



**U10/U11**

# LE GUIDE DES PARENTS U10-U11



**Philosophie  
et objectifs**

**Organisation**

**PLAISIR  
APPRENTISSAGE  
JEU**

**FAIRE JOUER  
TOUS LES  
ENFANTS**

**CRITERIUM  
CLASSIQUE**

**CHALLENGE  
U10 ET U11**

**TOURNOI ET  
JOURNEE  
FUTSAL**

# CHACUN SON RÔLE

## U10/U11



## RÔLE DES ÉDUCATEURS, PARENTS ET ACCOMPAGNEURS

### Missions de l'encadrement :

L'encadrement d'un jeune joueur est composé d'un tryptique : l'éducateur, l'accompagnateur («le dirigeant») et les parents.

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

	RÔLES DE L'ÉDUCATEUR	RÔLES DE L'ACCOMPAGNEUR	RÔLES DES PARENTS
<b>EN DEHORS DE LA PRATIQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Participe aux réunions techniques du club</li><li>&gt; Prépare le calendrier des rencontres</li><li>&gt; Met en place les conditions d'entraînement (lieu, jour, horaires, stages...)</li><li>&gt; Met en œuvre une programmation</li><li>&gt; Intègre le Programme Educatif Fédéral dans son fonctionnement</li><li>&gt; Prévoit des animations extra-sportives</li><li>&gt; Assure le lien avec les parents (réunion, contact...)</li><li>&gt; Met en place la charte de vie avec les joueurs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare le déplacement et les conditions matérielles (licences, ballons, équipements, feuille de match, pharmacie, voitures...)</li><li>&gt; Conçoit le livret de l'équipe à destination des parents (coordonnées, entraînements, calendrier, charte de vie...)</li><li>&gt; Aide à la mise en place d'animations extra-sportives</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Indique l'absence (et son motif) de leur enfant à l'éducateur</li><li>&gt; Fait respecter les temps de sommeil de leur enfant</li><li>&gt; Prépare une alimentation adaptée à l'activité physique</li><li>&gt; Vérifie que le sac du footballeur soit correctement préparé</li><li>&gt; Participe à la vie du club</li></ul>
<b>A L'ENTRAÎNEMENT</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare et anime la séance d'entraînement</li><li>&gt; Tient la fiche de présence</li><li>&gt; Fait le point sur l'organisation des rencontres du week-end (santé, absences, transport)</li><li>&gt; S'entretient avec les joueurs si besoin</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Ouvre et ferme les vestiaires</li><li>&gt; Accueille les joueurs</li><li>&gt; Aide à la préparation du matériel</li><li>&gt; Participe à l'animation de la séance si besoin</li><li>&gt; Surveille les joueurs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Transporte son enfant</li><li>&gt; Assiste périodiquement à l'entraînement de son enfant</li></ul>
<b>LE JOUR DE LA RENCONTRE (avant, pendant, après)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare la rencontre</li><li>&gt; Organise l'équipe et donne les consignes</li><li>&gt; Noue le contact avec l'adversaire et l'arbitre</li><li>&gt; Dirige l'équipe</li><li>&gt; Fait le bilan avec les joueurs</li><li>&gt; Précise le prochain rendez-vous</li><li>&gt; Tient la fiche de présence</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Distribue les équipements</li><li>&gt; Accueille l'adversaire et l'arbitre</li><li>&gt; Seconde l'éducateur dans son rôle (échauffement, remplaçants, pharmacie...)</li><li>&gt; Prépare la collation d'après-match à domicile</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Participe au transport des joueurs de l'équipe</li><li>&gt; Accueille les parents de l'autre équipe</li><li>&gt; Encourage tous les joueurs de l'équipe</li><li>&gt; Aide à la préparation de la collation</li></ul>



# U10/U11

CALENDRIER  
DE LA SAISON U10/U11

L'ENFANT  
AU CŒUR DU JEU

FORMES  
DE PRATIQUE

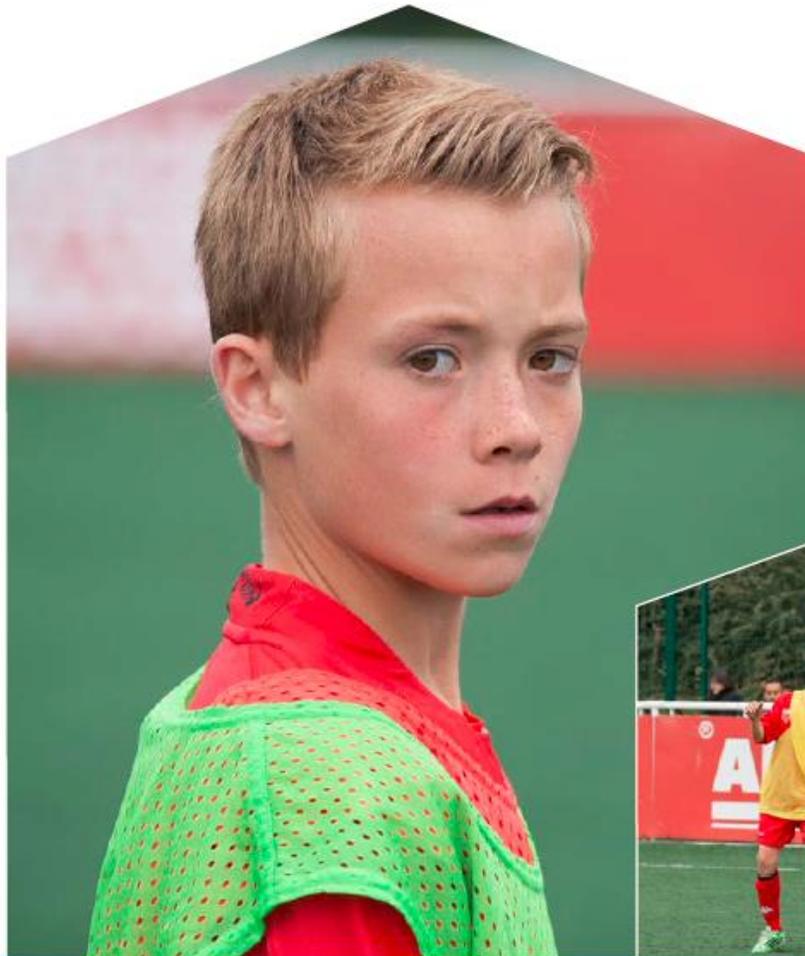
LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

CARACTÉRISTIQUES DE L'ENFANT (1/2)



## MIEUX LE CONNAÎTRE !



L'ENFANT EST ÂGÉ DE 9 ANS/10 ANS, EN CLASSE DE CM1/CM2

- > Il est curieux,
- > Il a une volonté d'apprendre,
- > Il est altruiste : regard tourné vers les autres,
- > Il a besoin de s'affirmer,
- > Il est en capacité de raisonner sur des schémas collectifs simples,
- > Il acquiert ses premières responsabilités.

**« L'ENFANT SE CONSTRUIT AU CŒUR DU JEU »**





## L'ENFANT A BESOIN :

- > **D'entretenir des relations avec la famille :**  
Présenter et expliquer les notions d'objectifs, de règles et de modalités de pratique.
- > **D'alterner des situations d'initiative individuelle et des situations collectives :**  
Prendre en compte les différences de niveaux et ne pas délaissier les plus en difficulté. L'éducateur doit prôner un football pour toutes et tous !
- > **De privilégier vitesse et endurance :**  
Poursuivre le travail de réactivité et de fréquence des appuis.
- > **D'améliorer les notions de choix et d'intentions tactiques :**  
Intégrer des règles d'action pour développer l'intelligence de jeu et inciter à la prise de décision.
- > **D'optimiser sa psychomotricité avec et sans ballon :**  
Mettre en place des enchaînements de tâches permettant l'amélioration de la maîtrise du corps.

**« VALORISER ET METTRE  
EN CONFIANCE FAVORISE  
L'APPRENTISSAGE »**



# LES COMPÉTENCES SPORTIVES

TACTIQUE	TECHNIQUE	PSYCHOLOGIQUE	ATHLÉTIQUE
Être capable de			
Agrandir l'espace de jeu effectif en largeur et profondeur	Contrôler des ballons au sol pied droit, pied gauche et d'enchaîner par un autre geste.	Avoir un état d'esprit exemplaire	Développer la vitesse d'exécution
Jouer vers l'avant collectivement ou individuellement entre les lignes adverses	Frapper son ballon pied droit, pied gauche avec les différentes surfaces de contacts, notamment de l'intérieur du pied.	Rester concentré	Travailler la coordination, motricité.
Sécuriser et maîtriser la possession	Conduire pied droit pied gauche sans regarder le ballon	S'engager totalement	
Changer de rythme de jeu	Conserver le ballon en utilisant son corps	Avoir confiance en soi	
Garder le temps d'avance pour finir l'action	Marquer en un contre un avec le gardien	Être persévérant	
Être réactif à la perte du ballon empêcher l'adversaire de s'organiser	Enchaîner une conduite, une feinte et un dribble en rythme	Rester déterminé	
Se replacer sur l'axe ballon/but	Récupérer le ballon dans les pieds de l'adversaire		
Reformer le bloc équipe	Réaliser 25 contacts jonglerie pied droit ou pied gauche, 15 alternés et 10 têtes.		
Récupérer le ballon proche de son but			

# U10/U11

## LES COMPÉTENCES ÉDUCATIVES sont transverses aux compétences sportives

PÉRIODES	Septembre / Octobre	Novembre / Décembre	Janvier / février	Mars / avril	Mai / juin
ADN FFF	<b>PLAISIR</b>	<b>RESPECT</b>	<b>ENGAGEMENT</b>	<b>TOLÉRANCE</b>	<b>SOLIDARITÉ</b>
COMPÉTENCES	Respecter le cadre de fonctionnement collectif	Prendre une douche après l'effort	Utiliser des transports éco-responsables	S'interdire toutes formes de discriminations	Connaître les méfaits du tabac
	Découvrir et assumer le rôle de capitaine	Prioriser le projet collectif	Trier ses déchets	Jouer sans tricher	Adapter son sommeil à l'activité
	Connaître les fautes à ne pas commettre	Respecter les adversaires	Partager sa connaissance du foot	Faire preuve de volonté de progresser	S'alimenter pour jouer
			Avoir l'esprit club	Respecter et comprendre les sanctions de l'arbitre	Porter les valeurs du foot
		Maîtriser la règle du hors-jeu	S'hydrater pour jouer		



# LOIS DU JEU U10-U11

## U10/U11



<b>TERRAIN - BUTS - BALLONS</b>	Voir espace de jeu Buts : 6 m x 2 m avec filets (cf.annexe) - Ballon taille 4
<b>NOMBRE DE JOUEURS</b>	8 joueurs (7 + 1 GB). Nombre de remplaçants 0 à 4 - minimum 6 joueurs Chaque joueur doit démarrer 1 période 3 U9 autorisés par équipe. Possibilité d'accueillir les U12 Féminines 😊 Possibilité de rencontres spécifiques féminine avec moins de 8 joueuses
<b>ÉQUIPEMENTS</b>	Maillots dans le short Chaussettes relevées en dessous des genoux Protège-tibias obligatoires « Tip top » doivent être placés sous les chaussettes
<b>TEMPS DE JEU</b>	Critérium classique : 2x25 min Challenge U10 ou U11 : en fonction du nombre d'équipes
<b>COUP D'ENVOI</b>	Interdit de marquer directement sur l'engagement Adversaires à 6 m
<b>PRISE DE BALLE À LA MAIN DU GARDIEN SUR PASSE EN RETRAIT VOLONTAIRE D'UN PARTENAIRE</b>	Interdit. Sinon CF Indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13 m Mur autorisé à 6 m
<b>RELANCE DU GARDIEN</b>	Pas de frappe de volée, ou de ½ volée Sinon CF indirect ramené perpendiculaire à la ligne des 13m
<b>COUP DE PIED DE BUT</b>	A plus ou moins 1 m à droite ou à gauche du point de réparation Le ballon doit sortir de la surface pour que la remise en jeu soit valable Tendre vers 100% des coups de pied de but joués par les gardiens (apprentissage)
<b>TOUCHE</b>	À la main
<b>COUPS FRANCS</b>	Directs ou indirects (règles du football à 11) - mur à 6 m
<b>COUP DE PIED DE COIN</b>	Au point de corner
<b>COUP DE PIED DE RÉPARATION</b>	À 9 m



## HORS JEU

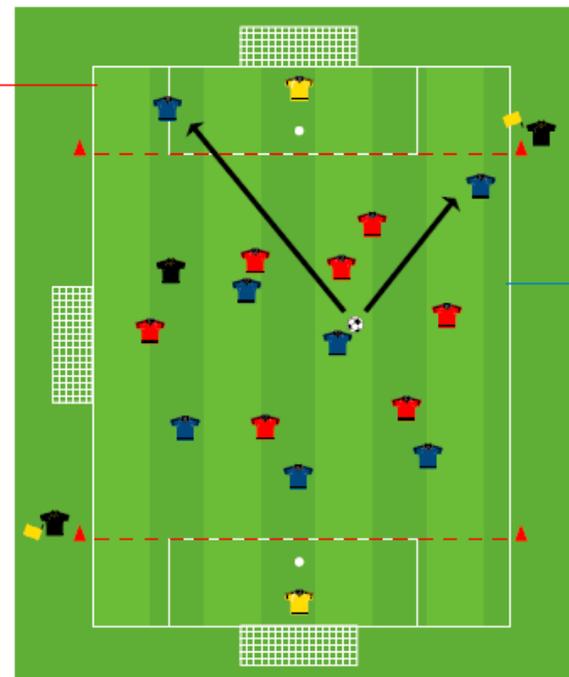
## HORS JEU

car je suis dans la zone des 13 mètres avec moins de deux joueurs entre le but et moi

A partir de la ligne des 13 m sur la largeur complète du terrain.

- > Le hors-jeu est jugé au départ du ballon.
- > Le receveur doit faire action de jeu.
- > Un joueur est en position de hors-jeu s'il est plus près de la ligne de but adverse que deux autres adversaires.

**À noter :** Pas de hors-jeu sur une touche ni sur une sortie de but.



## PAS HORS JEU

car je ne suis pas dans la zone des 13 mètres

COMMENT  
ORGANISER UN  
JOUR DE COUPE ?

ESPACES DE JEU

LOIS DU JEU





# U10/U11

CALENDRIER  
DE LA SAISON U10/U11

L'ENFANT  
AU CŒUR DU JEU

FORMES  
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

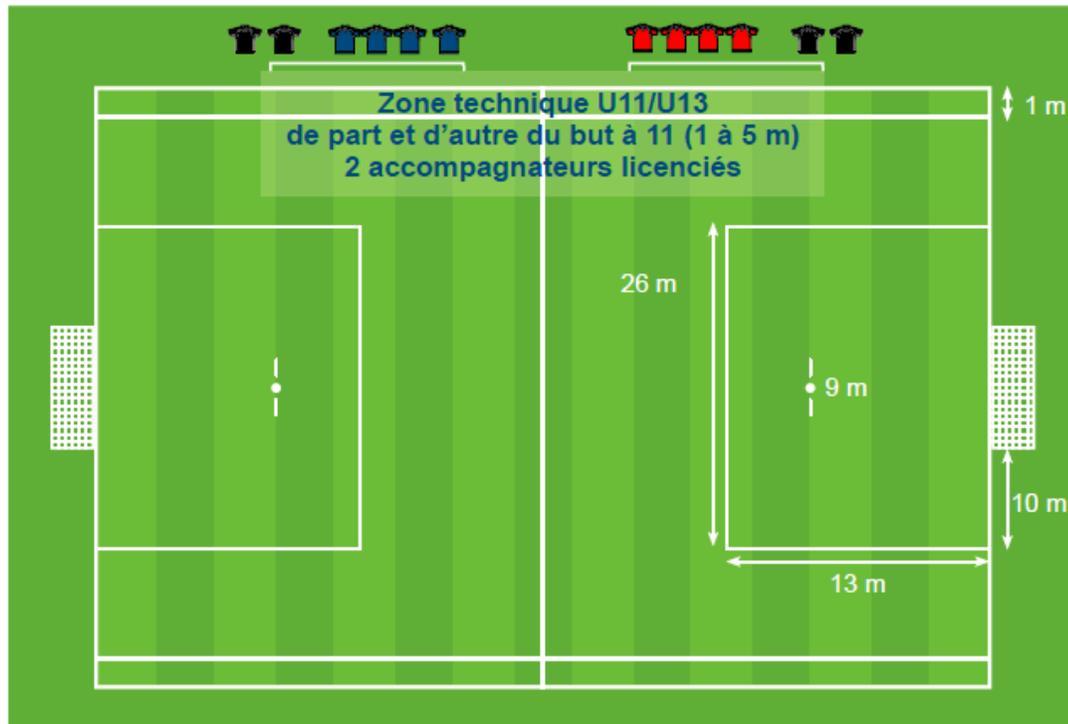
RÔLE DE L'ENCADREMENT

PRATIQUES ASSOCIÉES / ACTIONS PONCTUELLES U10/U11 > + 2 FOOT > JOUR DE COUPE > ORGANISATION > ESPACES DE JEU



## ESPACES DE JEU

(1/2 terrain à 11)



COMMENT  
ORGANISER UN  
JOUR DE COUPE ?

ESPACES DE JEU

LOIS DU JEU





# CALENDRIER U10-U11 SAISON 2018-2019



**Heure de début des rencontres : 10h00** —————> arrivée au moins 15 à 20min avant

## 1<sup>ère</sup> Phase : septembre à décembre

- 15/09 : Journée de rentrée
- 29/09 : Journée N°1
- 06/10 : Journée N°2
- 13/10 : Journée N°3
- 10/11 : Journée N°4
- 17/11 : 1<sup>er</sup> tour challenge U10 et U11
- 24/11 : Journée N°5
- 01/12 : Journée N°6
- 08/12 : Journée N°7

## 2<sup>ème</sup> Phase : janvier à juin

- 19/01 : Journée N°1
- 26/01 : Journée N°2
- 02/02 : Journée N°3
- 09/02 : 2<sup>ème</sup> tour challenge U10 et U11
- 16/03 : Journée N°4
- 23/03 : Journée N°5
- 30/03 : 3<sup>ème</sup> tour challenge U10 et U11
- 06/04 : Journée N°6
- 11/05 : Journée N°7
- 18/05 : Finale départementale challenge U10 et U11

**En complément de ce critérium (pratiqué en mixité), le district propose un critérium réservé aux équipes féminines (voir information sur le site internet)**



## CALENDRIER U11 FUTSAL

**En plus du tournoi futsal des vacances d'hiver et de printemps, le district met en place cette saison des rassemblements de découverte du futsal pour les catégories U10-U11.**

**Une inscription (par équipe) préalable sera nécessaire pour participer (communication via le site internet)**

- Samedi 17 novembre 2018
- Samedi 9 février 2019
- Samedi 30 mars 2019



# ***L'ORGANISATION DES RENCONTRES***





**U10/U11**

# CRITERIUM CLASSIQUE U10-U11



**Organisation**

**Protocole  
Fair-Play**

*Avant la rencontre*

**1 défi  
technique**

**RENCONTRE**

**2 x 25min**

**Protocole  
Fair-Play**

*Après la rencontre*



- P**ermettre et garantir un temps de jeu égal à tous (tes),
- L**aisser jouer les enfants,
- A**ccepter les erreurs et valoriser les réussites,
- I**nciter les enfants à prendre des initiatives,
- S**e servir de la rencontre comme d'un baromètre du progrès des enfants,
- I**mpliquer les joueurs sur les différents postes,
- R**appeler les apprentissages éducatifs et sportifs de la semaine



**Le même temps de jeu pour tous :  
un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs**

# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT MATCH U10-U11

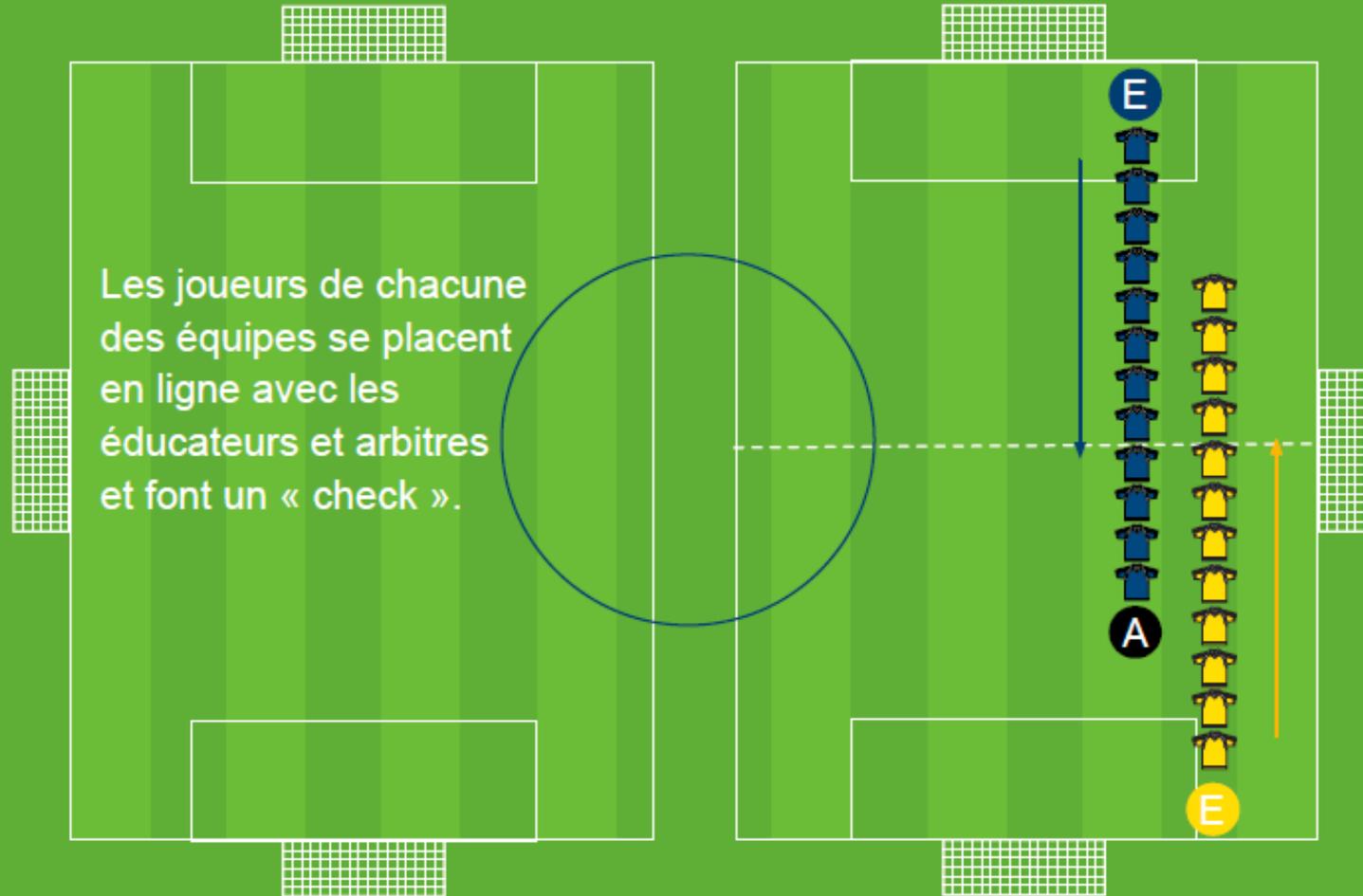
U10/U11

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Les joueurs de chacune des équipes se placent en ligne avec les éducateurs et arbitres et font un « check ».



Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs



# ***LE DEFI TECHNIQUE D'AVANT MATCH***

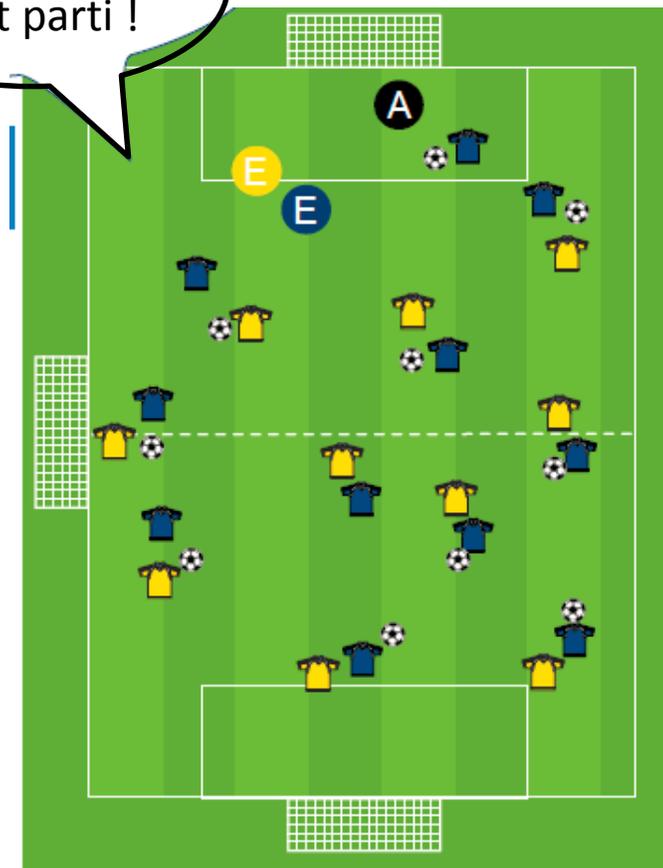


# PREMIERE PHASE : DEFI JONGLERIE

U10/U11

A réaliser avant chaque rencontre, sous forme de défi:	Organisation :	Comptage des jonglages :
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 30 jonglages, pied libre</li><li>➤ reprise d'appuis obligatoire entre chaque jongle</li><li>➤ 2 essais (noter le meilleur score-MS)</li><li>➤ Une touche de rattrapage autorisée</li><li>➤ Départ libre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 1 jeune face à 1 autre par numéro</li><li>➤ 1 ballon par binôme</li><li>➤ Répartition sur un espace suffisant pour mettre les joueurs dans le confort.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Par le joueur en attente</li><li>➤ Résultats inscrits sur la feuille de rencontre par les éducateurs</li></ul> 

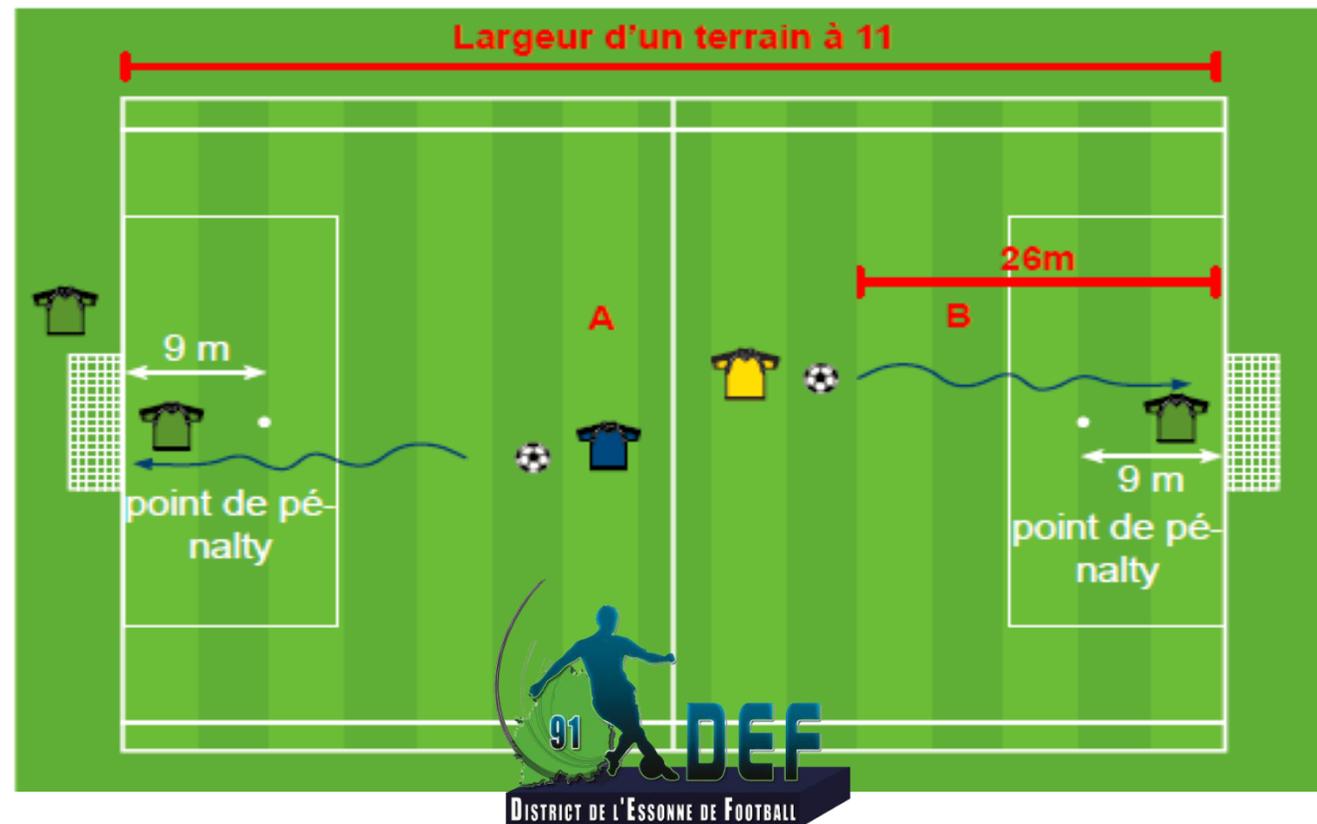
Les bleus, c'est parti !



**DEFI TECHNIQUE OBLIGATOIRE A CHAQUE RENCONTRE**

### Organisation :

- Départ simultané d'un joueur de chaque équipe vers le but adverse (départ à 26m du but)
- Le joueur a 6 secondes pour essayer de marquer, l'action se termine si le ballon sort du terrain, est capté par le gardien ou au bout de 6s (top donné par un des éducateurs)
- Si une équipe est en infériorité numérique, les joueurs supplémentaires passent seuls.
- Aucun joueur ne passe 2 fois.
- L'équipe qui marque le plus de buts remporte le défi.



# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRES MATCH U10-U11

U10/U11



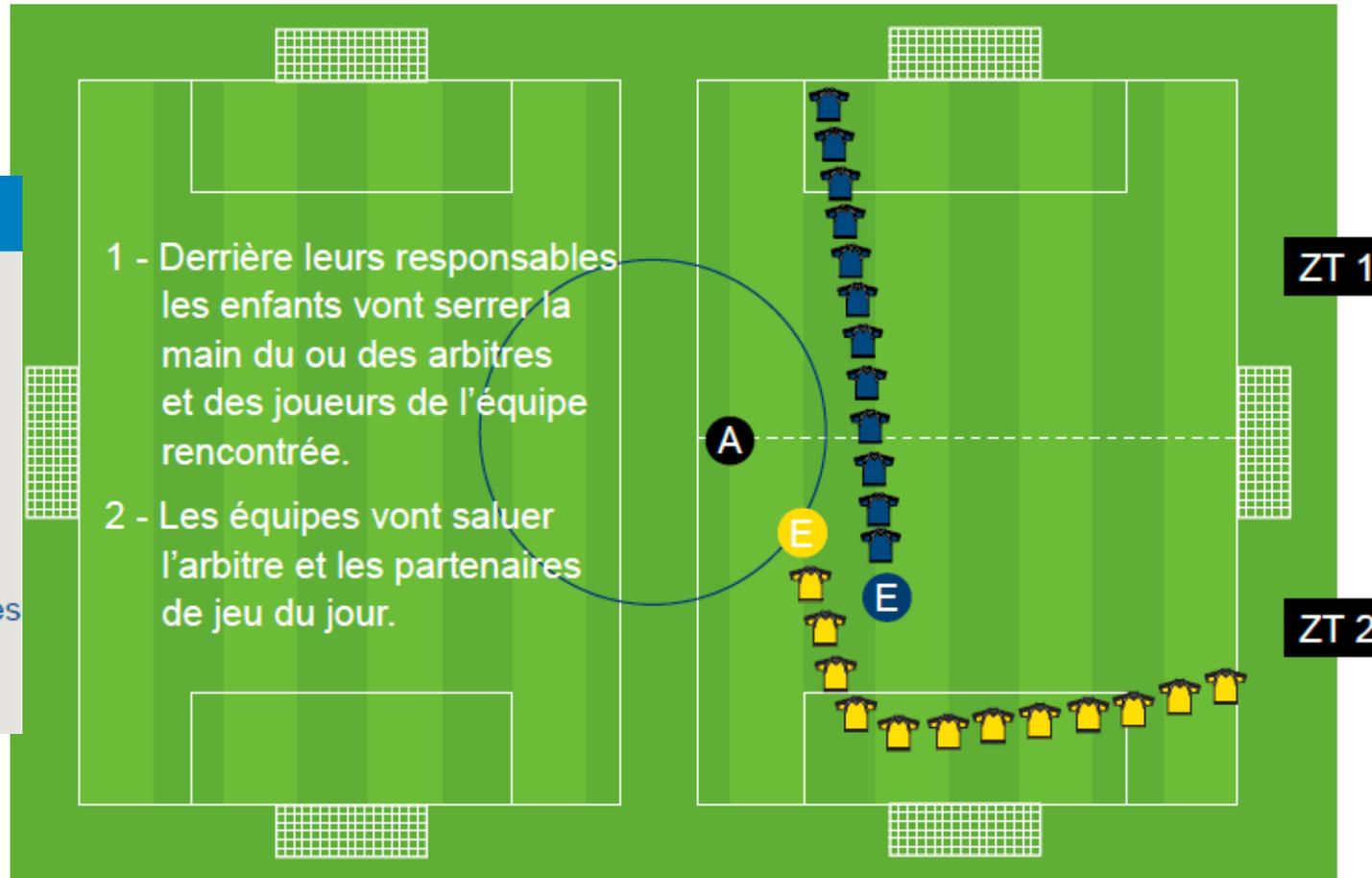
## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

1 - Derrière leurs responsables les enfants vont serrer la main du ou des arbitres et des joueurs de l'équipe rencontrée.

2 - Les équipes vont saluer l'arbitre et les partenaires de jeu du jour.



**« HUMBLES  
ET RESPECTUEUX  
DANS LA VICTOIRE  
ET CALMES ET UNIS  
DANS LA DÉFAITE !! »**

**Le même temps de jeu pour tous :  
un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs**



**U10/U11**

# CHALLENGE U10 ET CHALLENGE U11



## Organisation

**Protocole  
Fair-Play**

*Avant la rencontre*

**1 défi  
technique**

**Rencontre :**

Poule à 3 : 2 x 10 min  
poule à 4 : 1 x 15 min  
poule à 5 : 1 x 12 min

**Protocole  
Fair-Play**

*Après la rencontre*



- P**ermettre et garantir un temps de jeu égal à tous (tes),
- L**aisser jouer les enfants,
- A**ccepter les erreurs et valoriser les réussites,
- I**nciter les enfants à prendre des initiatives,
- S**e servir de la rencontre comme d'un baromètre du progrès des enfants,
- I**mpliquer les joueurs sur les différents postes,
- R**appeler les apprentissages éducatifs et sportifs de la semaine



**Le même temps de jeu pour tous :  
un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs**

# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT MATCH U10-U11

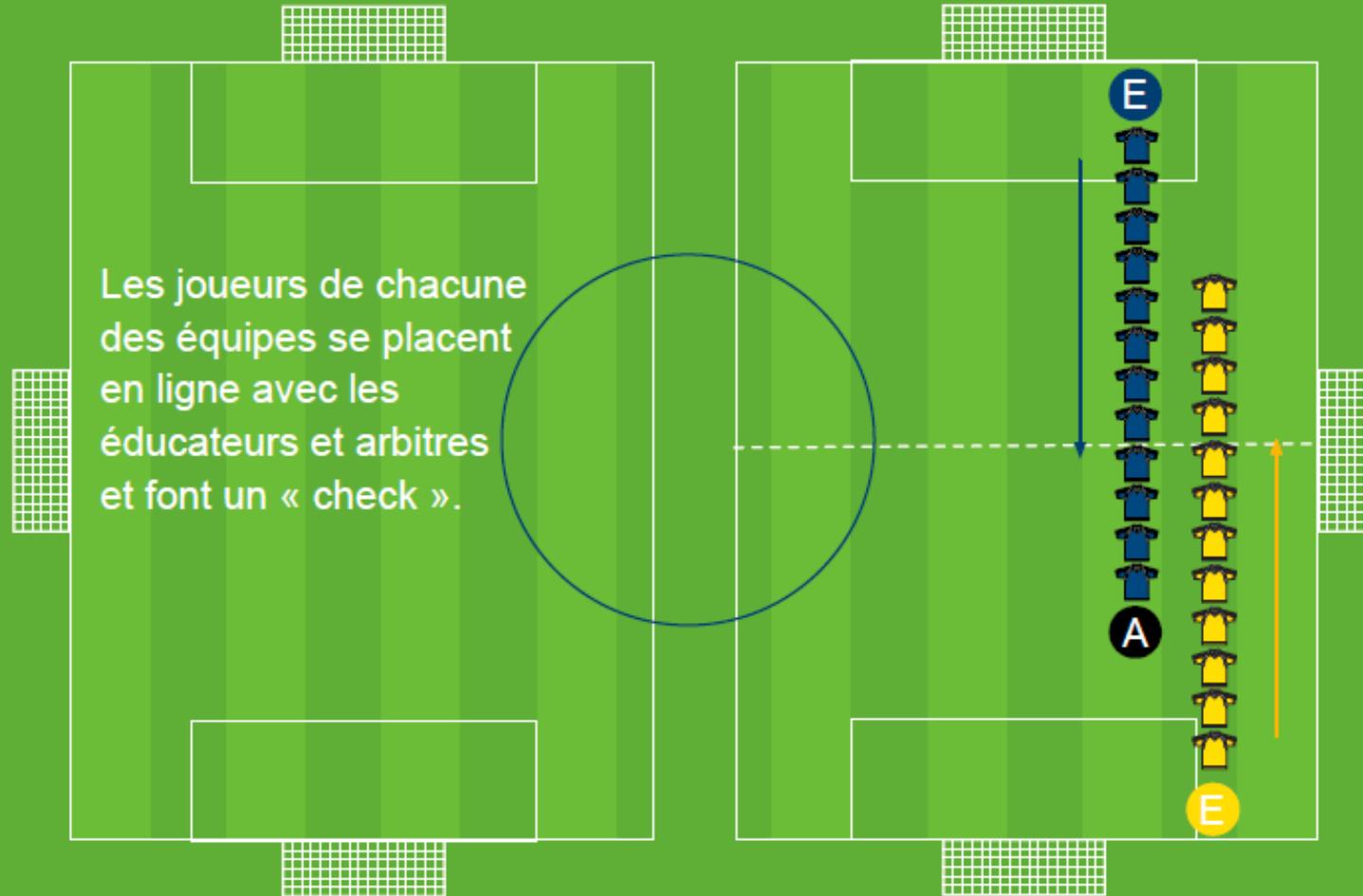
U10/U11

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Les joueurs de chacune des équipes se placent en ligne avec les éducateurs et arbitres et font un « check ».



ZT : Zone Technique  
A : Arbitre  
E : Éducateur

**Le même temps de jeu pour tous :  
un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs**



# ***LE DEFI JONGLERIE***



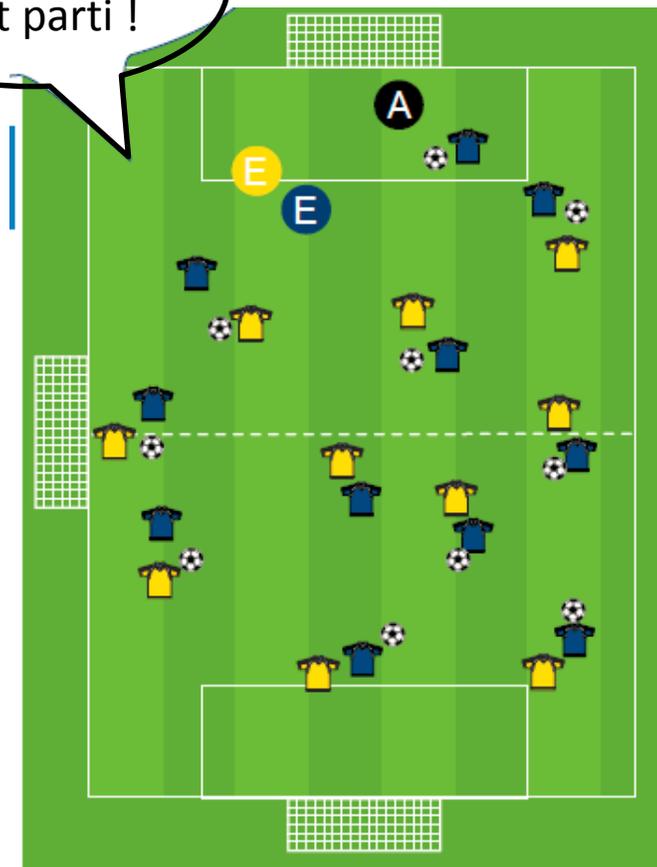
# Challenge U10 et U11: DEFI JONGLERIE

U10/U11

A réaliser avant la première rencontre :	Organisation :	Comptage des jonglages :
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Pied : 30 jonglages, pied libre, reprise d'appuis obligatoire entre chaque jongle départ ballon au sol</li><li>➤ Tête : 30 jonglages, départ ballon à la main</li><li>➤ 2 essais</li><li>➤ Une touche de rattrapage autorisée</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 1 jeune face à 1 autre par numéro</li><li>➤ 1 ballon par binôme</li><li>➤ Répartition sur un espace suffisant pour mettre les joueurs dans le confort.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Par le joueur en attente</li><li>➤ Résultats inscrits sur la feuille de jonglerie par les éducateurs</li></ul>



Les bleus, c'est parti !



Le défi technique départage les équipes en cas d'égalité

# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRES MATCH U10-U11

U10/U11



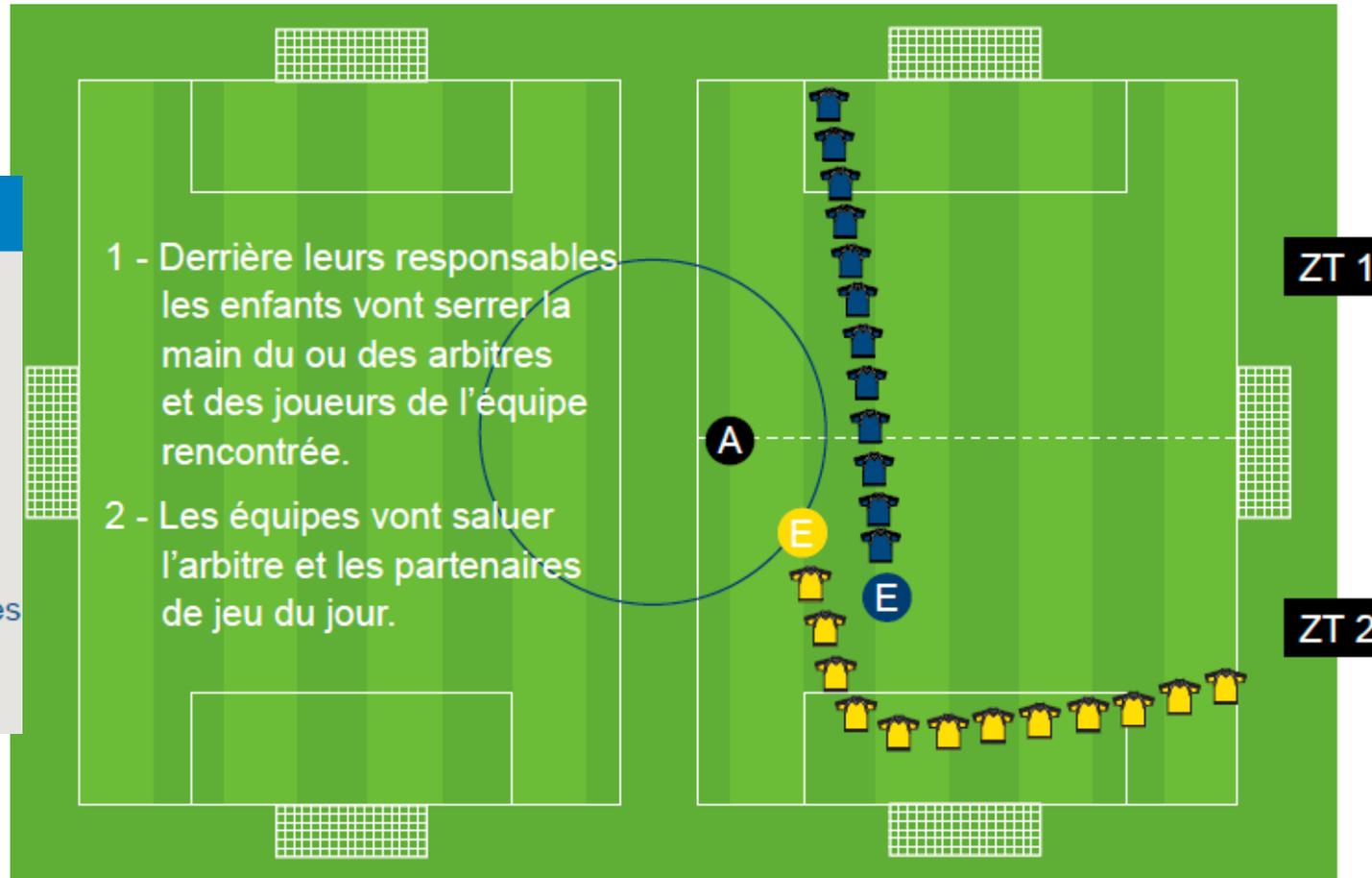
## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

1 - Derrière leurs responsables les enfants vont serrer la main du ou des arbitres et des joueurs de l'équipe rencontrée.

2 - Les équipes vont saluer l'arbitre et les partenaires de jeu du jour.



**« HUMBLES  
ET RESPECTUEUX  
DANS LA VICTOIRE  
ET CALMES ET UNIS  
DANS LA DÉFAITE !! »**

**Le même temps de jeu pour tous :  
un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs**

# FAIRE SON SAC DE FOOT

U10/U11

## POUR JOUER



## POUR APRES LE MATCH OU L'ENTRAINEMENT



# 12 CONSEILS POUR LES PARENTS DE JEUNES FOOTBALLEURS

U10/U11



 ACCOMPAGNER	 FAIRE CONFIANCE À L'ÉDUCATEUR	 ENCOURAGER	 ACCEPTER L'ERREUR
 NE PAS DONNER D'INSTRUCTIONS	 RESPECTER LES ARBITRES	 RESTER DERRIÈRE LA MAIN COURANTE	 CONTRÔLER VOS ÉMOTIONS
 ÊTRE A L'ÉCOUTE DE VOTRE ENFANT	 RESPECTER ADVERSAIRES ET AUTRES PARENTS	 VALORISER LES BONNES ATTITUDES	 RÉCONFORTER

**! N'oubliez pas !**

- 1. Ce sont des enfants
- 2. C'est un jeu
- 3. Les éducateurs donnent de leur temps
- 4. Les arbitres peuvent se tromper
- 5. Gagner n'est pas la priorité



## NOTRE ADN

---

**P**

### **PLAISIR**

Plaisir de jouer à tout âge  
et tout niveau

**R**

### **RESPECT**

Respecter l'adversaire,  
l'arbitre, l'encadrement

**Ê**

### **ENGAGEMENT**

Engagement  
du corps et du coeur

**T**

### **TOLÉRANCE**

Exemplaire dans l'accueil  
de toutes les aptitudes

**S**

### **SOLIDARITÉ**

Solidarité du football français  
et du sport d'équipe



Tous  
« P.R.E.T.S. »  
pour la  
saison  
2018/2019



CONTACT AU DISTRICT :

DAMIEN ROY CTD DAP

Tél: 01 60 84 93 23

Mail : [footanimation@essonne.fff.fr](mailto:footanimation@essonne.fff.fr)