



# GUIDE PRATIQUE DE L'EDUCATEUR U11 ARDENNAIS 2018-2019



# « GUIDE DE L'EDUCATEUR U11 »

## Sommaire



<b>I.</b>	<b>Présentation du guide .....</b>	<b>Page 3</b>
<b>II.</b>	<b>Rappel des catégories .....</b>	<b>Page 4</b>
<b>III.</b>	<b>Catégorie U11</b>	
	Le calendrier prévisionnel de la saison U11.....	Page 5
	La connaissance de l'enfant U11.....	Page 7
	Les compétences à développer.....	Page 9
	Le Programme Educatif Fédéral .....	Page 11
	Les rôles des éducateurs, accompagnateurs et parents.....	Page 12
	L'organisation plateau U11.....	Page 14
	Feuille de présence aux plateaux U11.....	Page 15
	Informations pour les plateaux U11.....	Page 17
	Les règles de jeu en U11.....	Page 20
	Programmation U11.....	Page 21
	Plan de séance U11.....	Page 26
<b>IV.</b>	<b>Coordonnées du District des Ardennes .....</b>	<b>Page 27</b>
<b>V.</b>	<b>Date des formations d'éducateur .....</b>	<b>Page 28</b>



# « GUIDE DE L'EDUCATEUR U11 »

## Présentation du guide



### **Mot du Président du District, Monsieur Bernard GIBARU :**

Le District des Ardennes de football a souhaité créer ce document afin de faire prendre conscience de l'importance du Football d'Animation et de la nécessité d'y apporter toute notre attention.

A travers ce guide, nous désirons valoriser et dynamiser ce football en donnant quelques conseils aux éducateurs, aux responsables d'école de football, mais aussi aux parents en espérant que ce support vous accompagne dans votre démarche pédagogique et qu'il contribue à améliorer votre action auprès des jeunes.

L'Accueil, l'Education, intégrant les notions de Respect, d'Exemplarité, de Sécurité, de Fidélisation, d'Esprit Sportif, de Plaisir du Jeu,... doivent rester les valeurs essentielles du Football d'Animation que nous devons transmettre à nos jeunes pousses pour qu'elles puissent s'épanouir dans leur activité. Malheureusement, on oublie parfois ces impondérables. C'est pourquoi, la qualité de l'enseignement de nos éducateurs passe par la Formation.

C'est à vous, Parents, Dirigeants, Educateurs, que revient cette responsabilité de mettre en place dans vos structures un savoir-faire, mais également un savoir-être afin que tous ces joueurs deviennent des citoyens honnêtes, responsables et respectueux des règles, de leurs encadrants, des arbitres, des partenaires, des adversaires, du matériel.

La philosophie de notre football s'articule sur les principes suivants :

- plaisir de jouer avec les copains
- esprit de fête permanent
- faire jouer tous les joueurs
- laisser de la liberté dans le jeu des jeunes


Par votre comportement exemplaire, vous contribuerez au bon déroulement de toutes ces opérations du Football des plus Jeunes. N'oubliez jamais que les enfants vous observent, vous imitent, alors soyez vigilants !

En attendant de vous croiser sur ou en dehors des terrains, nous vous souhaitons à tous une bonne saison et nous espérons que ce document répondra à vos questionnements en trouvant l'essentiel des informations nécessaires à la préparation et à l'organisation de votre saison.



## Rappel des catégories



Année de naissance	Saison 2018/2019	Catégorie	Scolarité
1999	<b>SENIOR U 20</b> (illimités sauf en U19 DH LIGUE et Coupe GAMBARDELLA)	U 20	Université
2000	 <b>Championnat U 19</b> (Football à 11)	U 19	
2001		U 18	Terminale
2002	<b>Championnat U 17</b> (Football à 11)	U 17	Première
2003		U 16	Seconde
2004	<b>Championnat U 15</b> (Football à 11)	U 15	3ème
2005		U 14	4ème
2006	<b>Championnat U 13</b> (Football à 8)	U 13	5ème
2007		U 12	6ème
2008	<b>Plateaux U 11</b> (football à 8)	U 11	CM2
2009		U 10	CM1
2010	<b>Rassemblements U 9</b> (football à 5)	U 9	CE2
2011		U 8	CE1
2012	<b>Rassemblements U 7</b> (football à 4)	U 7	CP
2013 dès 5 ans		U 6	GS



Le lien entre la **CATEGORIE** et la **SCOLARITE** doit vous aider dans la construction et élaboration de vos séances.

Petit rappel : **L'ENFANT N'EST PAS UN ADULTE EN MINIATURE** car il ne dispose pas des aptitudes psychologiques et physiques de celles de l'adulte. C'est pourquoi l'entraînement doit être adapté à ses caractéristiques



## Catégorie U11

### Calendrier prévisionnel de la saison 2018 - 2019



#### PHASE 1

Septembre à Janvier

Une journée d'accueil

9 Critériums en extérieur

4 plateaux Futsal

#### PHASE 2

Février à Juin

10 Critériums en extérieur

Finale de Jour de Coupe

#### ***C'est quoi un « critérium » ?***

C'est ce qui désigne les rencontres du samedi pour les U10/U11.

Des équipes de plusieurs clubs se retrouvent sur un même terrain.

Les enfants jouent des matchs 8 contre 8 et rencontrent toutes les équipes.

#### ***C'est quoi les plateaux Futsal ?***

Ce sont des journées organisées par le District des Ardennes afin de permettre aux enfants de découvrir ou de se perfectionner à la pratique du futsal. La participation à ces journées se fait sur inscription par le club.

**Les dates : 15 décembre 2018, 12 janvier 2019, 2 février 2019 et 23 février 2019**

#### ***C'est quoi « la Rentrée du Foot » et « Jour de Coupe » ?***

Ce sont deux manifestations organisées par la Fédération Française de Football.

La Rentrée du Foot marque le lancement de la saison avec un rassemblement des équipes U11 par secteur sur une journée afin de faire « un tournoi de présaison ».

Les critériums « Jour de Coupe » sont des rassemblements pour tenter de remporter le challenge Pierre BOHANT (soit la coupe Honneur soit la coupe Consolation).

**Les dates : Samedi 15 septembre 2018 (Rentrée du Foot) et Samedi 25 mai 2019 (Finale Jour de Coupe).**

#### ***Les objectifs de la catégorie U10-U11 ?***

- Faire jouer un nombre important de jeunes garçons et filles à un niveau approprié.
- Découverte du football grâce à des jeux divers et variés.
- Esprit de fête permanent (séances, plateaux, animations, goûters)
- Participation au développement moteur, intellectuel et affectif de l'enfant.
- Découvrir des règles.
- Priorité du jeu par rapport à l'enjeu.





# Catégorie U11

## Calendrier prévisionnel de la saison 2018 - 2019



	Mois	Sam	U11	
QUE LE FOOT COMMENCE	Septembre	1		
		8		
		15	Accueil U11	Journée d'accueil U11
		22	Plateau 1	Journée d'accueil U9
		29	Plateau 2	Journée d'accueil U7
C'EST COMPLETEMENT FOOT	Octobre	6	Plateau 3	
		13	Jour de Coupe	
		20	Plateau 5	Vacances de la Toussaint (du 20/10 au 04/11)
		27		
	Novembre	Jeu 1		
		3		
		10	Jour de Coupe	Armistice
		17	Plateau 8	
24	Plateau 9			
LE FUTSAL C'EST GENIAL	Décembre	1		
		8		
		15	Futsal 1	
		22		Vacances de Noel (du 22/12 au 06/01)
		29		
	Janvier	5		
		12	Futsal 2	
		19		
26				
RETOUR SUR LES TERRAINS	Février	2	Futsal 3	
		9		Vacances d'Hiver (du 09/02 au 24/02)
		16		
		23	Futsal 4	
	Mars	2	Plateau 1	
		9	Plateau 2	
		16	Jour de Coupe	
		23	Plateau 4	
		30	Plateau 5	
	Avril	6		Vacances de Printemps (du 06/04 au 22/04)
		13		
		20		Weekend de Pâques
		Lu 22	Dates réservées « Tournois Clubs »	
	DERNIER CROCHET AVANT L'ETE		27	Plateau 6
Mai		Mer 1	Dates réservées « Tournois Clubs »	
		4	Plateau 7	
		Mer 8	Dates réservées « Tournois Clubs »	
		11	Plateau 8	
		18	Plateau 9	
		25	Finale Départ. Jour de Coupe	
		Jeu 30	Dates réservées « Tournois Clubs »	
Juin		1		
		8		
	15			



# Catégorie U11

## Connaissance de l'enfant U11



### Qui sont les joueurs U10-U11 ?

**Age :** 9 et 10 ans (enfants nés en 2008 et 2009)

**Sexe :** Fille et Garçon

**Classe :** CE1 et CE2

« C'est la période de la grande enfance. L'enfant commence à se détacher de sa famille et trouve d'autres références dans son groupe d'amis, qu'il hiérarchise entre copains et meilleurs copains. »

### Quels sont leurs caractéristiques ? Quelles pédagogies adopter ?

Le joueur devient de plus en plus curieux.

- Il a soif d'apprendre, est beaucoup plus attentif et réceptif.

Il éprouve le besoin d'être très souvent en mouvement.

- Il progresse vite et sa coordination se développe.

Sa mémoire est à dominante visuelle et auditive

- il adore imiter (importance de la démonstration).

Un joueur qui acquière ces premières responsabilités

- il est en capacité de raisonner sur des schémas collectifs simples.



L'enfant prend de plus en plus plaisir à jouer et adhère mieux à la notion d'équipe.

### L'enfant a besoin :

- D'avoir des repères pour se construire

- Fixer un cadre : règles du jeu, règles de vie

- D'être mis en confiance pour jouer

- Créer un climat sécurisant, valoriser, positiver

- De jouer pour apprendre

- Mettre en place des activités ludiques et variées

- De voir pour comprendre

- Utiliser la démonstration pour présenter les jeux, situations ou exercices

- D'être actif mais doit récupérer

- Faire des séquences de jeu de 15 à 20 min avec des temps de récupération



## CONNAISSANCE U11 - Tableaux récapitulatifs issus du livret interactif U11

Voici les caractéristiques d'un enfant de 9-10 ans (U11) dans les domaines suivants :

Au plan social	Au plan physique et morphologique	Au plan intellectuel et psychologique
<ul style="list-style-type: none"> <li>La famille est un facteur d'équilibre respect des règles de vie</li> <li>Modélisation du père</li> <li>CM1-CM2</li> <li>Volonté d'apprendre et de progresser</li> <li>Premières responsabilités</li> <li>Grande disponibilité et grande réceptivité</li> <li>L'altruisme se développe</li> <li>Regard tourné vers les autres</li> <li>Besoin de s'affirmer</li> <li>Bonne remise en cause</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Premières différences liées à la pré-puberté (garçons-filles)</li> <li>Début de la formation musculaire</li> <li>Raideurs musculaires et articulaires dues à la croissance</li> <li>Pertes d'amplitude dans les gestes</li> <li>Amélioration des capacités cardio-pulmonaire</li> <li>Douleurs musculaires et tendineuses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Amélioration de l'adresse</li> <li>Amélioration de la synchronisation et de l'enchaînement des gestes</li> <li>Meilleure perception de l'espace de jeu</li> <li>Difficulté à voir loin (jeu long)</li> <li>Bonne perception du temps (trajectoires...)</li> <li>Capacité de raisonner sur des schémas collectifs simples</li> <li>Reconnaissance des phases défensives et offensives</li> </ul>

Les comportements pédagogiques qu'il est pertinent de mettre en place à l'entraînement pour améliorer les constats ci-dessus :

Au plan social	Au plan physique et morphologique	Au plan intellectuel et psychologique
<ul style="list-style-type: none"> <li>Entretenir des relations avec la famille Construire un cadre sécurisant et éducatif</li> <li>Développer l'esprit club et l'esprit d'équipe</li> <li>Alterner entre des situations d'initiative individuelle et des situations collectives</li> <li>Educateur doit être</li> <li>Disponible, consistant, communiquant</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Attention aux répétitions traumatisantes</li> <li>Privilégier vitesse et endurance</li> <li>Poursuivre le travail de réactivité et de fréquence des appuis</li> <li>Augmenter la durée des séquences</li> <li>Bien équilibrer les temps d'effort et les temps de repos</li> <li>Le jeu sera l'outil principal de développement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Optimiser la psychomotricité avec et sans ballon (enchaînements de tâches)</li> <li>Educateur tactique</li> <li>Notion de choix, d'intentions tactiques (apprentissage des règles d'action)</li> <li>Développement technique au service des réponses tactiques</li> </ul>









# Catégorie U11

## Les compétences à développer



LES COMPETENCES SPORTIVES			
 JEU	 TECHNIQUE	 COMPORTEMENT	 MOTRICITE
Etre capable de			
Agrandir l'espace de jeu effectif en largeur et en profondeur	Contrôler des ballons au sol des deux pieds et d'enchaîner par un autre geste	Avoir un état d'esprit exemplaire	Développer la vitesse de réaction et d'exécution
Jouer vers l'avant collectivement ou individuellement	Frapper son ballon pied droit, pied gauche avec les différentes surfaces de contacts	Rester concentré	Travailler la coordination, motricité
Sécuriser et maîtriser la possession	Conduire pied droit, pied gauche sans regarder le ballon	S'engager totalement	
Changer le rythme de jeu	Enchaîner une conduite, une feinte et un dribble en rythme	Avoir confiance en soi	Développer les différents types de déplacements
Garder le temps d'avance pour finir l'action	Conserver le ballon en utilisant son corps et marquer en un contre un face au gardien	Etre persévérant	
Etre réactif à la perte du ballon, empêcher l'adversaire de s'organiser	Récupérer le ballon dans les pieds de l'adversaire	Rester déterminé	
Se replacer entre le ballon et son but, reformer le bloc équipe, récupérer le ballon	Récupérer le ballon sur le temps de passe, Cadrer le porteur pour empêcher la dernière passe ou le tir		
<b>Objectif jonglage : Réaliser</b> <b>30 contacts jonglerie pied gauche ou pied droit, 30 alternés, et 10 têtes</b>			

LES COMPETENCES SPORTIVES			
 JEU	 TECHNIQUE	 COMPORTEMENT	 MOTRICITE
Agrandir l'espace de jeu effectif en largeur et en profondeur	Contrôler des ballons au sol des deux pieds et d'enchaîner par un autre geste	Avoir un état d'esprit exemplaire	Développer la vitesse de réaction et d'exécution
Jouer vers l'avant collectivement ou individuellement	Frapper son ballon pied droit, pied gauche avec les différentes surfaces de contacts	Rester concentré	Travailler la coordination, motricité
Sécuriser et maîtriser la possession	Conduire pied droit, pied gauche sans regarder le ballon	S'engager totalement	
Changer le rythme de jeu	Enchaîner une conduite, une feinte et un dribble en rythme	Avoir confiance en soi	Développer les différents types de déplacements
Garder le temps d'avance pour finir l'action	Conserver le ballon en utilisant son corps et marquer en un contre un face au gardien	Etre persévérant	
Etre réactif à la perte du ballon, empêcher l'adversaire de s'organiser	Récupérer le ballon dans les pieds de l'adversaire	Rester déterminé	
Se replacer entre le ballon et son but, reformer le bloc équipe, récupérer le ballon	Récupérer le ballon sur le temps de passe, Cadrer le porteur pour empêcher la dernière passe ou le tir		



# Catégorie U11

## Les compétences à développer



LES COMPETENCES EDUCATIVES					
Périodes	Septembre – Octobre	Novembre – Décembre	Janvier – Février	Mars – Avril	Mai - Juin
Valeurs de la FFF	PLAISIR	RESPECT	ENGAGEMENT	TOLLERANCE	SOLIDARITE
COMPETENCES	Respecter le cadre de fonctionnement collectif	Prendre une douche après l'effort	Utiliser des transports écoresponsables	S'enrichir de la diversité au sein de son équipe	Connaitre les méfaits du tabac
	Découvrir et assumer le rôle de capitaine	Respecter les partenaires, les adversaires et son éducateur	Trier ses déchets	Identifier la nature des déchets	Adopter son sommeil à l'activité
	Connaitre les fautes à ne pas commettre	Priorité au jeu collectif	Partager sa connaissance du foot	Faire preuve de volonté de progresser	S'alimenter pour jouer
	Respecter l'arbitre	Respecter ses partenaires et son éducateur	Avoir l'esprit club	Respecter et comprendre les sanctions de l'arbitre	Porter les valeurs du foot
	Maitriser la règle du hors-jeu	S'hydrater pour jouer			

# U10/U11

CALENDRIER DE LA SAISON 2019-2020

L'ENTRAÎNEMENT AU JEU

FORMES DE PÉRIODE

LES CONTENUX

MODE DE FONCTIONNEMENT

COMPÉTENCES ÉDUCATIVES

LES COMPÉTENCES ÉDUCATIVES sont transversales aux compétences sportives

PÉRIODE	Septembre / Octobre	Novembre / Décembre	Janvier / Février	Mars / Avril	Mai / Juin
SAISON	PLAISIR	RESPECT	ENGAGEMENT	TOLLERANCE	SOLIDARITE
COMPÉTENCES	<ul style="list-style-type: none"> <li>Respecter le cadre de fonctionnement collectif</li> <li>Découvrir et assumer le rôle de capitaine</li> <li>Connaitre les fautes à ne pas commettre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prendre une douche après l'effort</li> <li>Prendre le plaisir collectif</li> <li>Respecter les partenaires</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Utiliser des transports écoresponsables</li> <li>Trier ses déchets</li> <li>Partager sa connaissance du foot</li> <li>Avoir l'esprit club</li> <li>Maitriser la règle du hors-jeu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>S'enrichir de la diversité au sein de son équipe</li> <li>Identifier la nature des déchets</li> <li>Faire preuve de volonté de progresser</li> <li>Respecter et comprendre les sanctions de l'arbitre</li> <li>S'alimenter pour jouer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Connaitre les méfaits du tabac</li> <li>Adopter son sommeil à l'activité</li> <li>Porter les valeurs du foot</li> </ul>



## Catégorie U11

### Le Programme Educatif Fédéral



La Fédération Française de Football met en place une Politique Educative Fédérale afin de promouvoir nos jeunes licenciées aux valeurs éducatives fondamentales du Football : Plaisir, Respect, Engagement, Tolérance et Solidarité. Les objectifs principaux sont d'apporter un soutien aux clubs, de les aider à jouer leur rôle éducatif et de restaurer l'image perçue du football auprès du grand public et des collectivités territoriales.

En suivant une planification organisée sur la saison, l'éducateur pourra faire passer des messages spécifiques en proposant des actions en relation avec les six thèmes du PEF :

- **SANTE** : apprendre à préserver son capital santé, à se préparer, être sensibilisé aux risques des pratiques addictives (alcool, cannabis...).
- **ENGAGEMENT CITOYEN** : faire adopter un comportement exemplaire, permettre la découverte des rôles et responsabilités dans un club, favoriser la mixité et l'acceptation des différences.
- **ENVIRONNEMENT** : sensibiliser à l'écocitoyenneté, inciter à l'utilisation des transports verts, sensibiliser au tri des déchets.
- **FAIR-PLAY** : respecter les acteurs du jeu, développer et entretenir l'engagement sur le terrain, valoriser les beaux gestes et les bonnes attitudes.
- **REGLES DU JEU ET ARBITRAGE** : transmettre la connaissance des règles du jeu, pratiquer l'arbitrage : rôle et technique, connaître et comprendre la sanction.
- **CULTURE FOOT** : connaître le club de football, connaître l'histoire et l'actualité, appréhender la dimension collective de l'activité.

Les clubs organisant des interventions peuvent nous transmettre une description, ainsi que des photos pour faire une « fiche action PEF » qui sera ensuite publiée sur le site, le Facebook du District, ainsi que dans le Journal Ardennes Foot !

Une petite fille née à partir du 1er janvier 2013 (U6) peut prendre une licence de football et ainsi bénéficier d'une assurance.

Il est autorisé de faire jouer une joueuse U12 dans la catégorie U10-U11.

« Ne laissez pas les jeunes filles sur la touche, prêtez leur de l'attention et vous verrez que le foot se conjugue très bien au féminin »

Facebook : <https://www.facebook.com/PEF08/?fref=ts>



# Catégorie U11

## Les rôles des éducateurs, des accompagnateurs et des parents



L'encadrement d'un jeune joueur est composé de trois éléments :

- L'éducateur
- L'accompagnateur (ou le dirigeant)
- Les parents du jeune joueur

Chacun d'entre eux a un rôle à tenir auprès des jeunes joueurs. Leurs missions doivent être **complémentaires** et chacun **doit rester dans son rôle**.

RÔLE DE L'EDUCATEUR	
EN DEHORS DE LA PRATIQUE	<ul style="list-style-type: none"><li>• Participer aux réunions techniques du club</li><li>• Préparer le calendrier des rencontres</li><li>• Mettre en place les conditions d'entraînement (lieu, jour, horaires,...)</li><li>• Mettre en œuvre une programmation adaptée</li><li>• Intégrer le <b>Programme Educatif Fédéral</b> dans son fonctionnement</li><li>• Prévoir des événements ou manifestations extra-sportives</li><li>• Assurer le lien avec les parents (réunion, contact...)</li></ul>
A L'ENTRAÎNEMENT	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ouvrir et fermer les vestiaires</li><li>• Accueillir les joueurs</li><li>• Préparer et animer la séance d'entraînement</li><li>• Tenir à jour la fiche de présence</li><li>• Faire le point sur l'organisation des rencontres du weekend</li><li>• S'entretenir avec le joueur si besoin</li></ul>
LE JOUR DU PLATEAU (Avant, pendant, après)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Préparer le marquage des terrains et les jeux d'éveil</li><li>• Organiser l'équipe ou les équipes et donner les consignes</li><li>• Nouer le contact avec les éducateurs adverses et l'arbitre</li><li>• Laisser jouer les enfants</li><li>• Faire un bilan rapide avec les joueurs</li><li>• Préciser le prochain rendez-vous</li><li>• Tenir la fiche de présence à jour</li></ul>

## RÔLE DE L'ACCOMPAGNATEUR

<b>EN DEHORS DE LA PRATIQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Préparer le déplacement et les conditions matérielles (licences, ballons, équipements, feuille de match...)</li> <li>• Concevoir le livret de l'équipe à destination des parents (coordonnées, entraînements, calendrier, charte de vie...)</li> <li>• Aider à la mise en place des événements ou manifestations extra-sportives</li> </ul>
<b>A L'ENTRAÎNEMENT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ouvrir et fermer les vestiaires</li> <li>• Accueillir les joueurs</li> <li>• Aider à la préparation et à la mise en place du matériel</li> <li>• Participer à l'animation de la séance si besoin</li> </ul>
<b>LE JOUR DU PLATEAU (Avant, pendant, après)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Distribuer les équipements</li> <li>• Accueillir les équipes adverses</li> <li>• Seconder l'éducateur dans son rôle</li> <li>• Préparer le goûter</li> </ul>

## RÔLE DES PARENTS

<b>EN DEHORS DE LA PRATIQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Indiquer l'absence de leur enfant et le motif à l'éducateur</li> <li>• Faire respecter les temps de sommeil de leur enfant</li> <li>• Préparer une alimentation adaptée à l'activité physique</li> <li>• Vérifier que le sac du jeune footballeur soit correctement préparé</li> <li>• Participer à la vie du club</li> </ul>
<b>A L'ENTRAÎNEMENT</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transporter son enfant</li> <li>• Assister périodiquement à l'entraînement de son enfant</li> </ul>
<b>LE JOUR DU PLATEAU (Avant, pendant, après)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participer au transport des joueurs de l'équipe</li> <li>• Accueillir les parents des autres équipes</li> <li>• Encourager tous les joueurs de l'équipe</li> <li>• Aider à la préparation de la collation</li> </ul>





## Catégorie U11

### L'organisation d'un plateau U11



#### **L'ESPRIT**

- Rassembler plusieurs clubs d'un même secteur.
- Instaurer et préserver un esprit festif.
- Alternier plusieurs matches afin de répondre aux besoins des enfants.

**Le rôle et les missions du responsable du plateau sont les suivantes :**

#### **AVANT**

- Préparer, avec l'aide des dirigeants, deux terrains de 8 c 8.
- S'assurer du nombre d'équipes présentes.
- Choisir la feuille de rotation correspondant au nombre d'équipes (à télécharger sur le site du District).
- Gonfler des ballons taille 4.
- Convoquer des jeunes arbitres (jeunes si possible ou bien seniors du club).
- Affecter les vestiaires par équipes et anticiper un vestiaire filles.
- Préparer le goûter en demandant aux parents de venir avec des gâteaux.

#### **PENDANT**

- Réunir les accompagnateurs et les enfants présents et leur expliquer le fonctionnement du critérium.
- Lancer la première rotation et réguler le temps de jeu, gérer les rotations.
- A chaque fin de rotation l'éducateur, ou un enfant, vient voir le responsable pour savoir sur quel terrain son équipe doit aller.
- S'assurer de la tenue du protocole d'avant-match.
- Veiller au respect des arbitres, des adversaires...
- Veiller à ce que les équipes se serrent la main à la fin des rencontres.

#### **APRES**

- Regrouper les enfants et leurs accompagnateurs pour faire un bilan.
- Offrir le goûter.
- Remplir collégalement la feuille de plateau.
- Renvoyer la feuille de match au District des Ardennes.

**« Le jeune U11 se construit au cœur du jeu ! »**

**« Pour favoriser l'apprentissage du football, les jeunes joueurs ont besoin d'être stimulés, valorisés et mis en confiance ! »**



# Catégorie U11

## Feuille de présence aux critères U11



Club organisateur : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Equipe 1 : \_\_\_\_\_

Equipe 2 : \_\_\_\_\_

☐

Absence justifiée

☐

Absence non justifiée

	Nom et Prénom	N° de licence	Catégories			
			U9	U10	U11	U12 F
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

☐

Absence justifiée

☐

Absence non justifiée

	Nom et Prénom	N° de licence	Catégories			
			U9	U10	U11	U12 F
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Equipe 3 : \_\_\_\_\_

☐

Absence justifiée

☐

Absence non justifiée

	Nom et Prénom	N° de licence	Catégories			
			U9	U10	U11	U12 F
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Déroulement du Critérium à 3 équipes :

Heure	Terrain 1			Terrain 2	
14h	Equipe 1		Equipe 2	Equipe 3	Défi
14h30	Equipe 2		Equipe 3	Equipe 1	Défi
15h	Equipe 1		Equipe 3	Equipe 2	Défi

Loi du jeu :

	8 contre 8 (dont un gardien)
	Temps de match = 30 min par match
	Taille du ballon = n°4
	Dimension du terrain = ½ terrain à 11
	Surface de réparation = 13 m x 26 m
	Pénalty = 9 m
	Hors-jeu dans la zone des 13 m
	Touche à la main
	Licenciés U12 interdit dans cette catégorie (Sauf Féminine)

Commentaires

Responsable du Plateau

Nom :

Prénom :

Tel :

Signature :

**Cette feuille est à compléter dans son intégralité (présence des équipes, résultats des rencontres, ...) par le responsable du Plateau. Puis, elle doit être renvoyée impérativement au District des Ardennes de Football par le club organisateur.**



# Catégorie U11

## Feuille de présence aux critères U11



Club organisateur : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Equipe 1 : \_\_\_\_\_

☐ Absence justifiée ☐ Absence non justifiée

	Nom et Prénom	N° de licence	Catégories			
			U9	U10	U11	U12 F
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Equipe 2 : \_\_\_\_\_

☐ Absence justifiée ☐ Absence non justifiée

	Nom et Prénom	N° de licence	Catégories			
			U9	U10	U11	U12 F
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Equipe 3 : \_\_\_\_\_

☐ Absence justifiée ☐ Absence non justifiée

	Nom et Prénom	N° de licence	Catégories			
			U9	U10	U11	U12 F
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Equipe 4 : \_\_\_\_\_

☐ Absence justifiée ☐ Absence non justifiée

	Nom et Prénom	N° de licence	Catégories			
			U9	U10	U11	U12 F
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Déroulement du Critérium à 3 équipes :

Heure	Terrain 1			Terrain 2		
14h	Equipe 1		Equipe 4	Equipe 2		Equipe 3
14h30	Equipe 1		Equipe 2	Equipe 3		Equipe 4
15h	Equipe 1		Equipe 3	Equipe 2		Equipe 4

Loi du jeu :

	8 contre 8 (dont un gardien)
	Temps de match = 20 min par match
	Taille du ballon = n°4
	Dimension du terrain = ½ terrain à 11
	Surface de réparation = 13 m x 26 m
	Pénalty = 9 m
	Hors-jeu dans la zone des 13 m
	Touche à la main
	Licenciés U12 interdit dans cette catégorie (Sauf Féminine)

Commentaires

Responsable du Plateau

Nom :  
Prénom :  
Tel :  
Signature :

Cette feuille est à compléter dans son intégralité (présence des équipes, résultats des rencontres, ...) par le responsable du Plateau. Puis, elle doit être renvoyée impérativement au District des Ardennes de Football par le club organisateur.



# Catégorie U11

## Informations pour les plateaux U11



### Critérium U11

Saison 2016-2017



Date prévu pour le Critérium

Samedi 1 Octobre 2016

Journée n° 3

Numéro de la Journée

Club recevant le Critérium

Club Recevant	Equipes concernées			Heure
WARCQ 1	RETHEL SP 1	ENTENTE NORD ARD 1	HAYBES/FUMAY...	14H
MOUZON AS	PRIX LES MEZIERES AS 1	SEDAN CSSA 2	BAZEILLES US 1	14H
CHARLEVILLE OFC (La Warena)	BOGNY/MONOTHERME 1	ASFELD AM.S 1	SEDAN CSSA 3	14H
PIXIEN FC (Poix Terron)	LIART/MAUBERT 1	ENTENTE SPORTIVE 1	VILLERS SEMEUSE CA 1	14H
FRANCO-TURIC (Saligny)	TRM AS 1	TRM AS 3	RANCENNES FC 1	14H
NEUFMANIL/AIGLEMONT 1 (Neufmanil)	LE THEUX FC	SEDAN CSSA 1	PRIX LES MEZIERES AS 2	14H
TAGNON AMS	PORCIEN/ECLY 1	ASFELD AM.S 2	SAULCES MONCLIN	14H
RETHEL SP 2	MACHAULT US	SAULT LES RETHEL	LA RETOURNE AS	13H30
ATTIGNY AVS	PORCIEN/ECLY 2	BBC 2	MONTHOIS AS	13H30
BBC 3 (Buzancy)	JUNIVILLE ES	GRANDPRE/CHALLERANGE	VOUZIERES ES	14H
RANCENNES FC 2	BOGNY/MONOTHERME 2	REVIN US	NOUZONVILLE 2 (Absente)	14H
AUBRIVES US	TRM AS 2	BOURG ROCRO/RIMOGNE 1	BOGNY/MONOTHERME 3	14H
AUVILLERS/SIGNY 2 (Auvillers)	LIART/MAUBERT 2	ROUVROY / THIN	NEUVILLE LES THIS	14H
MEDIA TERRE (Hemier)	ENTENTE SPORTIVE 2	JOIGNY ES	NEUFMANIL/AIGLEMONT 2	14H
LES AYVELLES US 1	NOUZONVILLE 1	ALLOBAIS DONCHEROIS FC	WARCQ 2	14H
BOULZICOURT AS	BALCONS DU VIVAROIS 1	CHEVEUGES	BBC 1	14H
PRIX LES MEZIERES AS 3	AUVILLERS/SIGNY 1	BOURG ROCRO/RIMOGNE 2	NOUMON SUR MEUSE USC	14H
VRIGNE AUX BOIS JS	BALAN US 2	POURU ST REMY FC	DOUZY QUI VIVE 2	14H
BAZEILLES US 2	FLOING FC	BALCONS DU VIVAROIS 2	BLAGNY-CARIGNAN	14H
SEDAN TORCY	LES AYVELLES US 2	DOUZY QUI VIVE 1	BALAN US 1	13H30

L'heure du début du Critérium

Nom des équipes convoquées pour le plateau



# Catégorie U11

## Informations pour les plateaux U11



Chaque responsable d'équipe remplit cette fiche et la donne au responsable du plateau

Noter le nom de votre club  
+ les informations (date et  
lieu du plateau)



### Feuille de présence au Critérium U11



Club organisateur : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

Equipe 1 : \_\_\_\_\_

☐ Absence justifiée ☐ Absence non justifiée

	Nom et Prénom	N° de licence	Catégories			
			U8	U10	U11	U12
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Equipe 2 : \_\_\_\_\_

☐ Absence justifiée ☐ Absence non justifiée

	Nom et Prénom	N° de licence	Catégories			
			U8	U10	U11	U12
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Renseigner les  
informations sur  
vos joueurs

Equipe 3 : \_\_\_\_\_

☐ Absence justifiée ☐ Absence non justifiée

	Nom et Prénom	N° de licence	Catégories			
			U8	U10	U11	U12
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Equipe 4 : \_\_\_\_\_

☐ Absence justifiée ☐ Absence non justifiée

	Nom et Prénom	N° de licence	Catégories			
			U8	U10	U11	U12
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

Déroulement du Critérium à 3 équipes :

Heure	Terrain 1		Terrain 2	
14h	Equipe 1	Equipe 4	Equipe 2	Equipe 3
14h30	Equipe 1	Equipe 2	Equipe 3	Equipe 4
15h	Equipe 1	Equipe 3	Equipe 2	Equipe 4

Loi du jeu :

QP	8 contre 8 (dont un gardien)
QP	Temps de match = 20 min par match
QP	Taille du ballon = n°4
QP	Dimension du terrain = 1/3 terrain à 11
QP	Surface de réparation = 15 m x 26 m
QP	Pénalty = 9 m
QP	Hors-jeu dans la zone des 13 m
QP	Touche à la main
QP	Licenciés U12 interdits dans cette catégorie (sauf féminine)

Commentaires

Responsable du Plateau

Nom :  
Prénom :  
Tel :  
Signature :

Renseigner les  
informations sur  
le déroulement  
du Critérium

Cette feuille est à compléter dans son intégralité (présence des équipes, résultats des rencontres, ...) par le responsable du Plateau. Puis, elle doit être renvoyée impérativement au District de Football des Ardennes par le club organisateur.





# Catégorie U11

## Les règles du jeu en U11



REGLES DU JEU (FOOT A 8)	
<b>Loi 1 : Terrain de jeu</b>	Dimension du terrain : ½ terrain à 11. Dimension du but : 6 x 2 m avec des filets. Surface de réparation : 26 m x 13 m. Zone technique à droite et à gauche du but à 11.
<b>Loi 2 : Le ballon</b>	Le ballon est de taille n°4
<b>Loi 3 : Nombre de joueurs</b>	L'équipe se compose de 8 <b>joueurs</b> . <b>La licence est obligatoire.</b> Autorisation de faire jouer 3 U9 maxi par équipe. Autorisation de faire jouer des U12 F en mixité. Tendre vers un temps de jeu de 50% par joueur minimum.
<b>Loi 4 : Equipement des joueurs</b>	<b>Maillot dans le short.</b> <b>Chaussettes relevées.</b> <b>Le port des protège-tibias est obligatoire.</b>
<b>Loi 5 et 6 : Arbitrage</b>	L'arbitrage (central et assistant) se fait en priorité par les jeunes U15 ou U17.
<b>Loi 7 : Durée des rassemblements et rencontres</b>	La durée maximale des rassemblements : 60 minutes. La durée des rotations : 2 x 30 minutes avec 3 équipes. ou 3 x 20 minutes avec 4 équipes. Pas de mi-temps, ni de pause coaching !
<b>Loi 8 : Coup d'envoi</b>	Distance des joueurs adverses à 6 m.
<b>Loi 9 : Ballon en jeu ou jeu arrêté</b>	Le ballon est hors du jeu lorsqu'il franchit totalement une des lignes du terrain aussi bien à terre qu'en l'air. Le jeu est stoppé ou arrêté lorsque l'arbitre siffle.
<b>Loi 10 : But marqué</b>	Le but est validé lorsque le ballon a franchi entièrement la ligne de but.
<b>Loi 11 : Hors-jeu</b>	Hors-jeu dans la zone des 13 m.
<b>Loi 12 et 13 : Fautes et incorrections</b>	Les coups francs : directs et indirects. L'adversaire doit se trouver à 6 m. La passe en retrait au gardien est interdite (règle du football à 11). → Coup franc indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13 m.
<b>Loi 14 : Coup de pied de réparation</b>	Point de surface de réparation : 9 m
<b>Loi 15 : Rentrée de touche</b>	Les rentrées de touches se font à la main.
<b>Loi 16 : Coup de pied de but</b>	A 9 m et à droite ou à gauche du point de réparation.
<b>Loi 17 : Coup pied de coin</b>	Au pied et au point de corner.



## Catégorie U11

### Programmation U11



#### Septembre :

Phases de jeu	Conserver Progresser	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Agrandir l'espace de jeu effectif (largeur et profondeur)	Réduire l'espace et le mouvement Se replacer sur l'axe ballon/but
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR - VOIR AVANT DE RECEVOIR :</u> Prendre et donner en mouvement - Etre orienté</p> <p><u>NON PORTEUR - ETRE VU :</u> Se rendre disponible - S'éloigner de l'adversaire (avoir le temps de recevoir) - Se déplacer pour libérer une zone de terrain pour un autre partenaire</p>	<p>Cadrer sur le temps de passe pour :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- interdire la prise de vitesse</li> <li>- réduire la prise d'information</li> <li>- orienter l'adversaire en dehors de l'espace de jeu direct</li> </ul> <p>Couvrir et fermer les angles de passes</p>
Moyens techniques	<p>Les passes courtes</p> <p>Les prises de balles et enchaînements</p>	<p>Les duels</p> <p>Jeu de corps (le contre, la charge)</p>
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>	

#### Octobre :

Phases de jeu	Déséquilibrer Finir	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Garder le temps d'avance pour finir l'action	Protéger son but en déséquilibre
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR :</u> Masquer ses intentions (tromperie) - Tenter / Oser - Utilisation du corps obstacle</p> <p><u>NON PORTEUR :</u> Occuper la zone de finition en nombre en coordonnant les déplacements - Arriver lancer devant le but pour couper les trajectoires</p>	<p>Défendre debout/sans se jeter, en vue de favoriser le retour des partenaires (utiliser le recul frein)</p> <p><u>Ne pas subir :</u> orienter, provoquer, inciter l'erreur de l'adversaire</p>
Moyens techniques	<p>Les conduites</p> <p>Les dribbles</p> <p>Les tirs</p>	Jeu de corps (le contre, la charge)
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>	



## Catégorie U11

### Programmation U11



#### Novembre :

Phases de jeu	Conserver Progresser	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Jouer vers l'avant collectivement ou individuellement entre les lignes adverses	Retrouver l'équilibre Reformer le bloc équipe
Règles d'actions individuelles	<u>PORTEUR - VOIR AVANT DE RECEVOIR :</u> Prendre et donner en mouvement - Fixer et donner - Etre orienté dans le sens du jeu  <u>NON PORTEUR - ETRE VU :</u> Garantir les principes d'appel, d'appuis et soutien afin d'enchaîner - Prendre de la vitesse (notamment en trouvant un joueur entre les lignes) - Appel de balle d'un partenaire qui me regarde - Se déplacer pour libérer une zone de terrain pour un autre partenaire	Cadrer sur le temps de passe  Couvrir et fermer les angles de passes  Récréer de la densité devant le ballon (entre les lignes et les joueurs)
Moyens techniques	Les conduites Les passes courtes Les prises de balles et enchaînement	Les duels Jeu de corps (le contre, la charge)
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION	

#### Décembre :

Phases de jeu	Déséquilibrer Finir	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Changer de rythme dans le jeu (temps fort – temps faible)	Réduire l'espace et le mouvement Gérer l'infériorité numérique
Règles d'actions individuelles	<u>PORTEUR :</u> Masquer ses intentions (tromperie) - Etre orienté pour jouer vers l'avant - Recherche du joueur lancé  <u>NON PORTEUR :</u> Augmenter le nombre de partenaires disponibles - L'appel déclenche la passe - Utiliser les changements de direction et de rythme dans les appels - Permuter afin de perturber l'adversaire	Défendre debout/sans se jeter, en vue de favoriser le retour des partenaires (utiliser le recul frein)  <u>Ne pas subir :</u> orienter, provoquer ou inciter l'erreur de l'adversaire
Moyens techniques	Les dribbles et enchaînements Transversales Déviations, remises	Les duels Jeu de corps (le contre, la charge)
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION	



## Catégorie U11

### Programmation U11



#### Janvier :

Phases de jeu	Conserver Progresser	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Sécuriser et maîtriser la possession	Réaction à la perte Empêcher l'adversaire de s'organiser
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR - VOIR AVANT DE RECEVOIR :</u> Prendre et donner en mouvement - Etre orienté</p> <p><u>NON PORTEUR - ETRE VU :</u> Se rendre disponible (appel + visibilité) - Se déplacer en s'orientant par rapport au sens du jeu - Se démarquer : à distance de passe, vu du porteur, à l'écart des défenseurs (appel - appui - soutien) - Recevoir en mouvement et être concerné par le jeu</p>	<p>Cadrer sur le temps de passe pour : - interdire la prise de vitesse - réduire la prise d'information - orienter l'adversaire en dehors de l'espace de jeu direct</p> <p>Couvrir et fermer les angles de passes</p>
Moyens techniques	Les prises de balles et enchaînement Les passes courtes	Les duels Jeu de corps (le contre, la charge)
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION	

#### Février :

Phases de jeu	Déséquilibrer Finir	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Marquer	Protéger son but en déséquilibre
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR :</u> Masquer ses intentions (tromperie) - Tenter / Oser Etre orienté par rapport à la passe ou au tir à réaliser - Coordonner l'appel et la passe</p> <p><u>NON PORTEUR :</u> Occuper la zone de finition - Accentuer l'incertitude de la défense - Se placer pour conclure l'action - Anticiper le tir - Arriver lancé devant le but pour couper les trajectoires - Voir le ballon et le but</p>	<p>Défendre debout/sans se jeter, en vue de favoriser le retour des partenaires (utiliser le recul frein)</p> <p><u>Ne pas subir :</u> orienter, provoquer ou inciter l'erreur de l'adversaire</p>
Moyens techniques	Enchaînements + tirs Les centres Jeu de volée et ½ volée	Les duels Jeu de corps (le contre, la charge)
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION	



## Catégorie U11

### Programmation U11



#### Mars :

Phases de jeu	Conserver Progresser	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Agrandir l'espace de jeu effectif (largeur et profondeur)	Réduire l'espace et le mouvement Se replacer sur l'axe ballon/but Défendre en permanence l'axe ballon/but
Règles d'actions individuelles	<u>PORTEUR - VOIR AVANT DE RECEVOIR :</u> Prendre et donner en mouvement - Etre orienté  <u>NON PORTEUR - ETRE VU :</u> Se rendre disponible - S'éloigner de l'adversaire (avoir le temps de recevoir) - Se déplacer pour libérer une zone de terrain pour un autre partenaire	Cadrer sur le temps de passe pour : - interdire la prise de vitesse - réduire la prise d'information - orienter l'adversaire en dehors de l'espace de jeu direct  Couvrir et fermer les angles de passes
Moyens techniques	Les passes courtes Les prises de balles et enchaînements	Les duels Jeu de corps (le contre, la charge)
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION	

#### Avril :

Phases de jeu	Déséquilibrer Finir	S'opposer ...
Règles d'actions collectives	Fixer dans une zone jouer dans une autre	Réduire l'espace et le mouvement Gérer l'infériorité numérique
Règles d'actions individuelles	<u>PORTEUR :</u> Créer des points de fixation - Utiliser les feintes pour éliminer  <u>NON PORTEUR :</u> Coordonner les déplacements : appui / soutien / appel - Prise de vitesse (joueur lancé) - Dédoublément	Défendre debout/sans se jeter, en vue de favoriser le retour des partenaires (utiliser le recul frein)  <u>Ne pas subir :</u> orienter, provoquer ou inciter l'erreur de l'adversaire
Moyens techniques	Les conduites Les dribbles Passes Transversales	Les duels Jeu de corps (le contre, la charge)
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE	
Moyens psychologiques	ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION	





## Catégorie U11

### Programmation U11



#### Mai :

Phases de jeu	Conserver Progresser
Règles d'actions collectives	Jouer vers l'avant collectivement ou individuellement entre les lignes adverses
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR - VOIR AVANT DE RECEVOIR :</u> Progresser quand l'espace est libre et donner quand il est bloqué - Perforer les lignes</p> <p><u>NON PORTEUR - ETRE VU :</u> Garantir les principes d'appel, d'appuis et soutien afin d'enchaîner - Etre orienté dans le sens du jeu - Se positionner entre les lignes - Prendre de la vitesse (notamment en trouvant un joueur entre les lignes)</p>
Moyens techniques	<p>Les conduites</p> <p>Les passes courtes</p> <p>Les prises de balles et enchaînement</p>
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>

#### Juin :

Phases de jeu	Déséquilibrer Finir
Règles d'actions collectives	Garder le temps d'avance pour finir l'action
Règles d'actions individuelles	<p><u>PORTEUR :</u> Masquer ses intentions (tromperie) - Tenter / Oser - Utilisation du corps obstacle</p> <p><u>NON PORTEUR :</u> Occuper la zone de finition en nombre en coordonnant les déplacements - Arriver lancé devant le but pour couper les trajectoires</p>
Moyens techniques	<p>Les conduites</p> <p>Les dribbles</p> <p>Les tirs</p>
Moyens athlétiques	PSYCHOMOTRICITE
Moyens psychologiques	<p>ETAT D'ESPRIT - CONCENTRATION - ENGAGEMENT</p> <p>CONFIANCE - PERSEVERANCE - DETERMINATION</p>



# Catégorie U11

## Plan de séance U11



LA SEANCE U10 – U11		
PARTIE	OBJECTIFS / CONSIGNES / VARIABLES	
JEU 15'	<p>But :</p> <p>Consignes :</p>	
EXERCICE 15'	<p>But :</p> <p>Consignes :</p>	
5'	Hydratation	
PSYCHOMOT 15'	<p>But :</p> <p>Consignes :</p>	
SITUATION 15'	<p>But :</p> <p>Consignes :</p>	
5'	Hydratation	
JEU FINAL 20'	Match	Jouer !
5'	Bilan de la séance	



# Coordonnées du District des Ardennes de Football



## ADRESSE DU SIEGE :

District des Ardennes de Football  
Maison des Sports  
Route de la Moncelle  
08140 BAZEILLES

## SECRETARIAT :

Alexandre BROUTOT

Directeur administratif

03 24 56 56 14

[direction@districtfoot08.fff.fr](mailto:direction@districtfoot08.fff.fr)



Isabelle MARTINOT

Chargée des compétitions U13 aux U19

Bettina ROLO

Chargée du foot d'animation, des féminines, du foot réduit et des vétérans

Benoît CHAPPE

Agent de développement et administratif

03.24.56.24.64

[secretariat@districtfoot08.fff.fr](mailto:secretariat@districtfoot08.fff.fr)



## COMPTABILITE :

Valérie BOILEAU

Comptable

03.24.26.72.60

[comptabilite@districtfoot08.fff.fr](mailto:comptabilite@districtfoot08.fff.fr)

## LES CONSEILLERS TECHNIQUES SPORTIFS :

Maximilien FRADIN

Conseiller Technique Régional

Romain OFFROY

Conseiller Technique Départemental

[mfradin@districtfoot08.fff.fr](mailto:mfradin@districtfoot08.fff.fr)

[roffroy@districtfoot08.fff.fr](mailto:roffroy@districtfoot08.fff.fr)

