTIVE</b>
	Espaces		<b>Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes</b>
5m x 3m	<b>Veiller à ...</b>	Frapper le ballon cou de pied (os en haut des lacets), pointe de pied tendue (pied en plateau) et cheville verrouillée. Fixer le ballon du regard. Frapper le ballon au « milieu » et par en dessous (du bas vers le haut). La jambe de frappe est alternativement semi fléchie puis tendue au moment de la frappe. Pied d'appui sous le bassin pour assurer l'équilibre général. Les bras servent à renforcer l'équilibre.	



# AMELIORATION DE LA CONSTRUCTION DU JEU

## RELANCE PROTÉGÉE AUX 8 MÈTRES

### Agrandir l'espace de jeu en largeur et profondeur

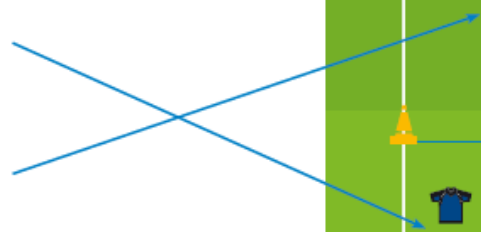
- > Occuper de l'espace (largeur / profondeur)
- > Carré

### Avoir minimum 1 ou 2 joueur(s) dans la zone protégée

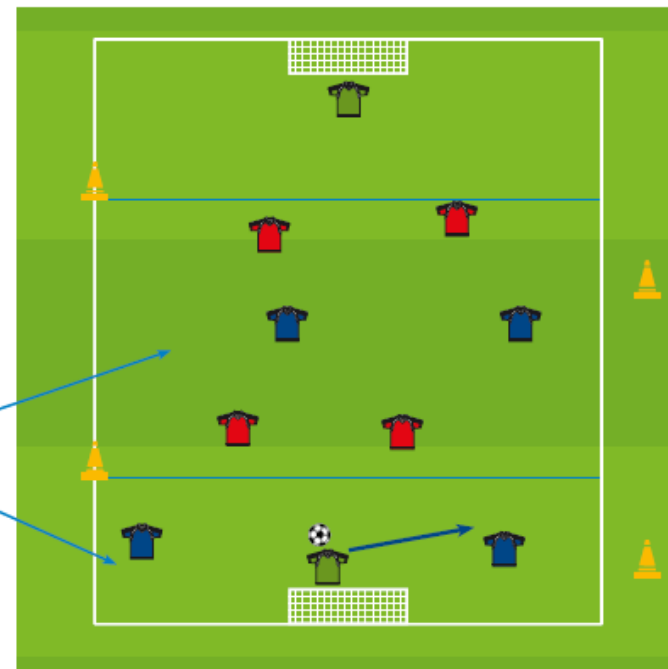
- > Se situer à droite et à gauche du GB (largeur)
- > Etre orienté face au jeu : s'éloigner de la ligne de la « zone protégée » donc de l'adversaire pour s'ouvrir des angles de passes
- > Progresser en passe ou en conduite

### Aide au porteur

- > Se positionner et se déplacer entre les lignes et intervalles
- > Obtenir une solution en appui pour au minimum un des deux partenaires (profondeur – loin devant)



## CARRÉ



### Définition de la relance protégée

La relance protégée est mise en place pour les catégories U8/U7 et U8/U9 lors de deux situations :

- > le GDB est en possession du ballon à la main (le GDB peut relancer à la main ou au pied).
- > la réalisation d'un coup de pied de but (uniquement au pied).

La zone protégée correspond à la largeur du terrain sur une longueur de 8 mètres.

Lors de la relance, l'équipe adverse devra se replacer entièrement derrière la zone protégée (ligne des 8 mètres).

- Les joueurs adverses pourront entrer dans la zone lors de trois situations :
- le ballon est contrôlé ou touché par un partenaire du porteur de balle.
  - le ballon franchi la ligne de la zone protégée.
  - le ballon sort des limites du terrain.



MERCI !

AVEZ-VOUS DES QUESTIONS ?