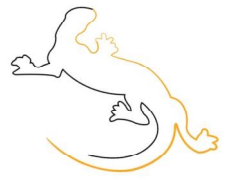


# La pratique du football chez les U11 et les U10F-U13F





# « 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 ou par les « très jeunes arbitres »
8. Etre exemplaire et Fair-Play
9. Partager un moment de convivialité (goûter)
10. Prendre et faire prendre du **PLAISIR**

# SOMMAIRE :

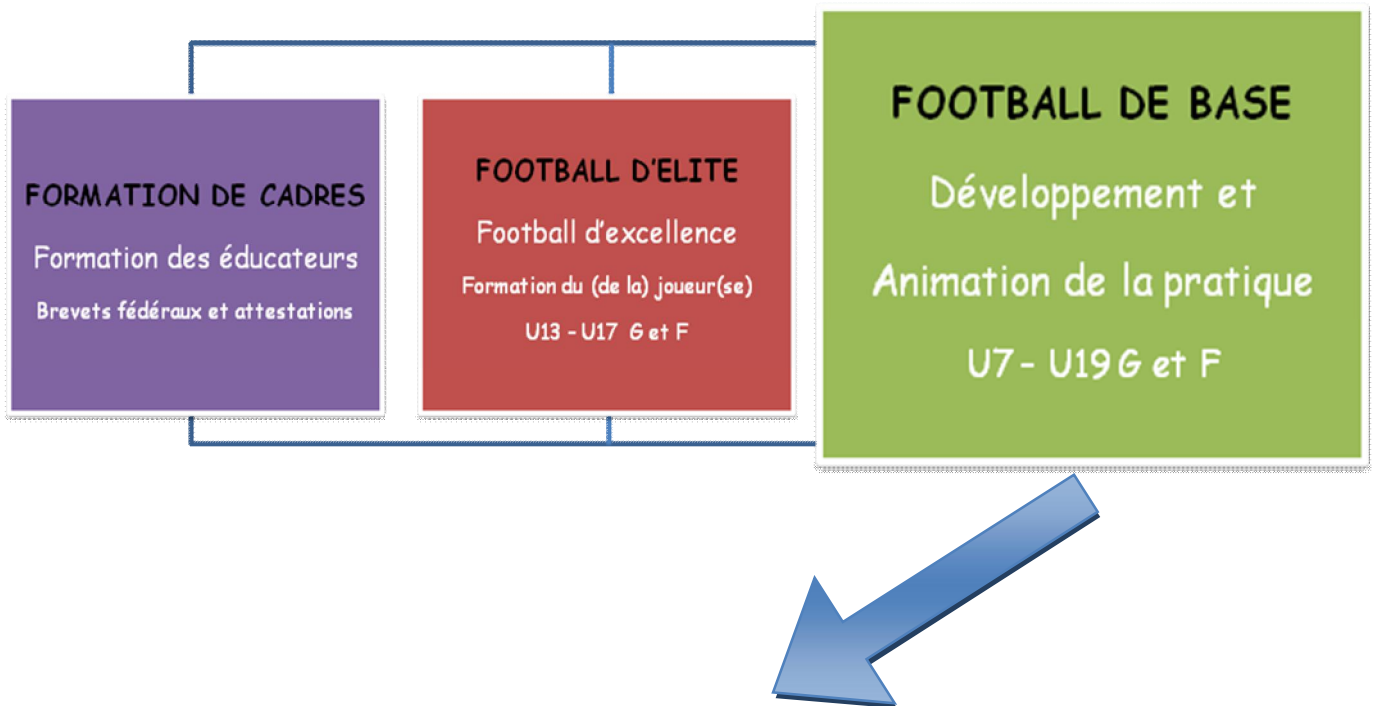


<b>P</b> REAMBULE	P 4
<b>L</b> ES FORMES DE PRATIQUE	p 5
<b>A</b> CCUEIL DU MATCH	p 6
<b>I</b> NTEGRATION DU « DEFI JONGLERIE »	p 7
<b>S</b> UIVI DES PLATEAUX	p 8
<b>I</b> NFORMATIONS	p 9
<b>R</b> ELEMENTATION	p 10



# PREAMBULE

🤖 La Ligue du Centre-Ouest souhaite mettre en place pour ce nouveau mandat une Equipe Technique Régionale avec 3 pôles de travail



Objectif : **HARMONISATION**

🤖 Pour cela la L.C.O. et l'ensemble des 7 districts proposent des pratiques pour chaque catégorie



# L ES FORMES DE PRATIQUE

Pratiques	U11
Licenciés Licenciées	U10 + U11 + 3U9 max U10F + U11F + U12F + 3U9F max
Pratiques	8 X 8
Nombre de remplaçants(es)	4 au maximum (il vaut mieux avoir une 2 <sup>ème</sup> équipe que 4 enfants sur la touche)
Aires de jeu	$\frac{1}{2}$ terrain
Temps de jeu	50' maximum Ou 2 x 25 min
Temps de jeu minimum par enfant	Moitié du temps
Organisation	District
	Plateaux + matchs + jongleries (objectif 3 <sup>ème</sup> phase 30-30-30)
	3 phases
	18 à 22 journées
Lois du jeu	Foot à 8 Surface de réparation Hors jeu aux 13m



# A CCUEIL DU MATCH

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

1. Déterminer la personne responsable de **l'accueil** des équipes
2. Prévoir le goûter
3. Prévoir les bouteilles d'eau pour les équipes
4. Imprimer la feuille de plateau ou de match
5. Mettre en place les « 10 minutes jongleries »
6. Se réserver une « zone technique » de part et d'autre du but de foot à 11 et demander aux spectateurs de rester derrière les mains courantes
7. **Laissez-les jouer au minimum la moitié du temps**
8. Avant le début du match, comme les grands, tous les acteurs :  
JOUEUR(ES) + EDUCATEURS + ARBITRES se serrent la main
9. A la fin du match, mieux que les grands, tous les acteurs  
JOUEUR(ES) + EDUCATEURS + ARBITRES se serrent la main
10. **Passer, tous ensemble, un moment de convivialité autour du goûter**

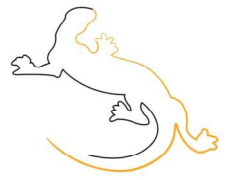


# I NTEGRATION DES « 10 MINUTES DE JONGLERIE »

## DEROULEMENT :

- 1. Prévoir** : le plus grand nombre de ballons possibles (environ 7 à 11 ballons).
- 2. Former** : des couples (1 joueur de chaque équipe) suivant leurs niveaux en jonglages (de 1 à X).
- 3. Constituer** : le maximum de couples possibles suivant le nombre de joueurs des équipes (faire participer tous les joueurs(ses)).
- 4. Minuter** : un des deux éducateurs annonce le début et la fin des 10 minutes. Les éducateurs peuvent s'ils le souhaitent découper ces « 10 minutes jongleries », 1 min 30 pour une équipe pied fort et l'autre équipe compte. Ensuite on inverse et on fait de même pour le pied faible et la tête.
- 5. Compter** : les 2 joueurs(ses) se comptent (1 jongle, l'autre de l'équipe adverse compte)
- 6. Responsabiliser** : chaque couple est autonome. Les enfants se saluent avant et après les 10 minutes de jongleries.
- 7. Reporter** : a l'issue de chaque essais (Pied fort, Pied Faible et Tête), les enfants viennent communiquer leurs résultats réalisés à l'éducateur(trice) ou responsable de leur équipe. Puis noter les performances sur la feuille de match dans les cases prévues à cet effet puis comptabiliser le total des 7 meilleurs.
- 8. Systématiser** : les 10 minutes jongleries doivent être effectuées avant les rencontres et le retour des feuilles "10 minutes jonglerie" est obligatoire au District.

# SUIVI DES PLATEAUX



## Plateau à 3 équipes :

Equipe 1 : .....

Equipe 2 : .....

Equipe 3 : .....

Equipe recevante		Score		Equipe Visiteuse	
E1					E2
E2					E3
E3					E1

Durée des matchs : 25 minutes ou 2X12

## Plateau à 4 équipes :

Equipe 1 : .....

Equipe 3 : .....

Equipe 2 : .....

Equipe 4 : .....

Equipe recevante		Score		Equipe Visiteuse	
E1					E2
E3					E4
E3					E1
E2					E4
E1					E4
E2					E3

Durée des matchs : 16 minutes

Ne pas oublier la mise en place des « 10 minutes jongleries »





# I NFORMATIONS

🏠 Journée d'accueil :

**Samedi 14 septembre 2013**

🏠 Journée rentrée E.F.F. :

**Samedi 5 octobre 2013**

🏠 Challenge départemental :

🏠 Formations :

🏠 U9 :

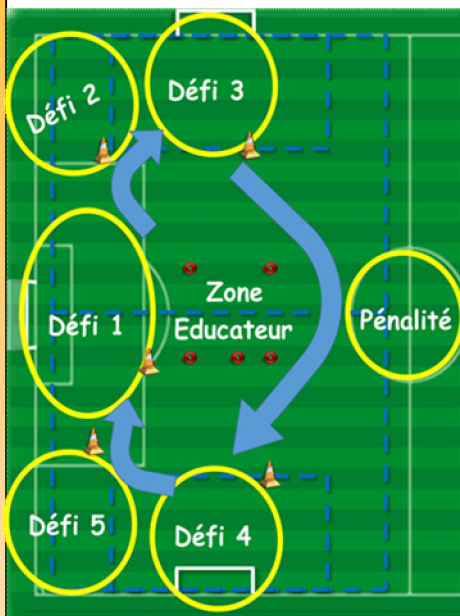
🏠 U11 :

La ligue du Centre-Ouest (sous l'impulsion de la F.F.F.), souhaite développer l'arbitrage des jeunes à la touche. Pour cela, nous souhaitons développer la mise en place du Biathlon des lois du jeu qui vous a été expliqué lors de la réunion de rentrée. Vous trouverez toutes les informations nécessaires sur le site de la Ligue du Centre-Ouest ou de votre District.

A partir de la 2<sup>ème</sup> partie de saison, les joueurs(ses) remplaçants feront offices d'arbitres de touche (comme expliqué lors des réunions de début de saison)

Description : Exercice ludique permettant d'associer un défi technique et une initiation aux lois du jeu. Le temps global de l'atelier est de 15 min.

Sur le terrain U11, des ateliers techniques sont disposés comme l'image suivante :



Au maximum, 10 équipes de 2 joueurs(ses) sont constituées. Chaque équipe va d'un atelier à l'autre dans l'ordre établi. Chaque joueurs(ses) à 3 essais pour réussir son défi. A la fin de chaque défi, l'équipe doit répondre à une question située au niveau du cône positionné à proximité de l'atelier, et va donner sa ensuite réponse à l'éducateur.

Toutes les équipes sont réparties de manière aléatoire sur les ateliers, et partent en même temps. Chaque enfant garde son ballon en permanence

1) Si l'équipe réussit son défi, elle va au cône pour lire une question et apporte sa réponse à l'éducateur.

Une fois la réponse donnée, l'équipe va faire son défi suivant.

2) Si l'équipe ne réussit pas son défi (au bout de 3 essais par enfant), elle va au cône pour lire une question et apporte sa réponse à l'éducateur. Elle prend un tour de pénalité (moitié du rond central, en courant avec le ballon dans les mains) et si la réponse donnée est fausse elle prend un deuxième tour de pénalité.

Dans tous les cas :

3) Si l'équipe donne une réponse fausse à la question, elle prend un tour de pénalité. Les ateliers peuvent être fait par plusieurs équipes en même temps.

L'éducateur est dans une zone au centre du terrain. Pour aller donner leur réponse, les équipes doivent attendre que l'éducateur soit libre et doivent passer par la porte. L'éducateur doit demander aux équipes s'ils ont réussi le défi ou pas. Il reporte ensuite la réponse donnée sur le tableau. Il donne également la bonne réponse à l'équipe.

1 point par bonne réponse. L'équipe qui a le plus de point remporte le biathlon.

Matériel :

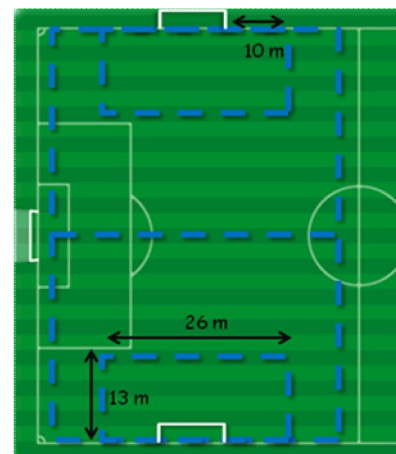
1 ballon par enfant, 5 cônes pour les questions, 5 coupelles pour délimiter la zone « éducateur ». Le reste dépend des ateliers choisis



# RÈGLEMENTATION

## LE TERRAIN

- 👹 Dimension  $\frac{1}{2}$  terrain avec si possible réduction en largeur de 1 ou 2m
- 👹 Buts de 6m x 2m
- 👹 Une surface de réparation de 26m x 13m (10m en partant du poteau) doit être tracée (possibilité d'utiliser une autre couleur que le blanc)
- 👹 Le point de pénalty à 9m de la ligne de but



## L'EQUIPE

- 👹 Elle se compose de 8 joueurs (garçons ou filles) dont un(e) gardien(ne) de but
- 👹 Les joueuses U12 sont autorisées à jouer dans cette catégorie
- 👹 Les licences sont obligatoires (voir R.G. de la L.C.O.)
- 👹 Elle peut comporter 4 remplaçant(e)s. Ceux-ci peuvent entrer dans le jeu à n'importe quel moment de la partie sur un arrêt de jeu. Les joueurs(ses) remplacé(e)s continuent de participer à la rencontre en qualité de remplaçant(e)s

**Lors du plateau ou match, tous les JOUEURS ou JOUEUSES doivent participer de façon égale soit 50% du temps**

## L'EQUIPEMENT

- 👹 Le port des protège-tibias est obligatoire
- 👹 Les bijoux sont interdits
- 👹 Ballon Taille 4

## LE TEMPS DE JEU

- 👹 50 minutes en format plateau, ou 2x25min en format match simple
- 👹 Mise en place des « 10 minutes jongleries » obligatoire

## LE HORS-JEU

- 👹 Le hors jeu est signalé à partir de la ligne des 13 mètres



## LES REMISES EN JEU

- 👹 Sur un coup d'envoi, coup franc et corner, les joueurs adverses se situent au moins à 6m du ballon.
- 👹 Sur un « 6 mètres », les joueurs adverses se situent en dehors de la surface de réparation et à au moins 6m du ballon.
- 👹 Sur une rentrée de touche, les joueurs adverses se situent à au moins 2m.

## LES FAUTES

Loi 12) 👹 Les coups francs sont soit directs ou indirects en fonction de la faute (réf.

*En résumé*

- 👹 Dès qu'il y a contact avec l'adversaire ou que le ballon est touché volontairement de la main = coup franc direct
- 👹 Pas de contact = coup franc indirect

### 👹 Le gardien de but ne peut pas :

- 👹 Se saisir du ballon avec les mains sur une passe volontaire au pied d'un partenaire.
- 👹 Lorsqu'il tient le ballon dans les mains, il ne peut pas dégager de volée ou de demi-volée.
- 👹 Se saisir du ballon de la main sur une touche faite par un partenaire
- 👹 Dans ces trois derniers cas, la sanction sera : coup franc indirect dans l'alignement de la faute sur la ligne de la surface de réparation (13 m)

## LES COUPS FRANCS

### 1. COUP FRANC DIRECT (CFD)

Un CFD est accordé à l'équipe adverse du joueur qui :

- |  |  |
|--|--|
| 👹 donne un coup de pied à l'adversaire | 👹 tacle un adversaire                      |
| 👹 fait un croche-pied à l'adversaire   | 👹 tient un adversaire                      |
| 👹 saute sur un adversaire              | 👹 crache sur un adversaire                 |
| 👹 charge un adversaire                 | 👹 touche délibérément le ballon de la main |
| 👹 frappe un adversaire                 |  |
| 👹 bouscule un adversaire               |  |

Le Coup de Pied de Réparation  
(CFD dans sa propre surface de réparation)  
ou **PENALTY**  
est toujours de vigueur !

Sur un CFD, le ballon pénètre DIRECTEMENT dans le but

- 👹 Dans le but de l'équipe adverse ⇒ BUT ACCORDE
- 👹 Dans le but de l'équipe de l'exécutant ⇒ CORNER pour l'équipe adverse



## 2. COUP FRANC INDIRECT (CFI)

a) Un CFI est accordé à l'équipe adverse si, à l'intérieur de sa propre surface de réparation, un gardien de but :

🤡 garde le ballon en main pendant plus de six secondes avant de le relâcher

🤡 touche une nouvelle fois le ballon des mains après l'avoir lâché, sans qu'il ait été touché par un autre joueur

🤡 touche le ballon des mains sur une passe bottée délibérément par un coéquipier

🤡 touche le ballon des mains directement sur une rentrée de touche effectuée par un coéquipier

🤡 **dégage de volée ou de demi-volée (Règlement spécifique)**

Voir exécution du CFI dans PROCEDURE (§3)

b) Un CFI est également accordé à l'équipe adverse du **joueur** qui :

🤡 joue d'une manière dangereuse

🤡 fait obstacle à la progression d'un adversaire

🤡 empêche le gardien de but de lâcher le ballon des mains

### Signal de l'arbitre

L'arbitre signale le CFI en levant le bras au-dessus de la tête. Il maintient son bras dans cette position pendant l'exécution du coup franc et jusqu'à ce que le ballon touche un autre joueur ou ne soit plus en jeu.



### Sur un CFI, le ballon pénètre DIRECTEMENT dans le but

🤡 Dans le but de l'équipe adverse ⇒ « 6 mètres » pour l'équipe adverse

🤡 Dans le but de l'équipe de l'exécutant ⇒ CORNER pour l'équipe adverse

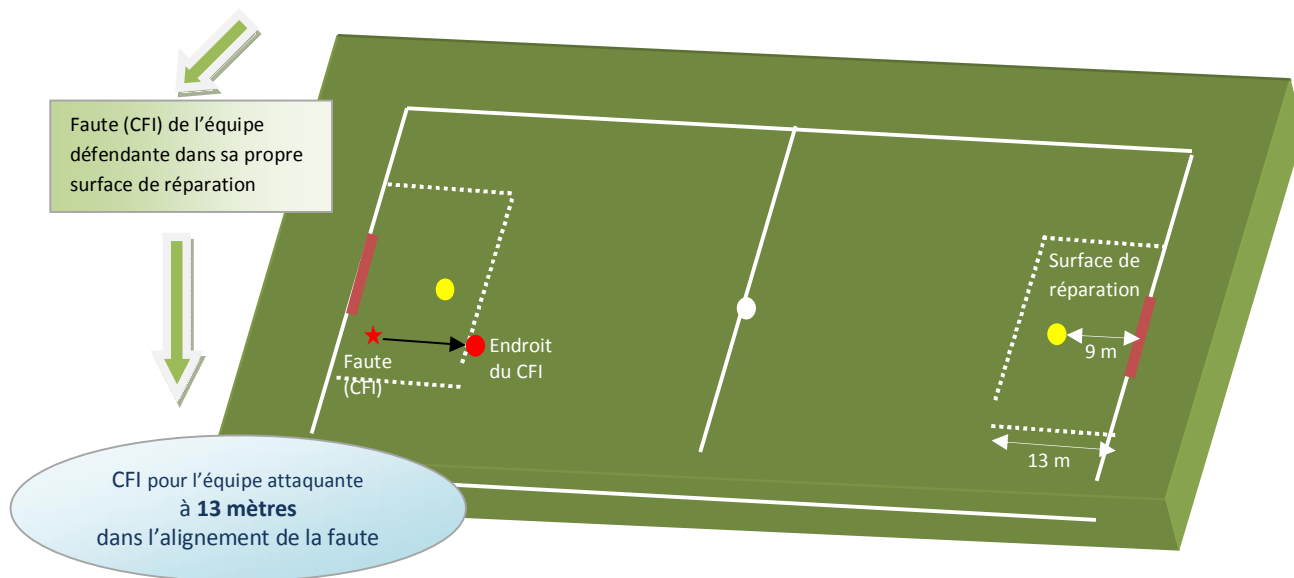
Un but ne peut être accordé que si le ballon entre dans le but après avoir touché un autre joueur.



### 3. PROCEDURE

Les coups francs (Direct et Indirect) sont exécutés à l'endroit où la faute a été commise

sauf cas particuliers (CFI - Réf. S2 - de l'équipe défendante dans sa surface de réparation)



Dans tous les cas :

- Le ballon doit être immobile au moment de l'exécution
- Les adversaires sont au minimum à **6 mètres** du ballon
- L'arbitre donne le signal (coup de sifflet, geste, voix, ...)
- Le ballon est en jeu dès qu'il est botté et a bougé
- Si le CF (pour la défense) est dans la surface de réparation, le ballon doit sortir de la surface pour être en jeu
- L'exécutant ne doit pas retoucher le ballon avant que celui-ci ait été touché par un autre joueur (sinon CFI)

### 4. COUP FRANC RAPIDE

Un coup franc peut être joué rapidement quand aussitôt après le coup de sifflet de l'arbitre dans la continuité de l'action, un joueur de l'équipe qui en bénéficie botte le ballon arrêté à l'endroit de la faute ou à l'endroit précisé par la loi (PAS BESOIN DE SIGNAL DE L'ARBITRE).

Si un adversaire, à moins de 6 mètres, récupère le ballon ⇒ Laisser jouer Par contre dès qu'un joueur de l'équipe qui bénéficie du coup franc demande le respect de la distance réglementaire par un adversaire, le coup franc ne peut plus entrer dans la catégorie des coups francs joués rapidement. De plus, lorsque le ballon se trouve éloigné de l'endroit de la faute et qu'il met un certain temps pour revenir, le coup franc ne pourra pas être joué rapidement par l'équipe qui en bénéficie.

Dans les 2 cas précédents, il est indispensable que le joueur exécutant le coup franc attende le signal de l'arbitre.

# CALENDRIER DISTRICT :





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. :

Christophe TESSIER

06 34 53 48 64

District 79 :

05 49 79 79 97

C.D.F.A. :

Jean-Marc LAVILLE

06 46 41 88 51

