



LIVRET U13



CALENDRIER DES PRATIQUES U13														
SEPTEMBRE			OCTOBRE			NOVEMBRE			DECEMBRE			JANVIER		
2	S		7	S	CRIT 14	4	S	Interclubs	2	S	CRIT 24	6	S	Futsal
9	S		14	S	CRIT 15	11	S	CRIT 21	9	S	FESTI FOOT	13	S	Futsal
16	S	CRIT 11	21	S		18	S	CRIT 22	16	S	CRIT 25	20	S	CRIT 26
23	S	CRIT 12	28	S		25	S	CRIT 23	23	S		27	S	CRIT 27
30	S	CRIT 13							30	S	Futsal			
FEVRIER			MARS			AVRIL			MAI			JUN		
3	S	F/CHA 1	3	S	REP F/CHA 2	7	S	Ph Dpt Festi U13 / FESTI FOOT	5	S	REP CRIT	2	S	FESTI FOOT
10	S	F/CHA 2	10	S	REP F/CHA 3	14	S	CRIT 210	12	S	Manifestations Clubs	9	S	
17	S	F/CHA 3	17	S	CRIT 28	21	S	REP CRIT	19	S		10	D	RASS CRIT / CHA
24	S	REP F/CHA 1	24	S	CRIT 29	28	S	REP CRIT	26	S	CRIT 211	16	S	Interclubs
			31	S	Manifestations Clubs							23	S	

CRITERIUM U13 (le samedi matin)

DEROULEMENT D'UN PLATEAU CRITERIUM U13:

PREMIERE PHASE

9h30: arrivée sur le stade
10h: défi-jonglage
10h15: échauffement
10h45: début du 1er match
11h25: début du 2ème match
12h00: fin du match + douche + goûter

DEUXIEME PHASE

9h30: arrivée sur le stade
10h: défi-jonglage
10h15: échauffement
10h45: début du match
12h00: fin du match + douche + goûter

Le Défi Jonglage

1 – A réaliser avant chaque plateau ou rencontre, sous forme de défi :

1 jeune face à 1 autre jeune par numéro

2 – Comptage des jonglages : Par le joueur en attente, (de l'équipe adverse).

À la fin des 3 minutes, les joueurs restent à leur place, et c'est l'animateur qui se déplace pour demander son prénom au jongleur, et le score au compteur.

Résultats inscrits sur la feuille de plateau par le responsable.

Suivi des progressions en U13 par niveau et par phase (commission).

3 – Privilégier des Défis au temps :

Les joueurs essaient d'atteindre l'objectif pendant 3 minutes

Le temps est géré par le responsable

4 – Objectifs évolutifs d'une phase à l'autre.

➤ Même si l'objectif d'atteindre 50 jonglages avec chacune des surfaces peut paraître difficile, les éducateurs devront fixer des objectifs de progression pour chaque enfant.

Niveaux	Pied droit	Pied gauche	Tête
Elite	50	50	50
D5	50	50	40
D1	40	40	30
D2	30	30	20
D3	20	20	10

5 – Organisation :

1 ballon pour 2 ou 12 ballons par terrain.

1 feuille de jonglerie

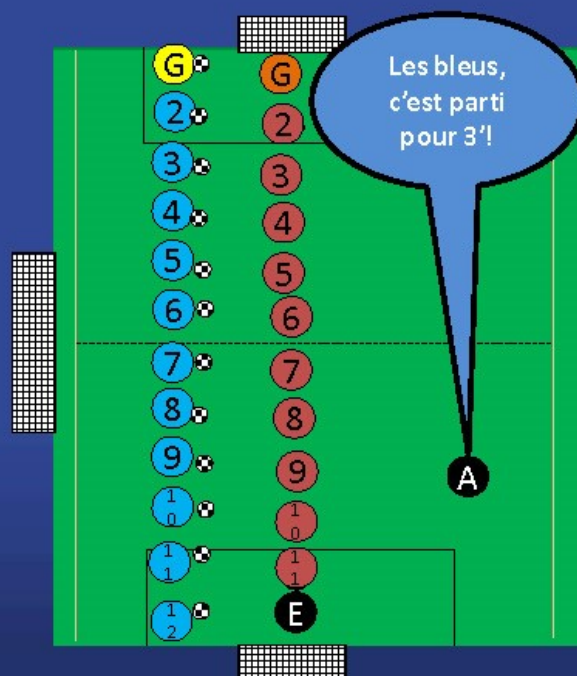
1 chronomètre

6 – Départs

Au pied (ou à la main si c'est trop difficile).

7 – Rattrapage :

Interdit. Si le ballon est touché par une autre surface que celle autorisée, le jongleur recommence à jongler.



La pause coaching

Pause	Coaching 1	Coaching 2
Quand ?	A la 15 ^{ème} minutes de jeu sur sortie du ballon (touche ou sortie de but)	A la 45 ^{ème} minutes de jeu sur sortie du ballon (touche ou sortie de but)
Durée ?	2 minutes	2 minutes
Où ?	Sur le terrain à l'angle des 13 mètres	Sur le terrain à l'angle des 13 mètres
Qui ?	Les joueurs et l'éducateur (max 2 adultes licenciés inscrits sur la feuille de match) – demandez aux parents de rester à l'écart	
Les bonnes attitudes	Hydratation des enfants Parler calmement et sans précipitation	
Les points importants	<ul style="list-style-type: none"> En lien avec la causerie d'avant match R ressortir un point positif Revenir sur un point du jeu off ou déf Faire les rotations si nécessaires Changer l'arbitre assistant Conclure par un élément positif et des encouragements 	<ul style="list-style-type: none"> En lien avec la mi-temps. R ressortir un point positif, Revenir sur un point du jeu off ou def Faire les rotations si nécessaires Changer l'arbitre assistant Conclure par un élément positif et des encouragements
Sur quels éléments rebondir ? Se limiter à 1 point	<ul style="list-style-type: none"> Est-on bien organisé par rapport au système de jeu? Les choses que l'on voulait faire off et déf ? Celles que l'on a bien réalisées off et déf ? 	<ul style="list-style-type: none"> Est-on bien organisé par rapport au système de jeu? Les choses que l'on voulait faire off et déf ? Celles que l'on a bien réalisées off et déf ?
Reprise du jeu	Touche ou coup de pied de but	

La mi-temps des U13

Pause	Mi-temps
Durée	10 minutes
Où ?	Sur le terrain
Qui ?	Les joueurs et l'éducateur (max 2 adultes licenciés)
Les bonnes attitudes	Hydratation des enfants Parler calmement et sans précipitation
Les points importants	<p>Se calmer Revenir sur les principes de jeu. Donner la parole aux enfants.</p> <ul style="list-style-type: none"> Est-on bien organisé ? Par rapport au système de jeu Les choses que l'on voulait faire ? Celles que l'on a bien réalisées ? <u>Se limiter à un point offensif et 1 point défensif</u> <p>Positiver et valider les objectifs de la seconde période ou rencontre. Faire les rotations nécessaires. Changer l'arbitre assistant. Encourager.</p>
Sur quels éléments rebondir ? (Se limiter à 1 point)	<p><u>Les phases de jeu :</u> Mon équipe a la balle, mon équipe n'a pas la balle et les transitions.</p> <p><u>Principes de jeu :</u> Occupation du terrain...</p> <p><u>Intentions de jeu :</u> Privilégier les attitudes positives, les initiatives de vos joueurs dans le jeu</p>

Lois du Jeu – Les points clefs

Terrain- Buts- Ballons	Voir espace de jeu Buts: 6 m x 2,10 m avec filets . Ballons taille 4
Nombre de joueurs	8 joueurs (7+1GB). Nombre de remplaçants 0 à 4 Minimum 6 joueurs Chaque joueur doit démarrer 1 mi-temps 3 U11 autorisés par équipe.
Equipements	Maillots dans le short Chaussettes relevées en dessous des genoux Protège-tibias obligatoires Tip top doivent être placés sous les chaussettes
Temps de jeu	60 minutes : - Phase 1: 2 matchs de 30 minutes. - Phase 2: 1 match de 2 périodes de 30' Pause coaching lors de chaque période. Temps de jeu/joueur: mini 50% tendre vers 75%
Coup d'envoi	Interdit de marquer directement sur l'engagement Adversaires à 6 mètres
Arbitres assistants	Arbitrage des jeunes par les jeunes. 4 joueurs inscrits sur la feuille de match seront arbitres assistants. Les changements d'arbitre assistant se font aux pauses coaching et à la mi-temps (cf: fiche pause coaching). Un dirigeant peut se positionner derrière l'enfant pour le guider dans ses attitudes et non pour arbitrer à sa place.
Prise de balle à la main sur passe en retrait volontaire d'un partenaire	Interdit . Sinon CF Indirect ramené perpendiculairement à la ligne de la surface de réparation à 13m. Mur autorisé à 6 m.
Relance du gardien	Pas de frappe de volée, ou de ½ volée Sinon CF indirect ramené perpendiculaire à la ligne des 13m. Mur autorisé à 6m.
Coup de pied de but	Entre la ligne de but et le point de pénalty. Le ballon doit sortir de la surface pour que la remise en jeu soit valable. Elles sont jouées par les gardiens (apprentissage)
Touche	A la main. À refaire une seule fois si mal réalisée. Après, ballon à l'équipe adverse.
Coups Francs	Directs ou indirects (règles du football à 11) – mur à 6 m
Coup de pied de coin	Au point de corner
Coup de pied de réparation	A 9 m

FORMATIONS

Réunions d'accompagnateur d'équipe U13: informations sur le site du District: <https://foot49.fff.fr/les-pratiques/>

Module U13: 28/10 et 04/11

CF2: 20 , 21, 23, 24/11

Information et inscription: <https://foot49.fff.fr/inscriptions-formations/>

DETECTIONS U13 (joueurs nés en 2005)

Dates à retenir: 28/02, 06/03, 07/03, 21/03, 28/03, 11/04, 25/04, 02/05, 03/05

Concours d'entrée au pôle espoir de St Sébastien / Loire: 26/05

Plus d'informations sur le site du District: <https://foot49.fff.fr/technique/>