

La pratique du football chez les U7



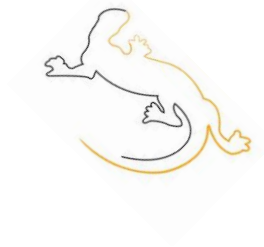
« LES 10 COMMANDEMENTS »

DU RESPONSABLE D'EQUIPE :



1. Bien accueillir les enfants, avoir une personne formée dans sa catégorie
2. S'assurer qu'ils ont tous(tes) leurs licences
3. Ne jamais oublier que ce ne sont que des enfants
4. Faire jouer tout le monde, les garçons comme les filles avec le même temps de jeu
5. Les laissez jouer
6. Ne pas vouloir gagner les matchs à tout prix
7. Encourager l'auto-arbitrage
8. Etre exemplaire et Fair-Play
9. Partager un moment de convivialité (goûter)
10. Prendre et faire prendre du **PLAISIR**

SOMMAIRE :



PREAMBULE P 4

LES FORMES DE PRATIQUE p 5

ANIMATION ET ACCUEIL DU PLATEAU p 6

INTEGRATION DES JEUX p 7

SUIVI DES PLATEAUX p 8

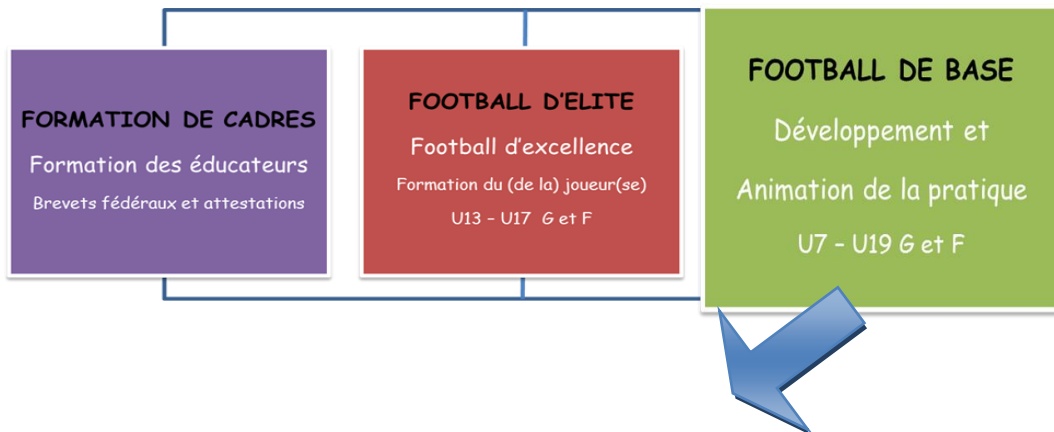
INTERCLUBS p 13

REGLEMENTATION p 14



PREAMBULE

👤 Ligue du Centre-Ouest sous l'impulsion de la souhaite mettre en place pour ce mandat une Equipe Technique Régionale avec 3 pôles de travail



Objectif : **HARMONISATION**

👤 Pour cela la L.C.O. et l'ensemble des 7 districts vous propose des pratiques adaptées à chaque catégorie.

👤 La saison en U7 s'articule autour de plusieurs animations :

👤 La journée de rentrée } **Organisation District**

👤 La journée nationale }

👤 Les plateaux } **Organisation clubs**

👤 Les interclubs (voir explication ci-après) }

L ES FORMES DE PRATIQUE



Pratiques	U7
Licenciés Licenciées	U6 + U7+ 2 U8 U6F + U7F + U8F
Pratiques	4 X 4 5 X 5
Nombre de remplaçants(es)	1 au maximum
Aires de jeu	16,5 X 25 m
Temps de jeu	40' maximum
Temps de jeu minimum par enfant	Moitié du temps
Organisation	District - Secteurs - Clubs
	Plateaux + JEU
	2 à 3 phases
	15 à 20 journées
Touches	Au pied sur passe au sol ou conduite
Lois du jeu	Foot à 5



A NIMATION ET ACCUEIL DU PLATEAU

Organisation du plateau :



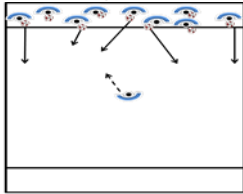
Quelques étapes clefs dans l'organisation d'un plateau :

1. Déterminer le responsable du plateau
2. Déterminer la personne responsable de l'**accueil** des équipes
3. Prévoir le goûter
4. Prévoir le matériel pour les terrains et le jeu (coupelles, ballons...)
5. Prévoir les bouteilles d'eau pour les équipes
6. Imprimer la feuille de plateau
7. Prévoir des chasubles
8. Mettre en place le protocole fair-Play : tout le monde se salue, dans le rond central, au début et à la fin du plateau
9. **Laissez les jouer** et faites des équipes en entente plutôt que d'avoir des remplaçants
10. Animer le plateau (rotations entre jeu et matchs) en veillant à laisser l'aire de jeu libre pour les enfants et les éducateurs et demander aux spectateurs de rester derrière les mains courantes
11. Se réserver une « zone technique » le rond central ou une autre zone du terrain pour rassembler tous les enfants aux moments clefs (début, fin de plateau et entre les rencontres)
12. **Passer un moment de convivialité autour du goûter**
13. Effectuer un bilan du plateau avec tous les éducateurs



I NTEGRATION DES JEUX

L'épervier



👤 Au signal du loup « 1, 2, 3, éperviers sortez! », les éperviers munis d'un ballon doivent rejoindre la base opposée en traversant la zone centrale sans se faire prendre par le loup.

👤 Le loup est un(e) joueur(se) sans ballon qui « prend » les éperviers en les touchant ou en touchant leur ballon ou encore en sortant leur ballon des limites du terrain quand celui-ci est conduit au pied.

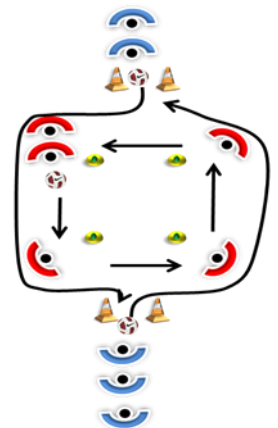
👤 Le ou la joueur(se) pris peut remplacer le loup ou se joindre à lui etc.. (les loups peuvent effectuer des chaînes notamment quand ils sont nombreux).

L'horloge

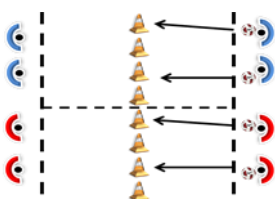
👤 Les rouges font tourner un ballon autour du carré pour lui faire faire un maximum de « tours d'horloge » pendant que les bleus effectuent un relais avec 2 ballons.

👤 Chaque joueur (bleu et rouge) remplace celui à qui il a donné le ballon.

👤 Quand tous les bleus sont revenus à leur place initiale, on note le nombre de tours d'horloge effectués par les rouges puis les équipes changent de rôle. L'équipe qui a fait le plus grand nombre de tours d'horloge a gagné.



Le jeu des quilles

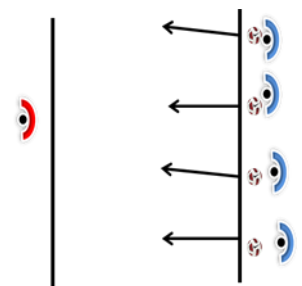


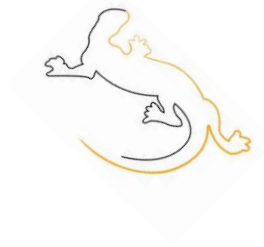
👤 La première équipe qui a fait tomber toutes ses quilles a gagné sachant qu'il faut tirer derrière la ligne en pointillés noirs.

👤 OU L'équipe qui a touché ou qui a fait tomber le plus grand nombre de plots en un temps déterminé a gagné.

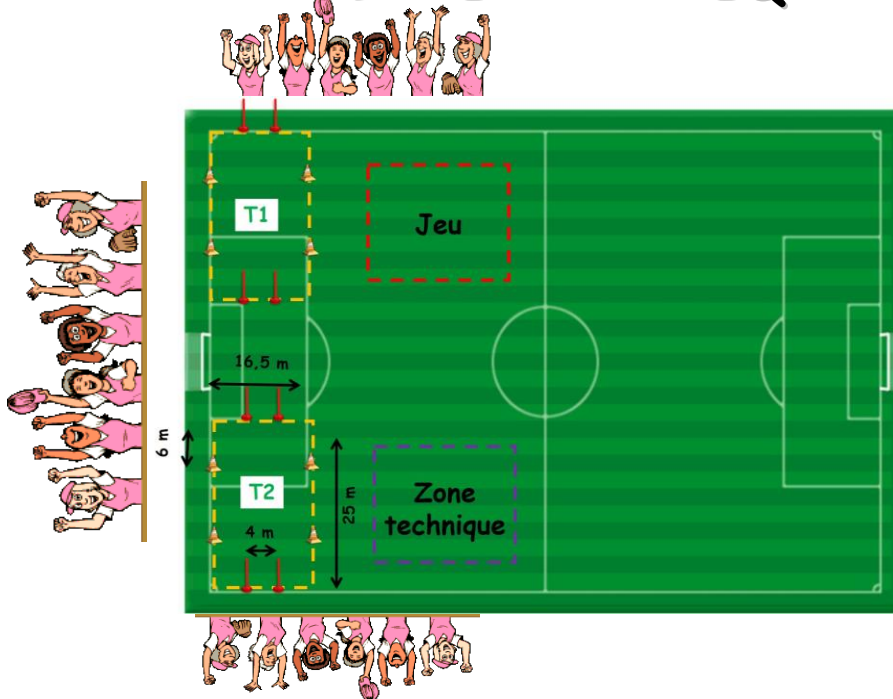
1-2-3 soleil

👤 Un joueur compte « 1-2-3 soleil » dos à ses partenaires. Au moment où le joueur se retourne, les autres doivent être immobilisés. Le premier arrivé au soleil prend la place du compteur.





PLATEAU A 4 EQUIPES



Equipe 1 :

Equipe 2 :

Equipe 3 :

Equipe 4 :

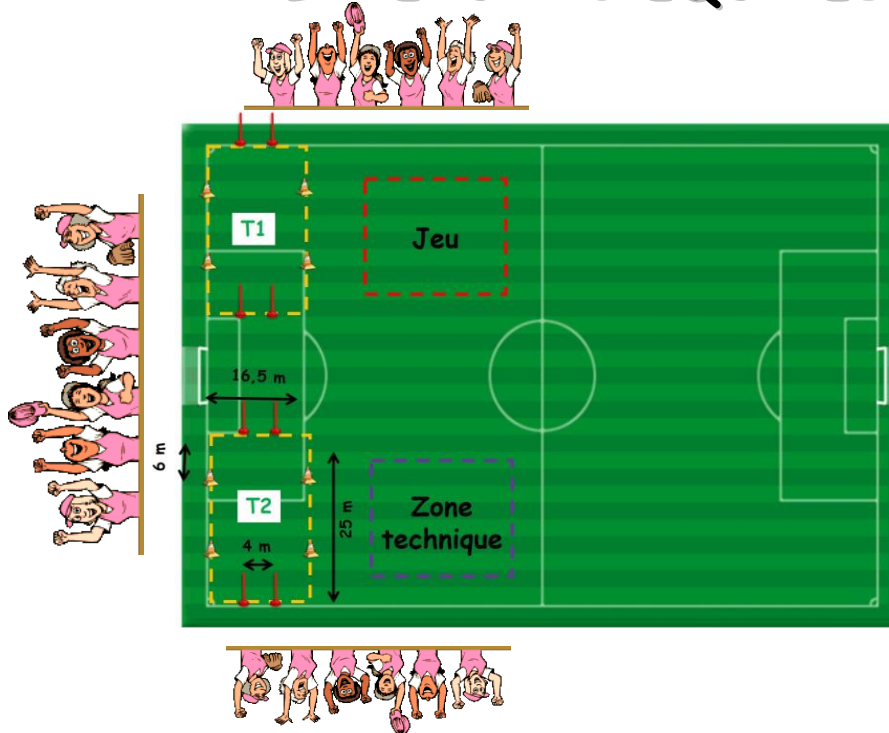
DEROULEMENT DU PLATEAU

	Nom de l'équipe	1 ^{er} temps de jeu	2 ^{ème} temps de jeu	3 ^{ème} temps de jeu	4 ^{ème} temps de jeu
E1		J	T2	T1	T1
E2		J	T2	T2	T2
E3		T1	J	T1	T2
E4		T1	J	T2	T1

1 temps de jeu = 10 minutes



PLATEAU A 5 EQUIPES



Equipe 1 :

Equipe 2 :

Equipe 3 :

Equipe 4 :

Equipe 5 :

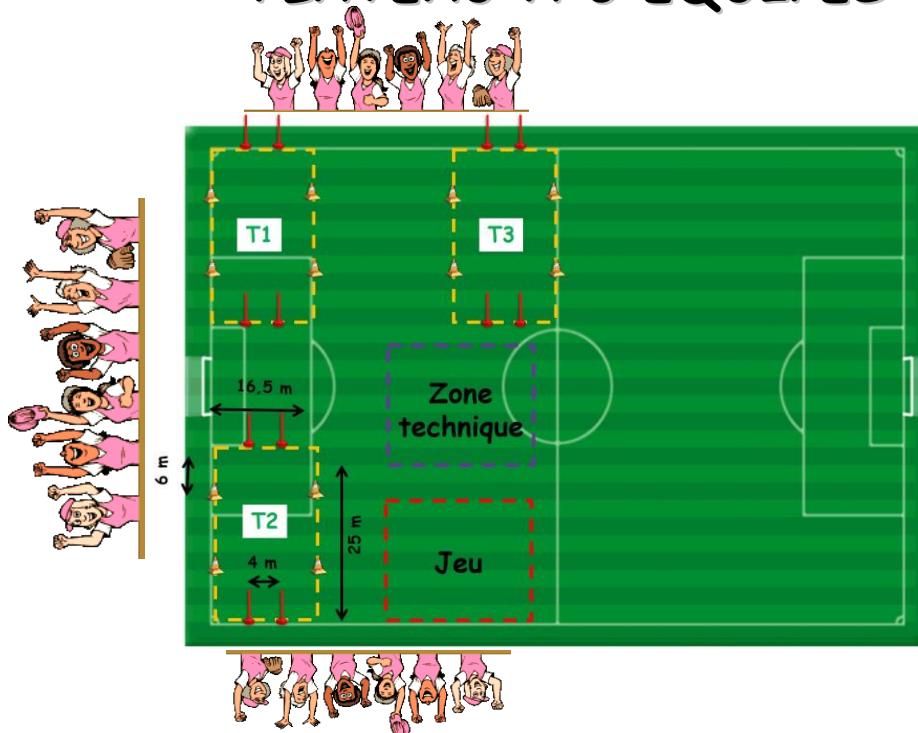
DEROULEMENT DU PLATEAU

	Nom de l'équipe	1 ^{er} temps de jeu	2 ^{ème} temps de jeu	3 ^{ème} temps de jeu	4 ^{ème} temps de jeu
E1		T1	T1	T2	T1
E2		T1	T2	T1	J
E3		T2	T1	J	T2
E4		T2	J	T1	T1
E5		J	T2	T2	T2

1 temps de jeu = 10 minutes



PLATEAU A 6 EQUIPES



Equipe 1 :

Equipe 4 :

Equipe 2 :

Equipe 5 :

Equipe 3 :

Equipe 6 :

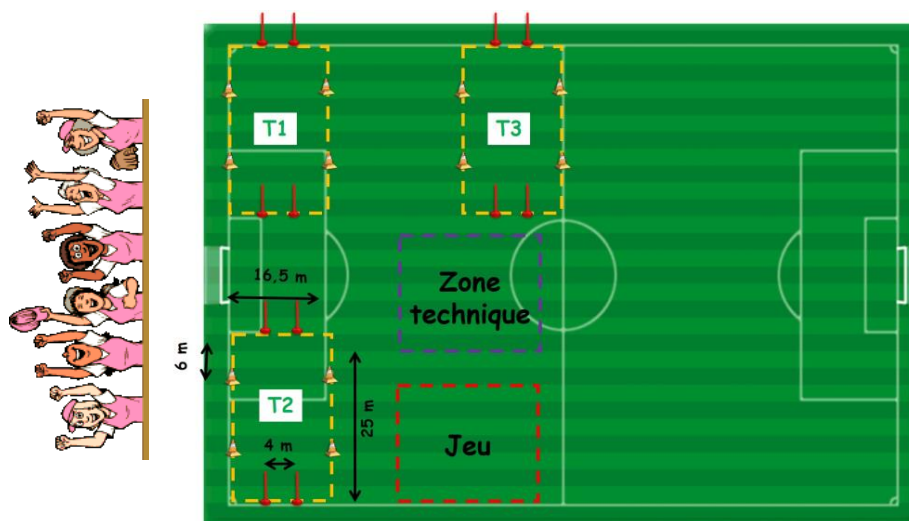
DEROULEMENT DU PLATEAU

	Nom de l'équipe	1 ^{er} temps de jeu	2 ^{ème} temps de jeu	3 ^{ème} temps de jeu	4 ^{ème} temps de jeu
E1		J	T1	T2	T1
E2		T1	J	T1	T1
E3		T1	T1	J	T2
E4		J	T2	T1	T2
E5		T2	J	T2	T3
E6		T2	T2	J	T3

1 temps de jeu = 10 minutes



PLATEAU A 7 EQUIPES



Equipe 1 :

Equipe 5 :

Equipe 2 :

Equipe 6 :

Equipe 3 :

Equipe 7 :

Equipe 4 :

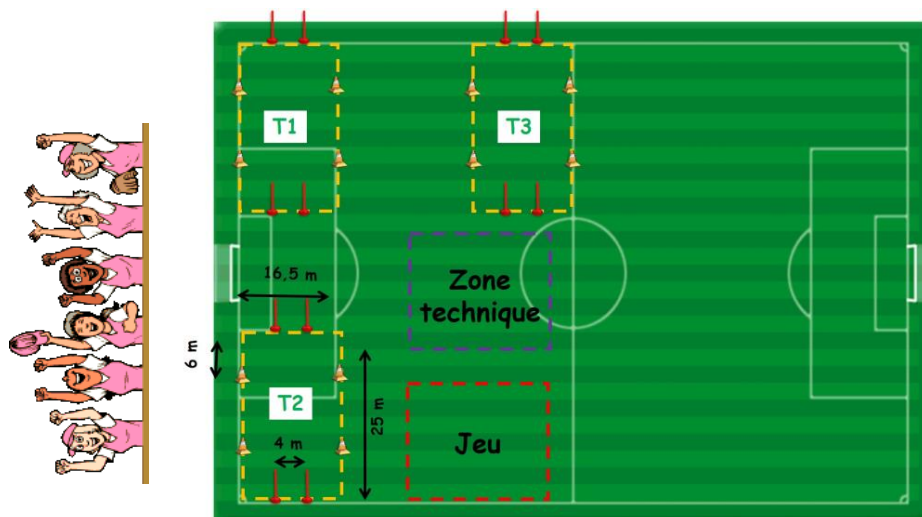
DEROULEMENT DU PLATEAU

	Nom de l'équipe	1 ^{er} temps de jeu	2 ^{ème} temps de jeu	3 ^{ème} temps de jeu	4 ^{ème} temps de jeu
E1		T1	J	T1	T2
E2		T1	T3	J	T1
E3		T2	T3	T2	T3
E4		T2	T2	T1	J
E5		J	T2	T3	T3
E6		J	T1	T3	T2
E7		J	T1	T2	T1

1 temps de jeu = 10 minutes



PLATEAU A 8 EQUIPES



Equipe 1 :

Equipe 5 :

Equipe 2 :

Equipe 6 :

Equipe 3 :

Equipe 7 :

Equipe 4 :

Equipe 8 :

DEROULEMENT DU PLATEAU

	Nom de l'équipe	1 ^{er} temps de jeu	2 ^{ème} temps de jeu	3 ^{ème} temps de jeu	4 ^{ème} temps de jeu
E1		T1	T2	T3	J
E2		T1	J	T2	T2
E3		T2	T3	J	T3
E4		T2	T1	T1	J
E5		T3	J	T1	T1
E6		T3	T2	J	T2
E7		J	T1	T2	T3
E8		J	T3	T3	T1

1 temps de jeu = 10 minutes

I NTERCLUBS



« A LA RENCONTRE D'UN CLUB »

Cela concerne les clubs ayant des jeunes parmi les catégories : U7/U9/U11/U13
Le district communique les dates bloquées dans le calendrier pour les interclubs.
Si les clubs ne possèdent pas les quatre catégories, ils s'adapteront au cadre proposé.
Le district pourra regrouper 2 clubs. L'école de football du club X accueille l'école de football du club Y avec au minimum 2 catégories (si les effectifs sont importants séparer les U7/U9 et U11/U13).

Le club accueillant organise son plateau librement, avec la formule de son choix en s'appuyant sur le panel d'animations proposées (création d'affiches, déguisements, maquillages, chorégraphies, chansons...). Les accompagnateurs, joueurs et dirigeants pourront être habillés aux couleurs de leur club. L'interclubs a lieu sur l'après-midi ou sur la journée avec le repas pris en commun (enfants, éducateurs, parents). Les parents et accompagnateurs devront encourager leur équipe dans un climat de sportivité.

En fin de plateau, les parents apporteront et organiseront les goûters pour les petits et grands.

INTERCLUBS « UNE JOURNÉE D'ÉCHANGES »

UN TEMPS SPORTIF

UN TEMPS D'ÉCHANGES

UN ÉCHAUFFEMENT*

15'

UN PROTOCOLE*

Avant et après la rencontre

5'

ACTIVITÉ FOOT 3 C 3 À 8 C 8

40' maximum

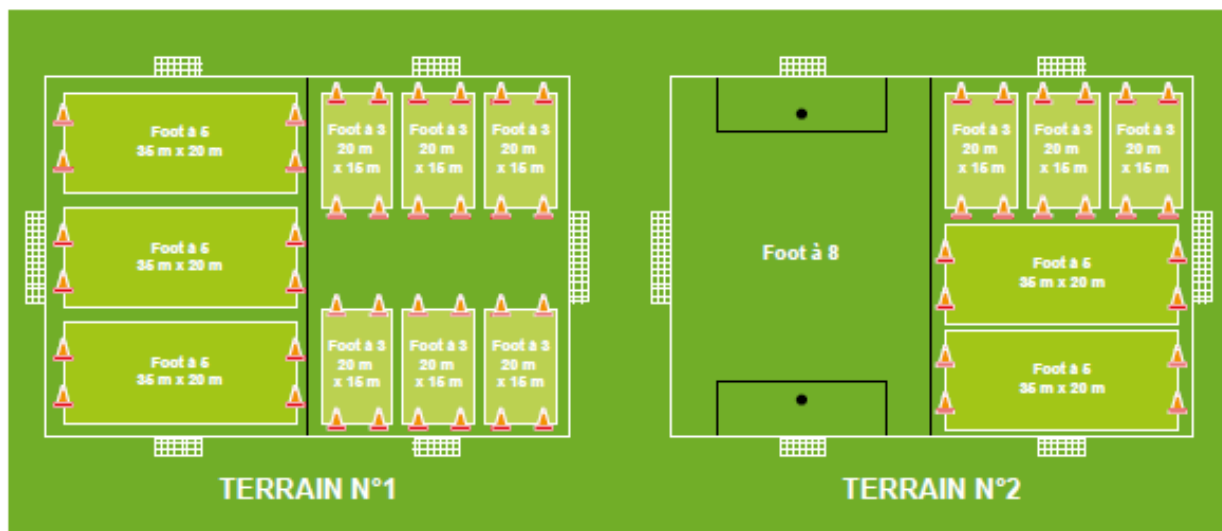
UN ATELIER
ÉDUCATIF

UN ATELIER « ÉCHANGES »

Avec les parents / les encadrants

15'

EXEMPLES D'ESPACES DE JEU



EXEMPLES D'ORGANISATION D'UN INTERCLUBS U6 À U9

Effectif : U6 à U9

Pratique : 3 c 3 à 5 c 5

Suppléants : 0 si possible

Nombre d'équipes : 12 équipes U7
6 équipes U9

Temps de jeu : 6 x 7 minutes

Espace de jeu : n°1

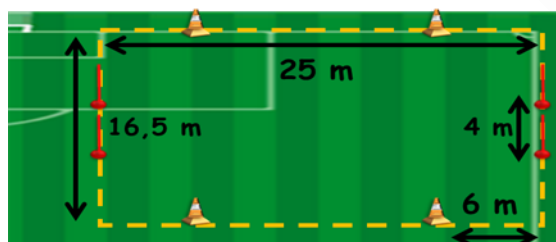
Matériel :

- > Ballons T3 ou T4
- > Coupelles (pour sécuriser les aires de jeu)
- > 36 cônes ou jalons
- > 6 jeux de 5 chasubles
- > 1 pharmacie

Horaires	Rotations	Terrains	
9 h 45	Accueil	½ Terrain 1	½ Terrain 2
10 h 15	Rotation 1	12 équipes U7	6 équipes U9
10 h 25	Rotation 2	Les équipes visiteuses tournent dans le sens des aiguilles d'une montre	
10 h 35	Rotation 3		
10 h 45	Pause - Animations / Atelier éducatif		
11 h 10	Rotation 4	Les équipes visiteuses tournent dans le sens des aiguilles d'une montre	
11 h 20	Rotation 5		
11 h 30	Rotation 6		
11 h 45	Goûter et verre de l'amitié		

On peut imaginer un système de vagues pour que les équipes jouent un match sur deux et puissent être supportrices

RÈGLEMENTATION



LE TERRAIN

Dimension 16,5 m l x 25 m L

4 plots placés à 6m de chaque coin, sur la longueur du terrain, permettent, sans tracé particulier, de déterminer les deux surfaces de réparation. Remarque : dans cette zone, le gardien de but aura le droit de jouer à la main

Pénalty à 6m, Buts de 4m x 1,5m (hauteur du piquet)

LES EQUIPES :

Une équipe se compose de 3, 4 ou 5 joueurs (garçons ou filles) dont un(e) gardien (e) de but. Les joueuses U8 sont autorisées à jouer dans la catégorie ainsi que 2 joueurs U8 débutant le football.

Elle peut comporter 1 remplaçant. Celui-ci peut entrer dans le jeu à n'importe quel moment de la partie. Les joueurs remplacés continuent à participer à la rencontre en qualité de remplaçants

Lors du plateau, tous les JOUEURS ou JOUEUSES doivent participer de façon égale

L'EQUIPEMENT :

Le port des protège-tibias est obligatoire, ainsi que la licence

Ballon taille 3

LE TEMPS DE JEU :

Temps de jeu de 40 minutes avec alternance de rencontres et ateliers : 3 matches et 1 jeu

LES REGLES :

Arbitrage éducatif au bord du terrain

Pas de hors-jeu

Tous les coups francs sont directs. Sur un coup d'envoi, coup franc, corner et touche, les joueurs adverses se situent à 6m.

Les touches s'effectuent au pied avec au choix : rentrer dans le jeu en conduite ou passer à un(e) autre joueur(se)

Les relances du gardien sont à la main ou au sol au pied. Sur passe d'un partenaire, le gardien peut se saisir du ballon avec les mains



CALENDRIER :

🏠 Journée d'accueil :

Le samedi 26 septembre 2015

🏠 Journée rentrée Ecole Féminine de Football :

Le samedi 3 octobre 2015

🏠 Journée Nationale :

Le samedi 12 juin 2016

🏠 Réunion de fin de saison :

🏠 Formations :

**Pour plus d'informations,
rendez-vous sur le site de
votre District ou de la Ligue
du Centre-Ouest**

🏠 U9 :

🏠 U11 :



District 87 : 05 55 77 35 40

C.D.F.A. : Olivier DESPLAT 06 29 85 11 53

District 23 : 05 55 52 09 85

C.D.F.A. : Sylvain LACOTE

06 79 02 36 45

District 16 :

05 45 61 83 85

C.D.F.A. :

Jean-Luc HEBRE

06 80 89 51 87

District 19 :

05 55 17 74 00

C.D.F.A. : Olivier COELHO

06 46 36 12 93

District 86 : 05 49 61 66 43

C.D.F.A. : Anthony ALLOUIS

06 44 28 33 94

District 17 : 05 46 91 86 96

C.D.F.A. :



District 79 :

05 49 79 79 97

C.D.F.A. :

Jean-Marc LAVILLE

06 46 41 88 51