

La pratique du football chez les U7



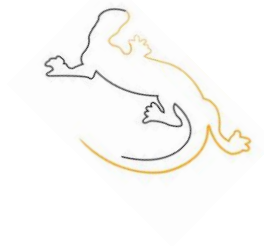
« LES 10 COMMANDEMENTS »

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

ACCUEIL DU PLATEAU p 6

INTEGRATION DES JEUX p 7

SUIVI DES PLATEAUX p 8

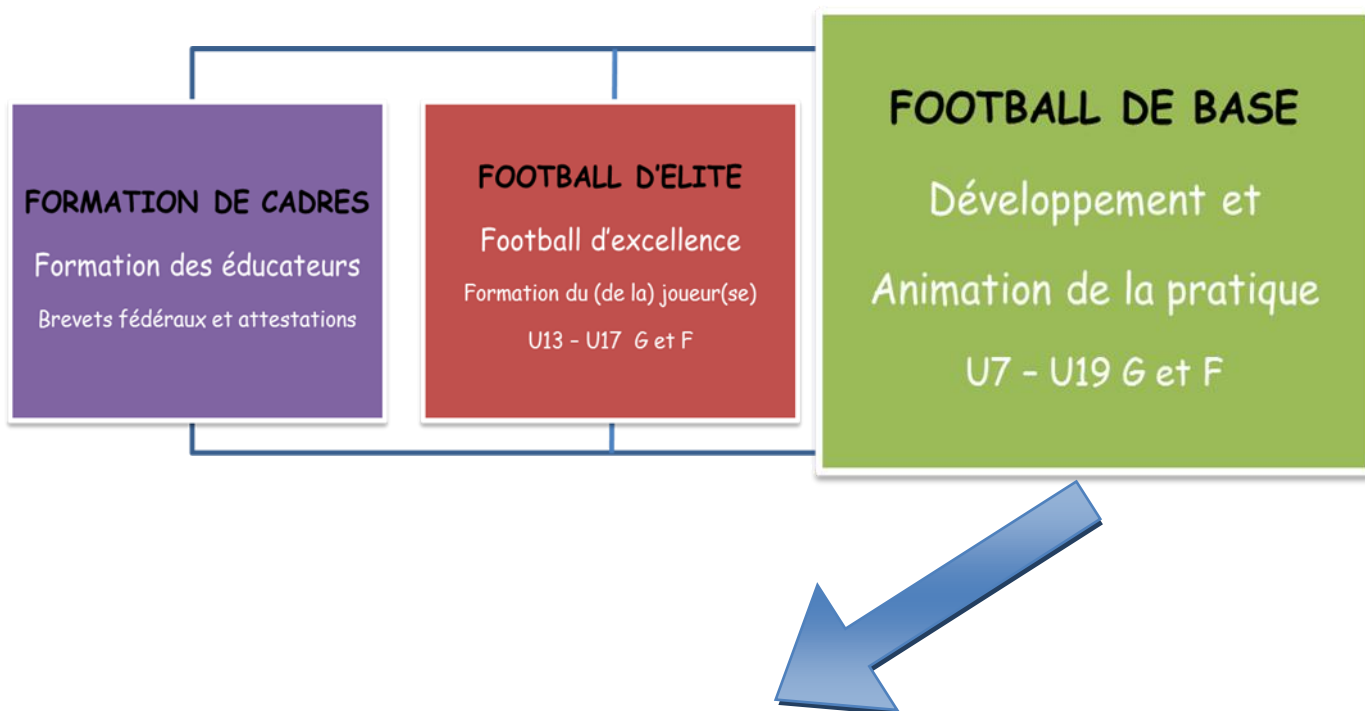
INFORMATIONS p 13

REGLEMENTATION p 14

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	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 à 20 X 30 m
Temps de jeu	40' maximum
Temps de jeu minimum par enfant	Moitié du temps
Organisation	District - Secteurs - Clubs
	Plateaux + JEUX
	2 à 3 phases
	15 à 20 journées
Lois du jeu	Foot à 5



A CCUEIL DU PLATEAU

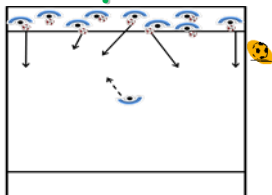
Quelques étapes clefs dans l'organisation d'un plateau :

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 les jeux (coupelles, ballons...)
5. Prévoir les bouteilles d'eau pour les équipes
6. Imprimer la feuille de plateau
7. Prévoir des chasubles
8. **Laissez les jouer** et faites équipes en entente plutôt que d'avoir des remplaçants
9. Animer le plateau (rotations entre jeux 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
10. 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)
11. **Passer un moment de convivialité autour du goûter**
12. 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.

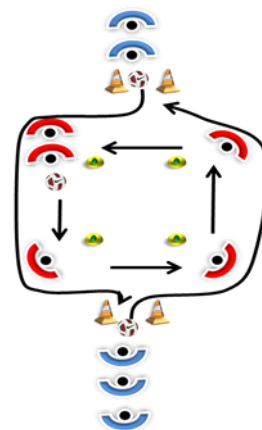
👤 Le ou la joueur(se) pris peut remplacer le loup ou se joindre à lui etc.. (les loups peuvent effectuer des chaînes notamment quand ils sont nombreux).

L'horloge

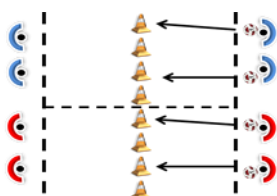
👤 Les rouges font tourner un ballon autour du carré pour lui faire faire un maximum de « tours d'horloge » pendant que les bleus effectuent un relais avec 2 ballons.

👤 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



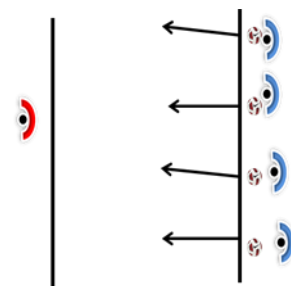
👤 La première équipe qui a fait tomber toutes ses quilles a gagné sachant qu'il faut tirer derrière la ligne en pointillés noirs.

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

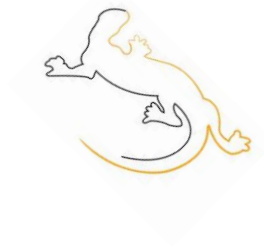
1-2-3 soleil

👤 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.

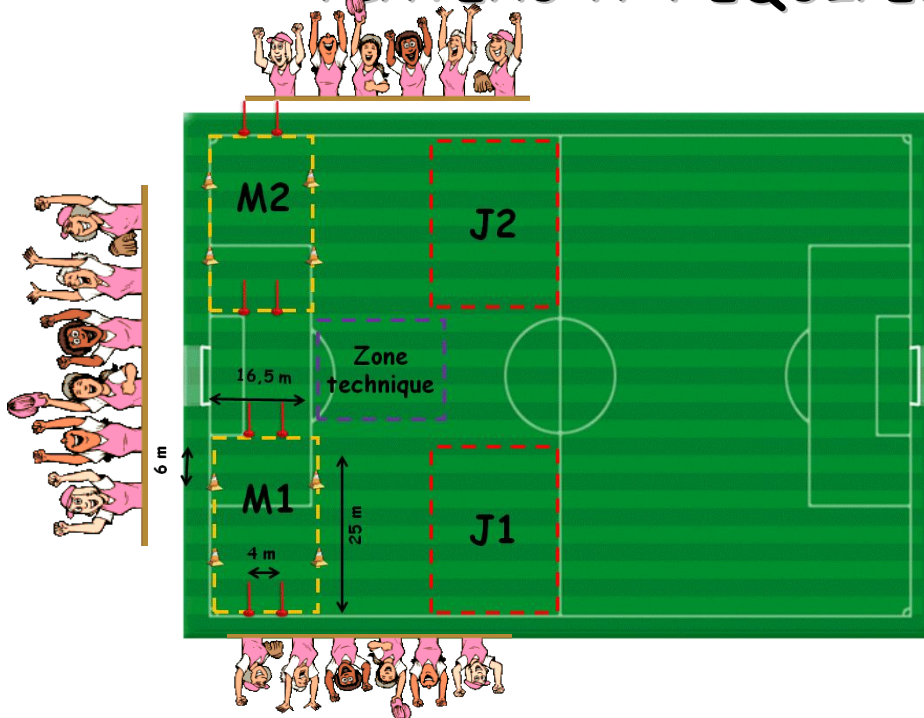
👤 Faire varier les immobilisations (pied droit, main sur la tête...)



SUIVI DES PLATEAUX



PLATEAU A 4 EQUIPES



Equipe 1 :

Equipe 2 :

Equipe 3 :

Equipe 4 :

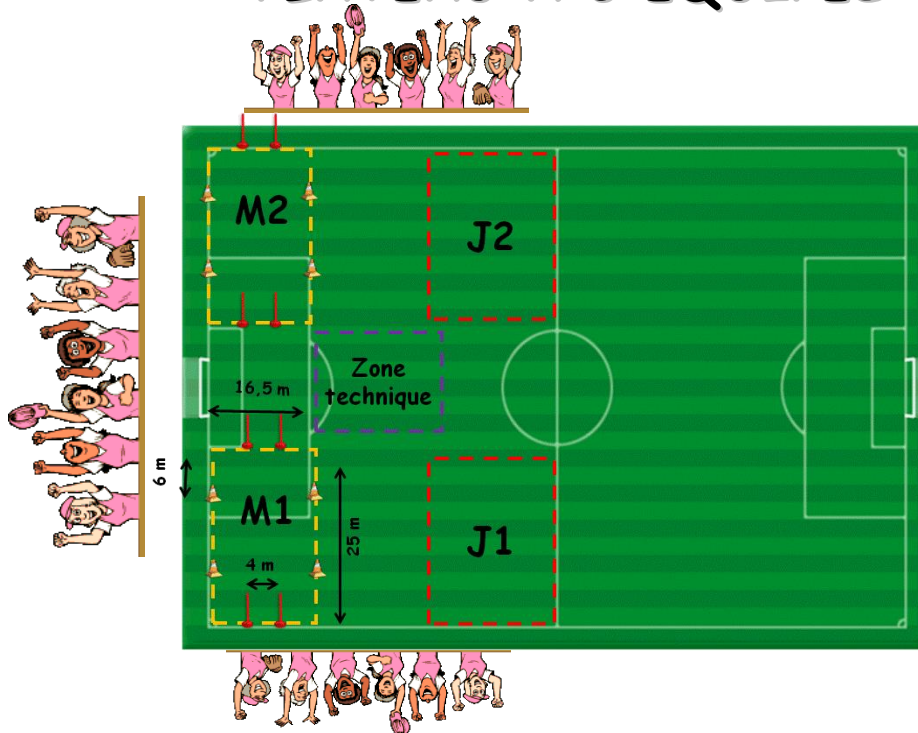
DEROULEMENT DU PLATEAU

	Nom de l'équipe	1 ^{er} temps de jeu	2 ^{ème} temps de jeu	3 ^{ème} temps de jeu	4 ^{ème} temps de jeu	5 ^{ème} temps de jeu
E1		J 2	M 1	J 1	M 1	M 1
E2		M 1	J 2	M 1	J 1	M 1
E3		M 1	J 2	J 1	M 1	M 2
E4		J 2	M 1	M 1	J 1	M 2

1 temps de jeu = 8 minutes



PLATEAU A 6 EQUIPES



Equipe 1 :

Equipe 4 :

Equipe 2 :

Equipe 5 :

Equipe 3 :

Equipe 6 :

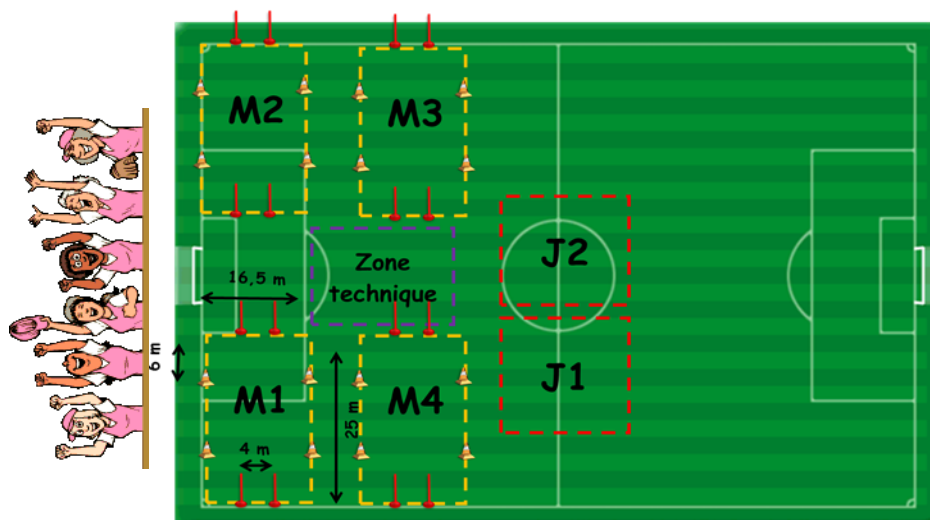
DEROULEMENT DU PLATEAU

	Nom de l'équipe	1 ^{er} temps de jeu	2 ^{ème} temps de jeu	3 ^{ème} temps de jeu	4 ^{ème} temps de jeu	5 ^{ème} temps de jeu
E1		J2	J1	M1	M2	M2
E2		J2	M2	M2	J1	M1
E3		M2	J2	M1	J1	M1
E4		M1	J2	J1	M1	M2
E5		M1	M2	J1	M2	J2
E6		M2	J1	M2	M1	J2

1 temps de jeu = 8 minutes



PLATEAU A 8 EQUIPES



Equipe 1 :

Equipe 5 :

Equipe 2 :

Equipe 6 :

Equipe 3 :

Equipe 7 :

Equipe 4 :

Equipe 8 :

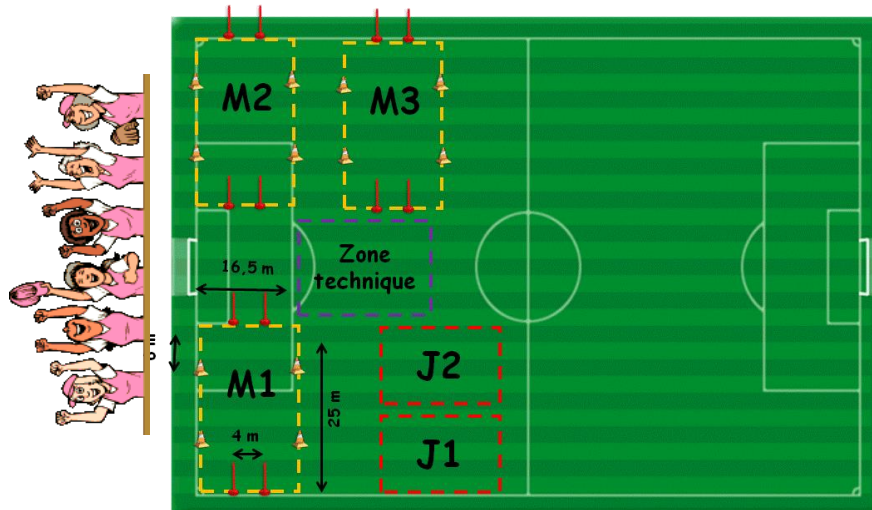
DEROULEMENT DU PLATEAU

	Nom de l'équipe	1 ^{er} temps de jeu	2 ^{ème} temps de jeu	3 ^{ème} temps de jeu	4 ^{ème} temps de jeu	5 ^{ème} temps de jeu
E1		J 2	M 1	J 1	M 1	M 1
E2		M 1	J 2	M 1	J 1	M 1
E3		M 1	J 2	J 1	M 1	M 2
E4		J 2	M 1	M 1	J 1	M 2
E5		J 1	M 3	J 2	M 4	M 3
E6		M 3	J 1	M 4	J 2	M 3
E7		M 3	J 1	J 2	M 4	M 4
E8		J 1	M 3	M 4	J 2	M 4

1 temps de jeu = 8 minutes



PLATEAU A 10 EQUIPES



Equipe 1 :

Equipe 6 :

Equipe 2 :

Equipe 7 :

Equipe 3 :

Equipe 8 :

Equipe 4 :

Equipe 9 :

Equipe 5 :

Equipe 10 :

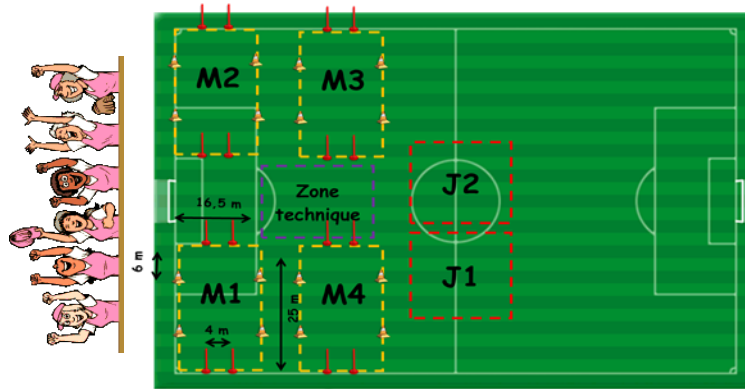
DEROULEMENT DU PLATEAU

	Nom de l'équipe	1 ^{er} temps de jeu	2 ^{ème} temps de jeu	3 ^{ème} temps de jeu	4 ^{ème} temps de jeu	5 ^{ème} temps de jeu
E1		M 1	J 1	M 3	M 1	J 2
E2		M 1	J 2	M 2	J 1	M 2
E3		J 1	M 1	J 2	M 1	M 2
E4		J 1	M 3	M 1	J 2	M 1
E5		M 2	J 2	M 3	M 2	J 1
E6		M 2	M 1	J 1	M 3	J 2
E7		M 3	M 2	J 2	J 1	M 1
E8		M 3	J 1	M 1	J 2	M 3
E9		J 2	M 2	J 1	M 2	M 3
E10		J 2	M 3	M 2	M 3	J 1

1 temps de jeu = 8 minutes



PLATEAU A 12 EQUIPES



Equipe 1 :

Equipe 7 :

Equipe 2 :

Equipe 8 :

Equipe 3 :

Equipe 9 :

Equipe 4 :

Equipe 10 :

Equipe 5 :

Equipe 11 :

Equipe 6 :

Equipe 12 :

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	5 ^{ème} temps de jeu
E1		J2	J1	M1	M2	M2
E2		J2	M2	M2	J1	M1
E3		M2	J2	M1	J1	M1
E4		M1	J2	J1	M1	M2
E5		M1	M2	J1	M2	J2
E6		M2	J1	M2	M1	J2
E7		J1	J2	M3	M4	M4
E8		J1	M4	M4	J2	M3
E9		M4	J1	M3	J2	M3
E10		M3	J1	J2	M3	M4
E11		M3	M4	J2	M4	J1
E12		M4	J2	M4	M3	J1

1 temps de jeu = 8 minutes



I NFORMATIONS

 Journée d'accueil :

Le samedi 4 Octobre 2014

Journée Nationale :

Le samedi juin 2015

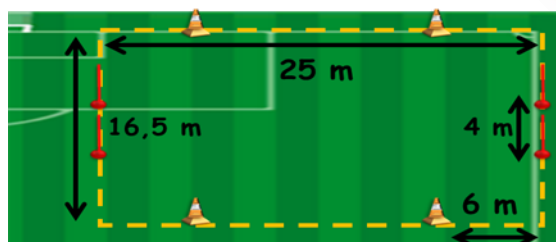
 Réunion de fin de saison :

 Formations :

 U9 :

 U11 :

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
- Chaussettes relevées en dessous des genoux
- Crampons vissés interdits sur les catégories U6 à U9.
- Ballon taille 3 ou 4

LE TEMPS DE JEU :

Temps de jeu de 40 minutes avec alternance de rencontres et ateliers : 3 matches et 2 jeux

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 4m.

Rentrée de Touche : Au pied, sur une passe au sol ou une conduite de balle* - Adversaires à 4m.
*Interdiction de marquer directement

Relance du gardien de But : libre

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

