



LIVRET D'ACCOMPAGNEMENT POUR LA PRATIQUE U11



Les U11 - généralités

- Les compétences éducatives
- Connaissance de l'enfant : mieux le connaître / les besoins de l'enfant
- Les compétences sportives
- Le plateau (la rencontre du samedi) : comment organiser un plateau U11 ?
- Quelques points de règlement
- Les défis



U10/U11

CALENDRIER
DE LA SAISON U10/U11

L'ENFANT
AU CŒUR DU JEU

FORMES
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

COMPÉTENCES À DÉVELOPPER (2/2)



LES COMPÉTENCES ÉDUCATIVES sont **transverses** aux compétences sportives

PÉRIODES	Septembre / Octobre	Novembre / Décembre	Janvier / février	Mars / avril	Mai / juin
ADN FFF	PLAISIR ∨	RESPECT ∨	ENGAGEMENT ∨	TOLÉRANCE ∨	SOLIDARITÉ ∨
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	





U10/U11

CALENDRIER
DE LA SAISON U10/U11

L'ENFANT
AU CŒUR DU JEU

FORMES
DE PRATIQUE

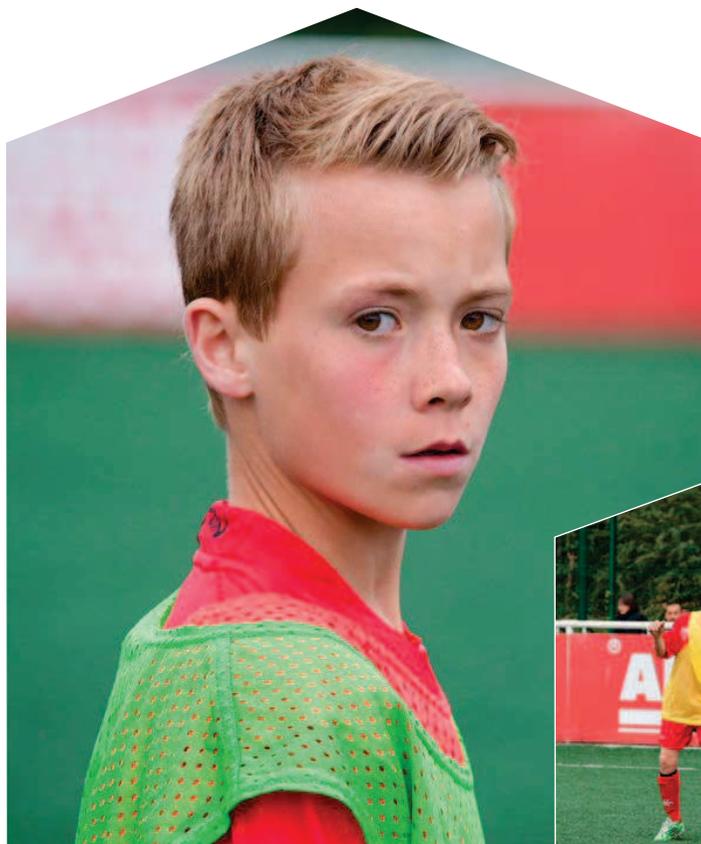
LES CONTENUS

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 »





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 (2/2)



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 délaisser 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 »**





U10/U11

CALENDRIER
DE LA SAISON U10/U11

L'ENFANT
AU CŒUR DU JEU

FORMES
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

COMPÉTENCES À DÉVELOPPER (1/2)



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 >			



LES U11

Le plateau en herbe

Avant

Le gestionnaire du plateau (éducateur ou dirigeant du club qui reçoit) devra, dans un premier temps, prendre connaissance du nombre d'équipes participantes à la journée. Info sur le site du District du Gers de football : aller dans **Jeunes**, choisir la catégorie **U11**, cliquer sur **Lire la suite** → la journée apparait avec la feuille de match.

Préparer la feuille de match à donner aux clubs le jour J, puis la renvoyer au district après le plateau.

Elle devra mettre en place une équipe pour encadrer le plateau. Chacun devra avoir un rôle bien précis (prévoir 4 personnes).

- personne pour accueillir les équipes et les répartir dans les vestiaires (garçons et filles) et récupérer la feuille de match de chaque équipe (en général le gestionnaire du plateau) et vérifier les licences des joueurs joueuses.
- 1 à 2 personne(s) pour faire le goûter après le plateau (voir parents).
- 1 personne pour tracer les terrains avant l'arrivée des clubs (zone des 13 m (éducateurs ou dirigeants du club)).
- 1 personne qui gère l'atelier défis s'il s'agit d'une journée défis-match (éducateur)
- vérifier le traçage des terrains (ligne de 13 m) : récupérer les feuilles de matches de chaque club avant le début du plateau.
- prévoir des jeux de chasubles à mettre à disposition sur le terrain.
- prévoir des ballons en plus sur chaque terrain.

Pendant

- rassembler toutes les équipes et éducateurs au centre du terrain, faire l'appel des équipes et présenter le plateau avec rappel de l'esprit de la journée.
- Demander aux parents d'être à l'extérieur de l'aire de jeu.

Après

- Faire un bilan avec tous les acteurs au centre du terrain (une à deux phrases).
- Raccompagner les équipes.
- Faire le bilan sur la feuille de match (case observation) et la renvoyer au district au plus tard le mardi. **Précision** : pour le Futsal et beach soccer, aller à **Futsal**, choisir la catégorie **U11**, puis **Lire la suite**. Pour le Challenge U11 et beach soccer : même démarche que pour le foot en herbe : aller dans **Jeunes**, choisir la catégorie **U11**, puis **Lire la suite** → la journée apparaît.

La saison des U11 se définit ainsi :

- 4 à 5 journées de brassages.
- 6 journées de futsal (3 journées minimum par équipes selon disponibilité des salles).
- Le challenge 4 à 5 journées, plus la finale départementale, et 4 à 5 journée en seconde phase.
- Possibilité de 1 journée Beach Soccer courant mai-juin selon les installations.
- Pendant les vacances, le district met en place des journées interclubs le premier mercredi de la première semaine des vacances scolaires.



U10/U11

CALENDRIER
DE LA SAISON U10/U11

L'ENFANT
AU CŒUR DU JEU

FORMES
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

CRITÉRIUM U10/U11 > ORGANISATION > LOIS DU JEU (1/3)



LOIS DU JEU – LES POINTS CLÉS

TERRAIN - BUTS - BALLONS	Voir espace de jeu Buts : 6 m x 2 m avec filets (cf.annexe). - Ballon taille 4
NOMBRE DE JOUEURS	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
ÉQUIPEMENTS	Maillots dans le short Chaussettes relevées en dessous des genoux Protège-tibias obligatoires « Tip top » doivent être placés sous les chaussettes
TEMPS DE JEU	2 rencontres de 2 x 12'30" (50 minutes maxi de rencontre par journée). Temps de jeu/joueur : mini 50% tendre vers 75%
COUP D'ENVOI	Interdit de marquer directement sur l'engagement Adversaires à 6 m

SUITE >

COMMENT
ORGANISER
UNE JOURNÉE
DE CRITÉRIUM?

ESPACES DE JEU

LOIS DU JEU



😊 Attention aux spécificités féminines.



U10/U11

CALENDRIER
DE LA SAISON U10/U11

L'ENFANT
AU CŒUR DU JEU

FORMES
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

CRITÉRIUM U10/U11 > ORGANISATION > LOIS DU JEU (2/3)



LOIS DU JEU – LES POINTS CLÉS

PRISE DE BALLE À LA MAIN DU GARDIEN SUR PASSE EN RETRAIT VOLONTAIRE D'UN PARTENAIRE	Interdit. Sinon CF Indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13 m 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 13 m
COUP DE PIED DE BUT	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)
TOUCHE	À la main
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	À 9 m

SUITE >

COMMENT
ORGANISER
UNE JOURNÉE
DE CRITÉRIUM?

ESPACES DE JEU

LOIS DU JEU





HORS JEU

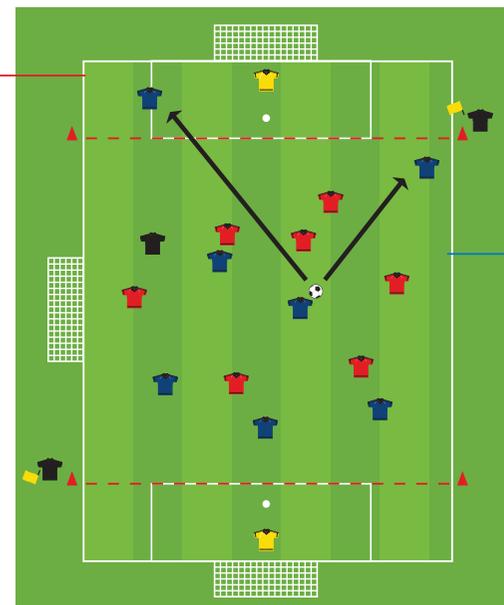
A partir de la ligne des 13 m sur la largeur complète du terrain.

- > 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.

HORS JEU

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



PAS HORS JEU

car je ne suis pas dans la zone des 13 mètres

Annexes

COMMENT
ORGANISER
UNE JOURNÉE
DE CRITÉRIUM?

ESPACES DE JEU

LOIS DU JEU

LES

DEFIS



U10/U11

CALENDRIER
DE LA SAISON U10/U11

L'ENFANT
AU CŒUR DU JEU

FORMES
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

ACTIONS PONCTUELLES U10/U11 > + 2 FOOT > JOUR DE COUPE > ORGANISATION > COMMENT ORGANISER UN JOUR DE COUPE (2/3)



ORGANISATION DES COUPS DE PIED DE RÉPARATION

- > 4 tireurs par match,
- > Faire tirer tout le monde une fois lors du rassemblement,
- > Dont le gardien de but,
- > En cas d'égalité à la fin de la série un 5^e tireur s'avance...



COMMENT
ORGANISER UN
JOUR DE COUPE ?

ESPACES DE JEU

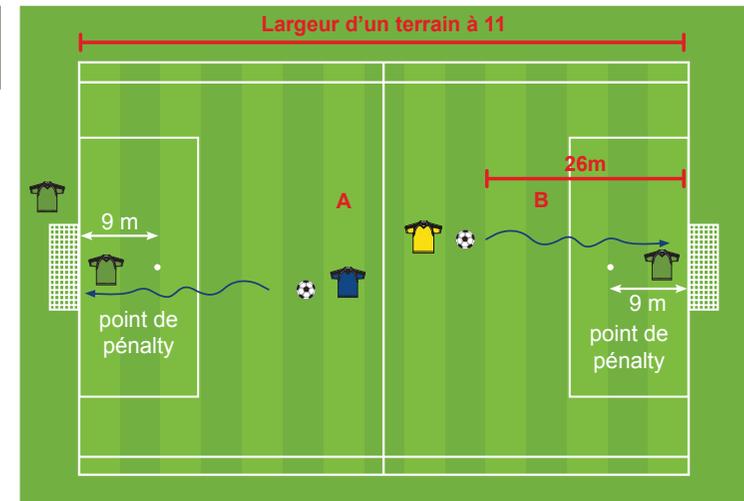
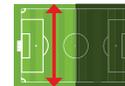
LOIS DU JEU





ORGANISATION DES 1 C 1 AVEC LES GARDIENS

- > Départ à 26 m du but - 6" pour tirer au but,
- > Si le ballon est remis en jeu par le poteau, la barre ou le gardien, possibilité de retirer dans la limite des 6".
- > Utiliser les deux buts. Départ simultané sur chacun des buts.
- > Faire passer tout le monde au moins une fois sur l'ensemble du rassemblement,
- > 4 joueurs par équipe participent,
- > En cas d'égalité à la fin de la série un 5^e joueur s'avance...



COMMENT
ORGANISER UN
JOUR DE COUPE ?

ESPACES DE JEU

LOIS DU JEU