

U9

Phase 2

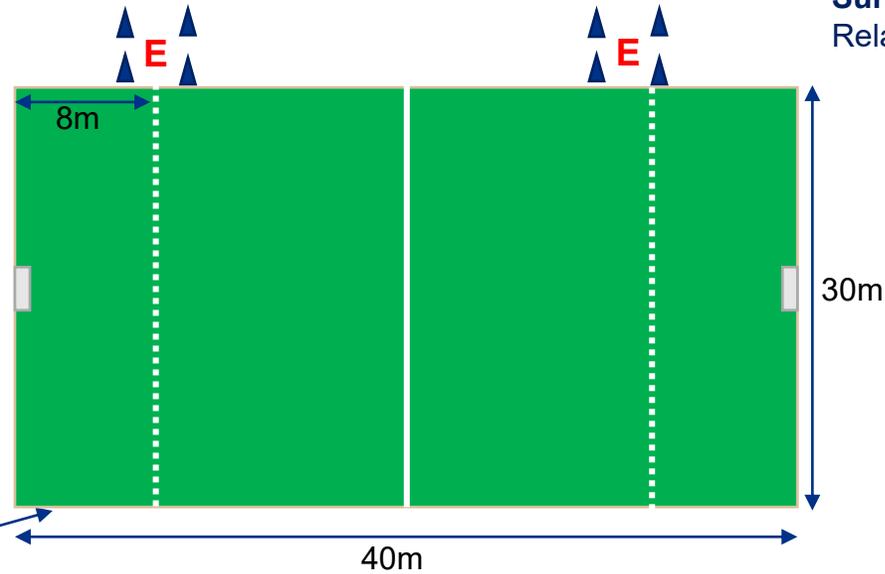


22/02/2022

Niveau 2 et 3

Terrain

Foot à 5 (avec gardien) = 40m × 30m



Surface de réparation.
Relance protégée

Remise en jeu sur sortie de touche

2 choix s'offrent à eux :

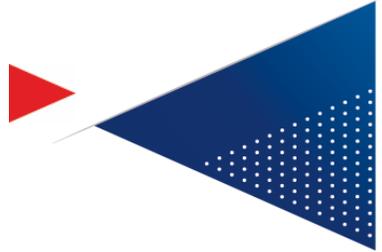
1. Il effectue une passe
2. Il rentre avec le ballon

Les règles

TERRAIN	Largeur : 25 à 30 m Longueur : 35 à 40 m
BUTS	4 m x 1 m 50 (hauteur d'un piquet)
BALLON	Taille n°3 ou n°4
NOMBRE DE JOUEURS	5 x 5 Participation de tous 3 U7 autorisés par équipe Pas de sous classement pour la pratique féminine
TOUCHE	Au pied, sur passe au sol ou conduite (interdiction de marquer sur une touche directe)
TEMPS DE JEU	Durée max des rencontres = 40 minutes / Durée max rencontres + jeu = 50 minutes
HORS-JEU	NON
RELANCE GB	Relance protégée aux 8 mètres Relance de volée et de ½ volée interdite
COUP D'ENVOI	Interdit de marquer sur l'engagement Adversaires à 4 m
EQUIPEMENTS	Maillots dans le short / Chaussettes relevées en dessous des genoux Protège-tibias obligatoires / Tip top doivent être placés sous les chaussettes

Jeu réduit 2 C 2 ou 3 C 3

A mettre en place si possible en échauffement pour tout le monde



THÈME 7 : SÉCURISER ET MAÎTRISER LA POSSESSION

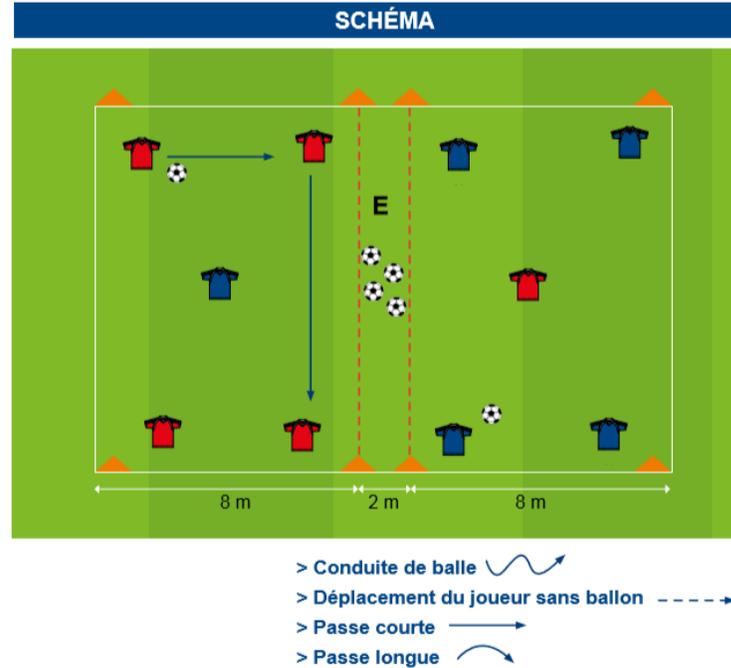
OBJECTIF : TROUVER SON PARTENAIRE

SITUATION U8/U9

PÉRIODE 3		
JANVIER > VACANCES FÉVRIER		
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
 <p style="font-weight: bold; color: #0056b3;">L 10m x l 18m</p> <p style="font-size: small;">L = Longueur • l = largeur</p>	<p>5 X </p> <p>5 X </p>
MATÉRIEL PAR TERRAIN	TEMPS DE JEU
<p>0 X </p> <p>6 X </p> <p>5/5 X </p>	<p style="font-size: 24px; font-weight: bold; color: #0056b3;">10'</p>
DEGRÉ DE DIFFICULTÉ	
<p>★★★☆☆</p>	



DÉROULEMENT

CONSIGNES

« Taureau : 4 C 1 »
2 carrés de 10 m x 10 m
Touches libres

BUTS

1 point : 4 passes successives*
* Si réussite fréquente : 5 passes...
1 point : récupération du ballon (défenseur)



INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES			
ADAPTATION DE L'EFFECTIF	VARIANTES	ANIMATION	VEILLER À...
• 6 joueurs = 5 c 1 (ou 4 c 2 si niveau supérieur)	• Interdit de rejouer avec celui qui vous a transmis le ballon • 4 touches de balle maxi (ou 3 T si niveau supérieur)	• Active • Faire répéter l'action • Questionner / Orienter	• Changer les défenseurs : 1 mn • Compter les points • Valoriser les initiatives • Prendre l'information : bien s'orienter / utiliser la bonne surface (intérieur)



Pratique identique à la phase 1

**(Possibilité de passer sur niveau sur
demande à clozano@loir-et-cher.fff.fr)**

Niveau 1

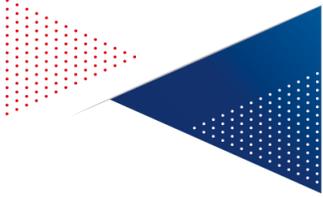


Samedi 09 Avril (10H00-12H00)

Réunion au district pour les clubs Niveau 1

Présence obligatoire !

La pratique du samedi



PERIODE 4 FEVRIER/MARS/AVRIL	26/02/22	P1
	05/03/22	P2
	12/03/22	P3
	19/03/22	P4
	26/03/22	P5
	02/04/22	
Vacances Scolaires de Printemps	09/04/22	
	16/04/22	
	23/04/22	
PERIODE 5 MAI/JUIN	30/04/22	
	07/05/22	
	14/05/22	P6
	21/05/22	P7
	26/05/22	
	28/05/22	
	04/06/22	
	11/06/22	JND
	18/06/22	

Plateau Niveau 1
 4 équipes par plateau

Plateau Niveau 1
 4 équipes par plateau

Foot à 8 pour les clubs
 intéressés = Organisation
 district

Forme de pratique
 Foot à 5 Terrain
 30/40

Foot à 5 Terrain
 Surface surface d'un
 terrain foot à 8

Foot à 8

Plateau à 4 Equipes

Match de 15'

Défi Jonglage
avant le début du
plateau

Les équipes	Terrain 1	Terrain 2	
Equipe A	A VS B	C VS D	15'
Equipe B	B VS D	A VS C	15'
Equipe C	A VS D	B VS C	15'
Equipe D			

Plateau à 3 Equipes

Match de 2X10'
(2 minutes de
pause coaching)

Défi Jonglage
pour l'équipe en
attente

Les équipes

Equipe A

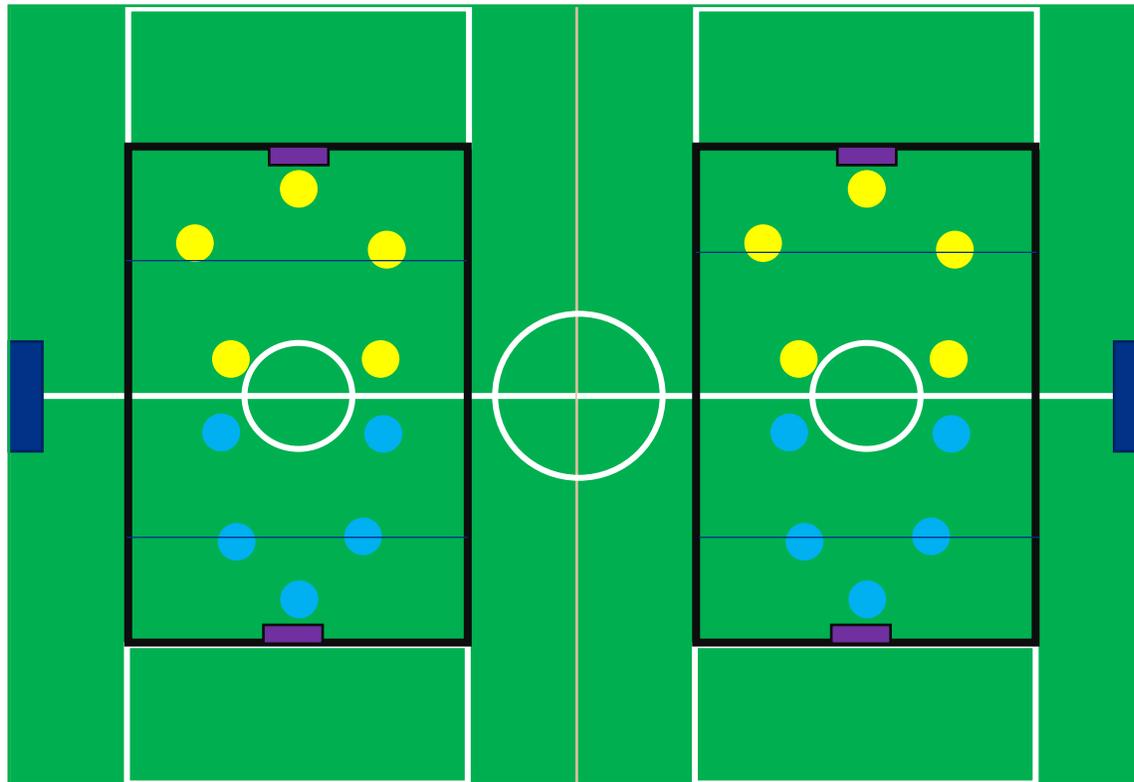
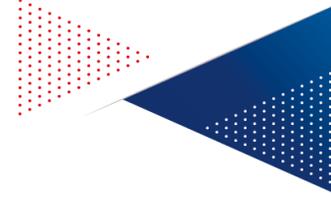
Equipe B

Equipe C

Equipe D

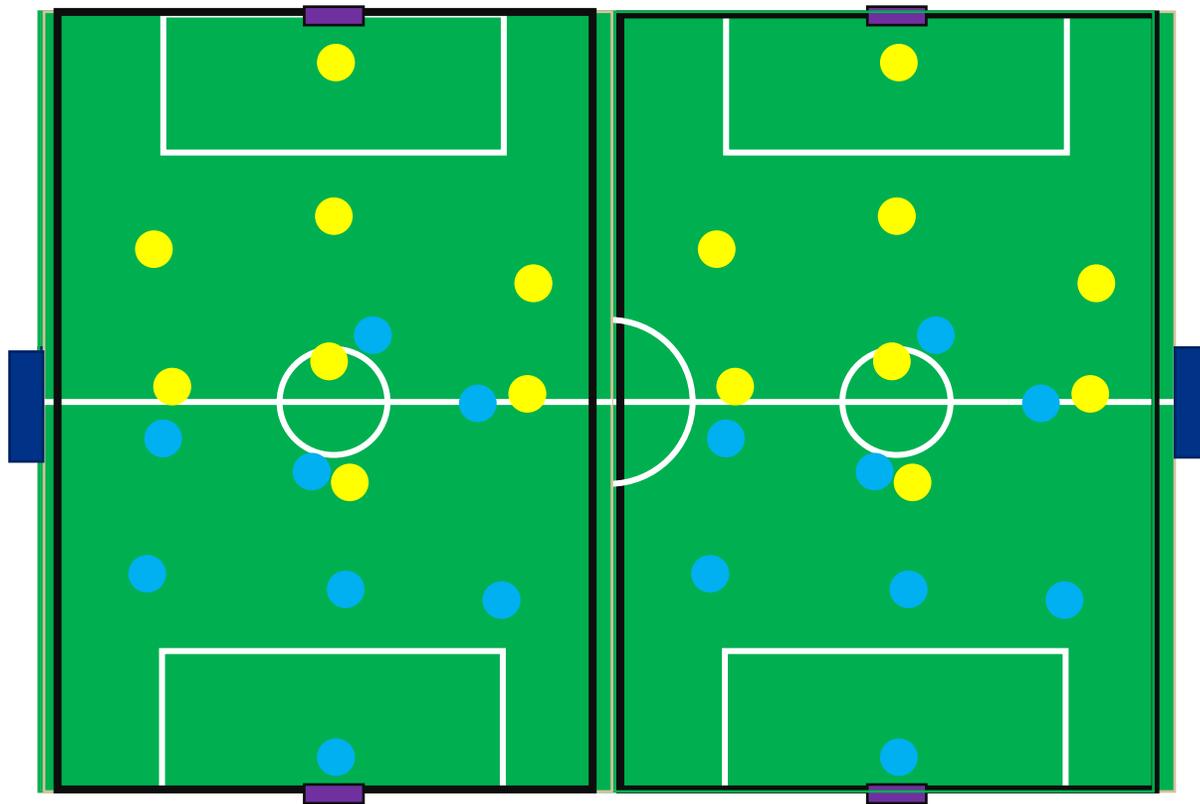
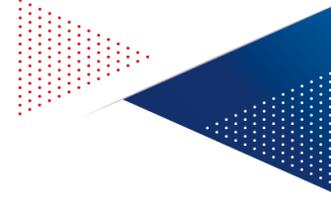
Terrain 1	Jonglage
A VS B	C
B VS C	A
A VS C	B

La pratique P4 & P5



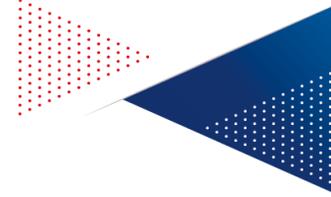
5 contre 5 sur la longueur
Règle identique au foot 5 traditionnel

La pratique P6 & P7



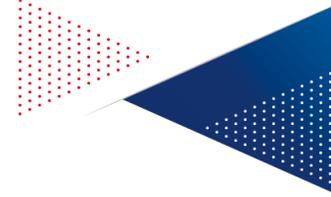
8 contre 8 sur la longueur d'un terrain foot à 8
Règle identique au foot à 8
(Voir Règlement sur site)

L'intérêt



- 1 Limiter l'effet de mode de la pratique à 8 trop rapidement pour trop d'enfant
- 2 Faire découvrir les repères spatio-temporel pour N+1
- 3 Agrandir légèrement puis beaucoup l'espace de jeu

Jonglerie Niveau 1



Tâche		Descriptif	Éléments pédagogiques
<p>Objectifs :</p> <p>Amélioration de la maîtrise technique de la coordination et de l'équilibre par la jonglerie</p> <p>But : Arriver en zone 5</p> <p>Consignes :</p> <p>1 ballon par joueur. Pour grimper d'une zone, le joueur doit réaliser un contrat 3 fois.</p> <p>Contrat 1 : je frappe ma balle et je la récupère à la main (3 fois)</p> <p>Contrat 2 : je frappe ma balle, 1 rebond, je frappe ma balle, 1 rebond, je frappe ma balle, je la récupère à la main (3 fois)</p> <p>Contrat 3 : Idem contrat 1 mais deux contacts du pied (3 fois)</p> <p>Contrat 4 : Idem contrat 2 mais deux contacts entre chaque rebond (3 fois)</p> <p>Contrat 5 : Idem contrat 1 mais trois contacts du pied (3 fois)</p>	Durée		Variables
	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		Méthode pédagogique
	2 à 10		DIRECTIVE
	Espaces		Expliquer - Démontrer - Faire répéter les gestes
5m x 3m	Veiller à ...	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>Pied d'appui sous le bassin pour assurer l'équilibre général. Les bras servent à renforcer l'équilibre.</p>	