

# ***GUIDE PLATEAUX U9 F PHASE PRINTEMPS PLATEAUX 4, 5 et 6***



Stéphanie Barbier, CTD DAP

## ORGANISATION DE LA PRATIQUE

### REGLEMENT

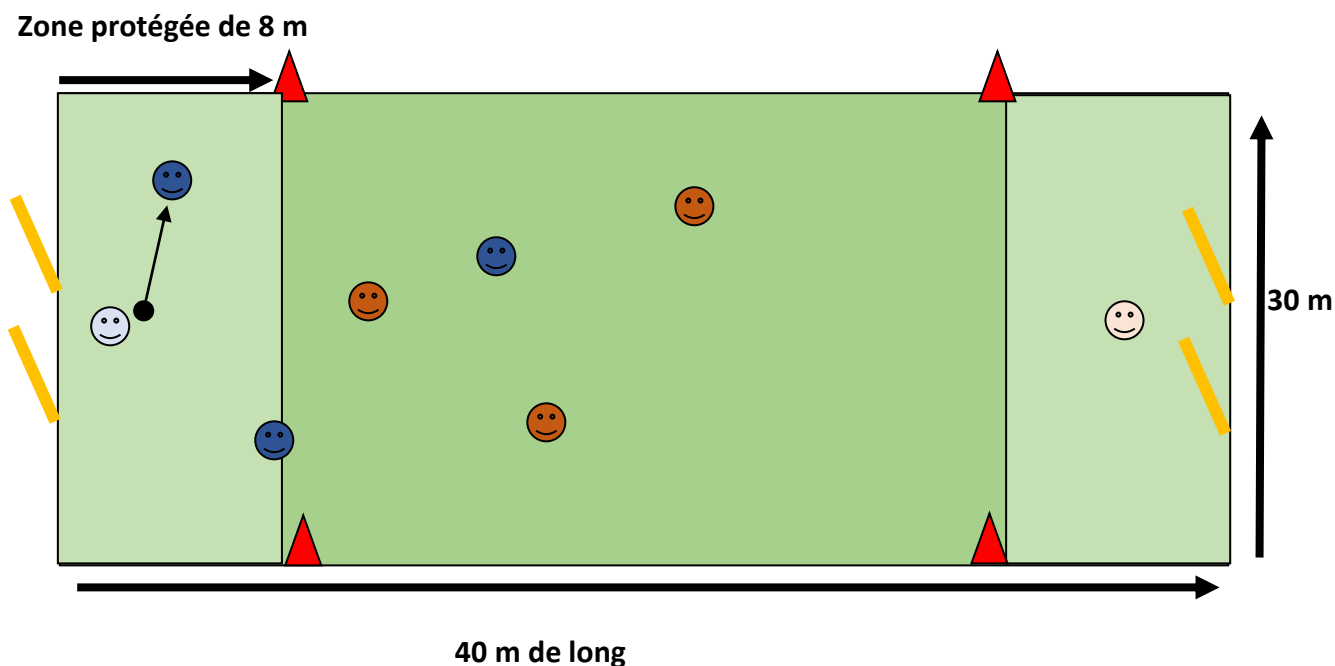
- **Joueurs autorisés** : U8 F né(e)s en 2011, U9F (né(e)s en 2010 et U10 F nées en 2009.  
+ 3 U7 né(e)s en 2012 par équipe.  
**La joueuse doit être licencié pour pouvoir participer aux plateaux.**
- **Ballon taille 3**
- **Nombre de joueuses** : Les matchs se déroulent **obligatoirement à 5 contre 5 (avec un gardien)**.
- **Le coup de pied de but** : se joue à 6m (par le gardien), obligatoirement **au pied**. Possibilité de faire une passe à un partenaire dans la zone protégée.
- **La relance du gardien (sur un arrêt)** : se fait au pied (en posant le ballon au sol) **relance de volée ou demi volée interdite** ou à la main : inciter les joueuses à utiliser la zone protégée (moins de perte de balle).
- **Les touches** : obligatoirement au pied. Adversaires à 4m. Possibilité de faire une passe ou de rentrer en conduite de balle (mais pas le droit de marquer avant d'avoir fait une passe).

**UN JOUEUR U9 QUI PARTICIPE À UN PLATEAU LE MATIN A INTERDICTION DE JOUER L'APRÈS-MIDI**

**Règle de la Zone protégée** : Lorsque la gardienne se saisit du ballon à la main, ou sur un 6m, **toutes les joueuses adverses doivent sortir de la surface du gardien (zone des 8m)**.

Le gardien peut alors relancer sur un partenaire qui vient demander le ballon dans la surface.

Les adversaires pourront alors rentrer dans la zone **dès que le joueur aura touché le ballon**.



### TRACAGE DES TERRAINS :

- *Les terrains U9 doivent être tracés avec des coupelles (si possible d'une seule couleur par terrain)*
- *Chaque terrain doit mesurer **40 mètres de long et 30 mètres de large**.*
- *Les buts doivent mesurer 4 mètres de large et être matérialisés avec des Constri-foot ou buts spécifiques*
- *2 cônes, placées à 8 m, de chaque côté du terrain dans le sens de la longueur, permettent de déterminer les 2 surfaces de réparation et zone protégée.*

# CALENDRIER PHASE PRINTEMPS 2019 :

**Samedi 2 Mars : Plateau Futsal**

**Samedi 9 Mars : Plateau 1**

**Samedi 23 Mars : Plateau 2**

**Samedi 6 Avril : Plateau 3**

**Samedi 20 Avril : Festi-foot sur inscription à Vesoul**

**Samedi 04 Mai : Plateau 4**

**Samedi 18 Mai : Plateau 5**

**Samedi 01 Juin : Plateau 6**

**Samedi 08 Juin : Journée nationale des U9 à Vesoul (Après-midi)**

## PROGRAMMATION DES PLATEAUX

### GROUPE 1

**Equipes : FF La Romaine, Perrouse, Rioz/Etuz/Cussey, Vesoul FC**

Samedi 4 mai : Plateau à RIOZ

Samedi 18 mai : Plateau à PERROUSE

Samedi 1<sup>er</sup> Juin : Plateau à FRETIGNEY

### GROUPE 2 :

**Equipes : FC Pays Minier 1 et 2, Haute Lizaine, Lure, Magny Vernois**

Samedi 4 mai Plateau 1 à RONCHAMP

Samedi 18 mai : Plateau 2 à MAGNY VERNOIS

Samedi 1<sup>er</sup> Juin : Plateau 3 à LURE (Synthétique)



## FICHE BILAN PLATEAU U9F

Date du plateau :

Lieu du plateau :

Responsable plateau :

### Attribution des numéros aux équipes :

(A la fin du plateau il vous est demandé de positionner l'ensemble des équipes suivant leur niveau en vous basant sur les contenus des matchs du plateau. Voir le tableau ci-dessous.)

	<b>Equipes</b>	<b>Niveau 1 (Expérimentée)</b>	<b>Niveau 2 (Moyenne)</b>	<b>Niveau 3 (Débutante)</b>
<b>1</b>				
<b>2</b>				
<b>3</b>				
<b>4</b>				
<b>5</b>				

REMARQUES (organisation, horaires, contenu des ateliers, divers) :

# FEUILLES DE MATCHS PLATEAUX U9

DATE DU PLATEAU :

NOM DU CLUB : .....

NOM DU RESPONSABLE DE L'ÉQUIPE : .....

N°	NOM	PRÉNOM	ANNEE NAISSANCE	N° LICENCE
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				

.....

# FEUILLES DE MATCHS PLATEAUX U9

DATE DU PLATEAU :

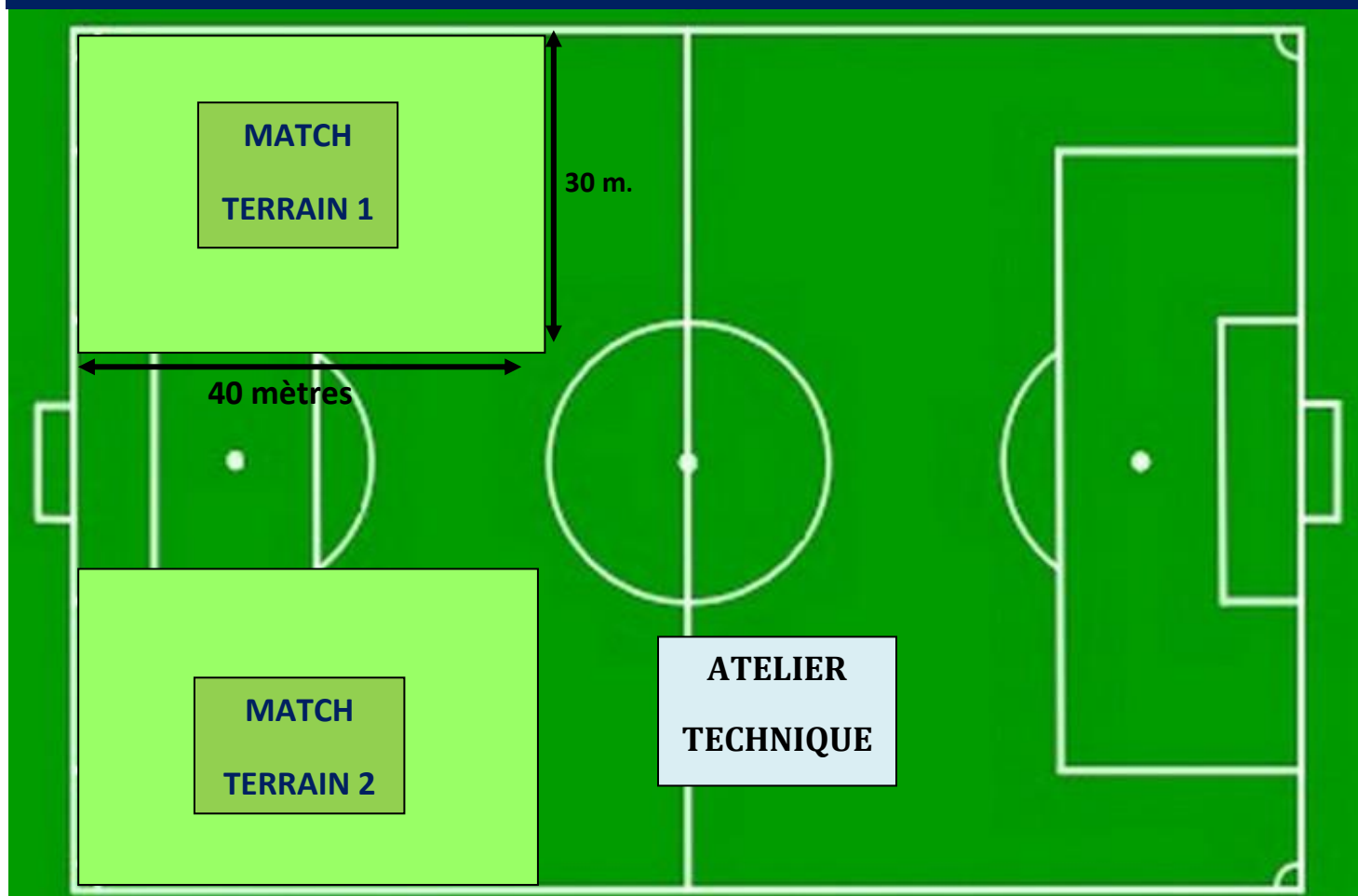
NOM DU CLUB : .....

NOM DU RESPONSABLE DE L'ÉQUIPE : .....

N°	NOM	PRÉNOM	ANNEE NAISSANCE	N° LICENCE
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				

.....

# PLATEAU A 5 EQUIPES



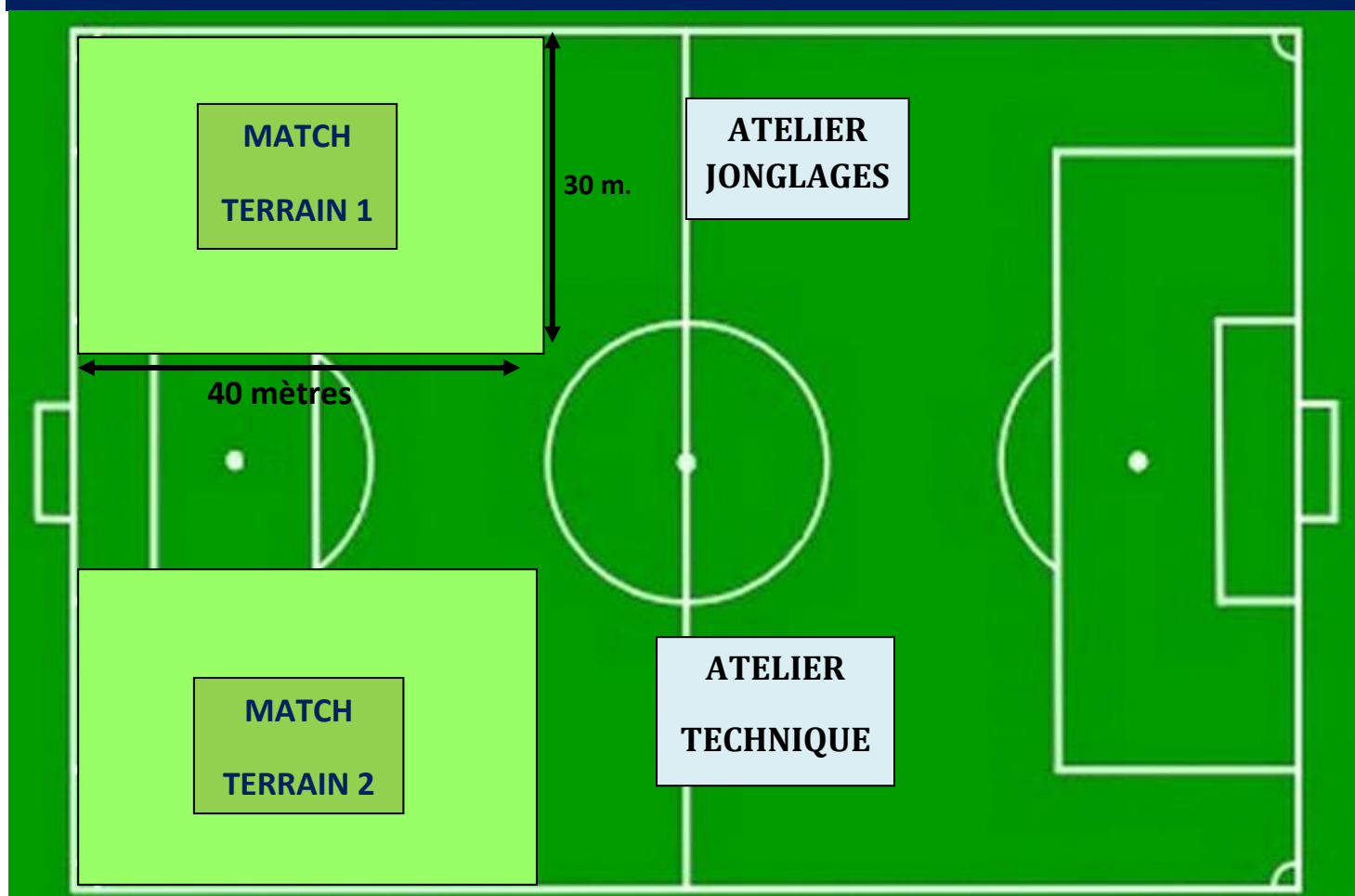
## ORGANISATION :

- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à 5
- Chaque équipe fait 4 matchs et 1 atelier.
- Chaque rotation dure 10 minutes.

5 Minutes de repos entre chaque rotation.

	MATCH TERRAIN 1	MATCH TERRAIN 2	ATELIER TECHNIQUE
Rotation 1	1-2	3-4	5
Rotation 2	2-3	4-5	1
Rotation 3	3-5	1-4	2
Rotation 4	3-1	2-5	4
Rotation 5	1-5	2-4	3

# PLATEAU A 4 EQUIPES

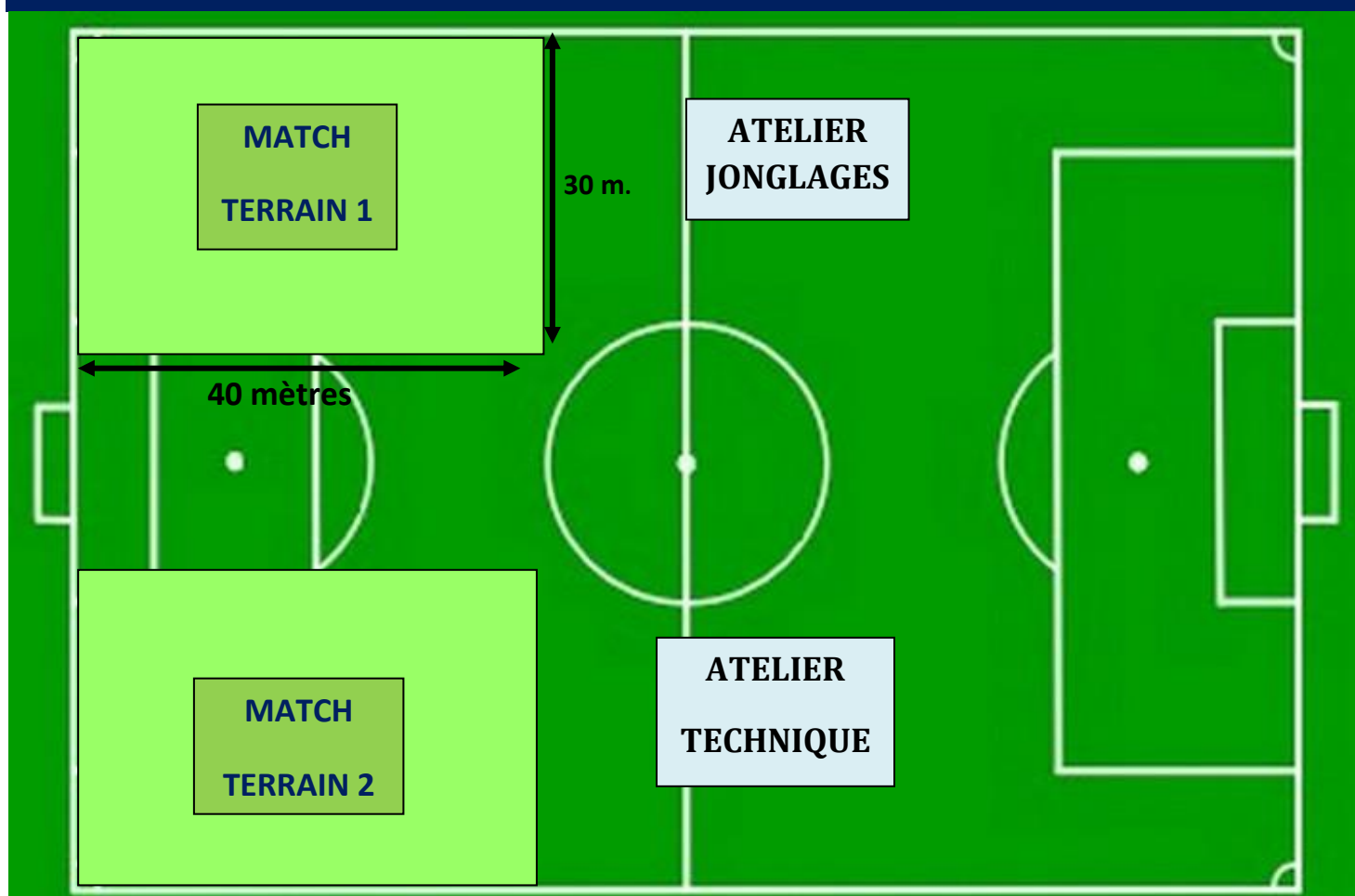


## ORGANISATION :

- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à 4
- Chaque équipe fait 3 matchs et 2 ateliers
- Chaque rotation dure 10 minutes
- Temps de pause entre chaque rotation de 5 minutes

	MATCH TERRAIN 1	MATCH TERRAIN 2	ATELIER JONGLAGES	ATELIER TECHNIQUE
<b>Rotation 1</b>	1 - 2		3-4	
<b>Rotation 2</b>	3 - 4		1-2	
<b>Rotation 3</b>	1 - 3			2-4
<b>Rotation 4</b>	2 - 4			1 - 3
<b>Rotation 5</b>	1 - 4	2 - 3		

# PLATEAU A 3 EQUIPES



## ORGANISATION :

- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à 3
- Chaque équipe fait 4 matchs et 2 ateliers
- Chaque rotation dure 10 minutes
- Temps de pause entre chaque rotation de 5 minutes

	MATCH TERRAIN 1	ATELIER JONGLAGES	ATELIER TECHNIQUE
<b>Rotation 1</b>	1 - 2	3	
<b>Rotation 2</b>	1 - 3	2	
<b>Rotation 3</b>	2 - 3	1	
<b>Rotation 4</b>	1 - 2		3
<b>Rotation 5</b>	1 - 3		2
<b>Rotation 6</b>	2 - 3		1



# PLATEAU U9 N°3 : SAMEDI 4 MAI 2019

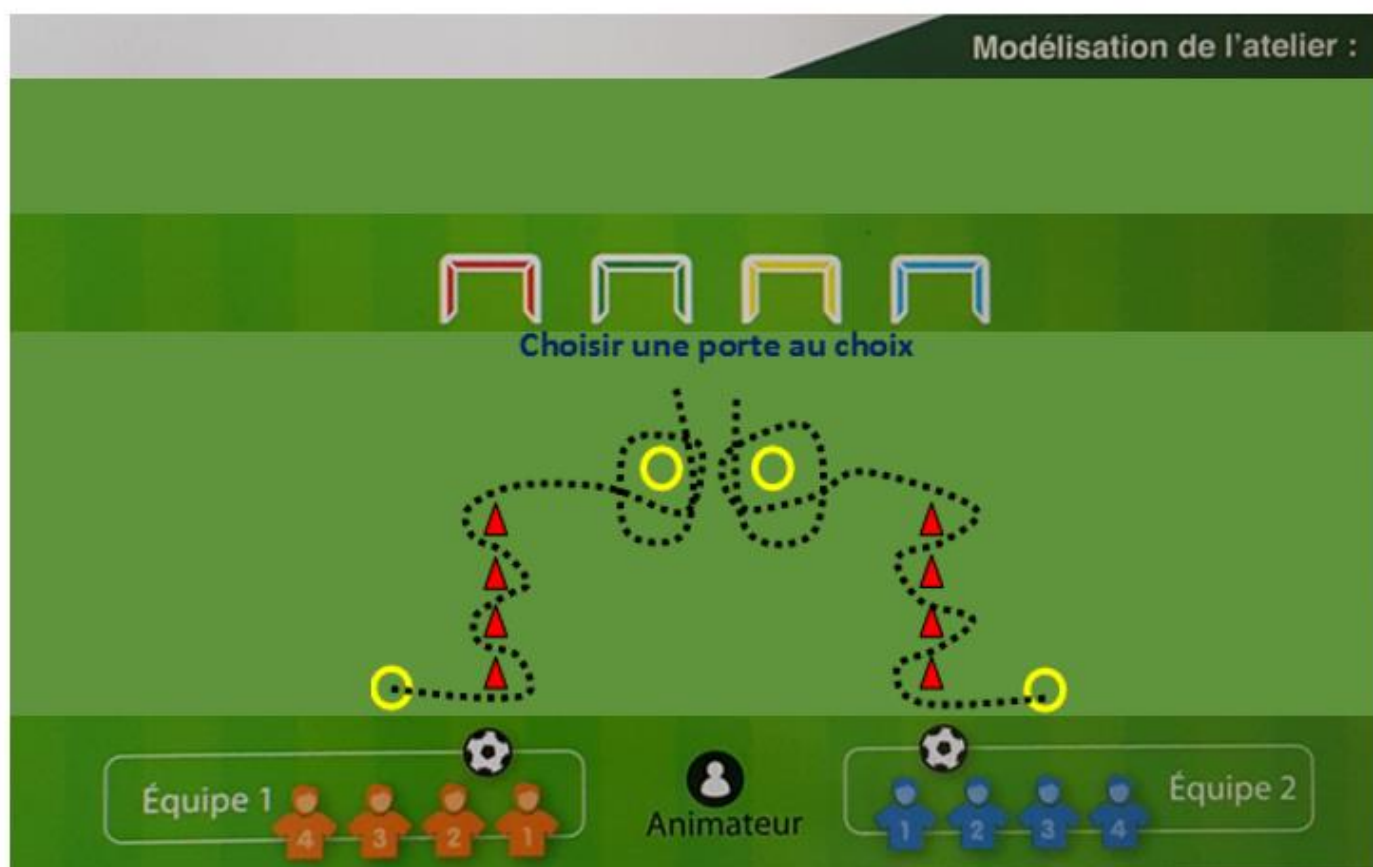
## EXERCICE TECHNIQUE

Thème de la séance : Les tirs		Descriptif
Tâches	OBJECTIF	
	Le tir	
	BUT	
	Marquer le premier = 1 pt	
ELEMENTS PEDAGOGIQUES	CONSIGNES	<p>Le béré : A l'appel de leur numéro, les joueurs doivent aller chercher le ballon et tirer le plus vite possible.</p>
	VARIABLES	
	METHODE PEDAGOGIQUE	
ELEMENTS PEDAGOGIQUES	DIRECTIVE	<p>1/ Annoncer deux numéros : obligation de se faire une passe avant de tirer 2/ Faire le tour d'un obstacle pour varier les angles de tir</p>
	VEILLER A :	

## ATELIER PEF

Compétences visées : Saluer les personnes de son environnement

Objectif de l'atelier : Sensibiliser sur le respect par l'intermédiaire d'un atelier basé sur les formes de salutations.



### CONSIGNES :

- Matérialiser 2 zones distinctes : la zone de départ de chaque équipe et la zone du parcours technique avec des mini buts de 2 mètres se trouvant à la fin de l'atelier.
- Il existe 4 formules de politesse (voir la fiche au verso) représentées chacune par une porte de couleur différente comme sur l'image.
- Répartir les équipes chacune dans leur zone de départ.
- L'éducateur annonce un « type d'interlocuteur » (voir fiche au verso) à haute voix, puis un joueur de chaque équipe s'engage dans la réalisation de l'atelier technique.
- A la fin de l'atelier le joueur doit tirer dans la porte correspondant à la bonne formule de politesse. Seul le premier joueur à avoir tiré peut marquer un point :

But dans la porte correspondant à la bonne réponse = 1 point

But dans une porte ne correspondant pas à la bonne réponse = 0 pt

### CONSEILS :

Après chaque passage prendre le temps de justifier la réponse auprès de tous les joueurs

Compter les points entre les 2 équipes

# FICHE « INTERLOCUTEUR »

**Réponse 1 :** Je serre la main

**Réponse 2 :** Je fais une bise

**Réponse 3 :** Je fais un « Check »

**Réponse 4 :** Je dis uniquement « BONJOUR »

## Mon éducateur

Je serre la main

## Mon coéquipier

Je fais un « Check »  
/ Je serre la main

## Mon président de club

Je serre la main

## La maman de mon coéquipier

Je fais une bise  
/ Je dis uniquement  
« BONJOUR »

## Le Maire de ma commune

Je serre la main  
/ Je dis uniquement  
« BONJOUR »

## Le papa de mon coéquipier

Je serre la main  
/ Je dis uniquement  
« BONJOUR »

## Un dirigeant du club

Je serre la main  
/ Je dis uniquement  
« BONJOUR »

## Un spectateur

Je dis uniquement  
« BONJOUR »

## Un agent de la ville

Je dis uniquement  
« BONJOUR »

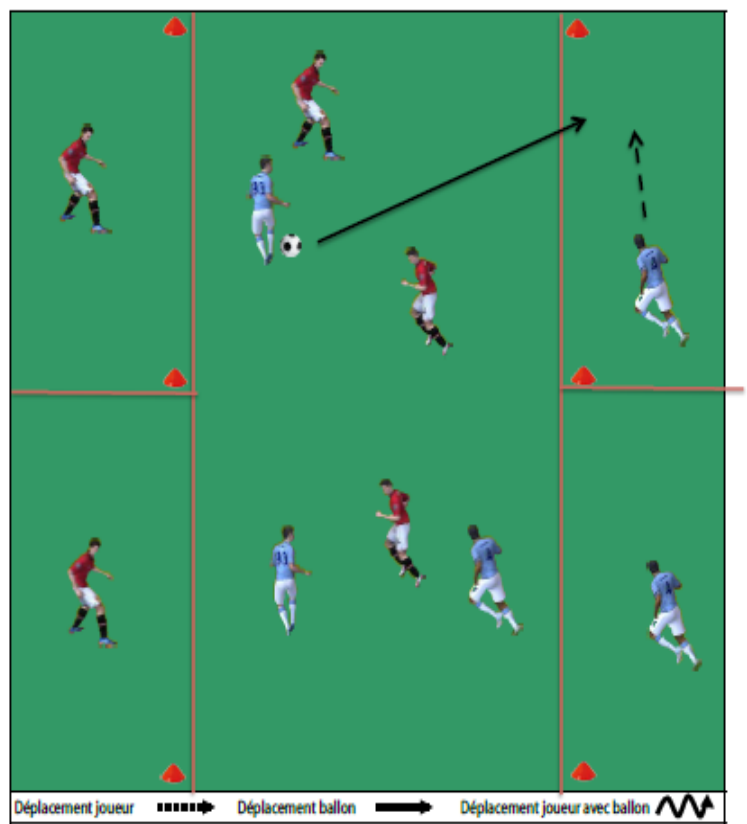
## Un inconnu

Je dis uniquement  
« BONJOUR »

# PLATEAU U9 N°4 : SAMEDI 18 MAI 2019

## JEU

Descriptif	
Tâches	OBJECTIF
	Découvrir le partenaire Occuper et exploiter le terrain et les espaces
	BUT
	Transmettre le ballon à l'un des deux capitaines de son équipe = 1 pt
Eléments pédagogiques	CONSIGNES
	Balle aux capitaines 3 contre 3 au milieu Chaque capitaine occupe la moitié de la largeur du terrain
	VARIABLES
	1/ Si plus de joueurs = possibilité de mettre des appuis libres sur les côtés afin d'augmenter encore les possibilités de passes 2/ Interdiction de rejouer avec le passeur 3/ Pour marquer, obliger le capitaine à rejouer avec un partenaire
Eléments pédagogiques	METHODE PEDAGOGIQUE
	<b>ACTIVE</b> Laisser jouer - Observer - Questionner
	VEILLER A :
	Penser à changer les capitaines toutes les 2' environ Compter les points et valoriser les réussites



## ATELIER PEF

### FAIR PLAY

Compétences visées : Sensibiliser aux bons comportements

Objetif de l'atelier : Identifier les bons et mauvais comportements



#### CONSIGNES :

- Matérialiser les 3 zones distinctes :

Une zone axiale de « questions » suffisamment spacieuse comprenant les joueurs avec un ballon chacun et du matériel (cerceaux\*6 et plots\*6)

Deux zones « Bon comportement » et « Mauvais comportement » délimitées par des coupelles à 8 mètres de chaque côtés de la zone de « questions ».

- Les joueurs sont en conduite de balles dans la zone « questions » en suivant les surfaces demandées par l'éducateur (pied droit, pied gauche, intérieur pied, extérieur pied, semelle).
- Lorsque l'éducateur annonce oralement à haute voix, pour tous les joueurs, un « comportement » (voir fiche au verso), les joueurs balle au pied doivent faire le tour d'un plot ou cerceau suivant les consignes de l'éducateur avant de rejoindre la zone correspondant à leur réponse.
- Les joueurs se situant dans la bonne zone en moins de 8 secondes marquent 1 point

#### CONSEIL :

Après chaque passage prendre le temps de justifier la réponse auprès de tous les joueurs

Demander aux joueurs de compter leurs points et faire des rappels entre les passages

# FICHE « COMPORTEMENT »

.....

## « BONS » COMPORTEMENTS



J'encourage mes partenaires

Je relève mon adversaire  
si je le fais tomber au sol

Je respecte les décisions de l'arbitre

Je reste positif dans mon attitude

Je joue collectif

Je serre la main de tous mes adversaires

Je salue tout le monde  
en arrivant au stade

Je lève la main si je souhaite  
intervenir à l'oral

Je suis un capitaine modèle

J'accepte d'être remplacé sur le terrain

## « MAUVAIS » COMPORTEMENTS



*Je simule une blessure*

*Je conteste une décision de l'arbitre*

*Je refuse de serrer la main  
de mes adversaires*

*Je critique mes partenaires*

*Je ne passe pas mon ballon  
à mes coéquipiers*

*Je bouscule mon adversaire*

*Je crie sur mon éducateur*

*Je pars du stade sans dire au revoir*

*Je coupe la parole de mon éducateur*

*Je chambre mes adversaires  
si j'ai gagné le match*

# PLATEAU U9 N°5 : SAMEDI 1 JUIN 2019

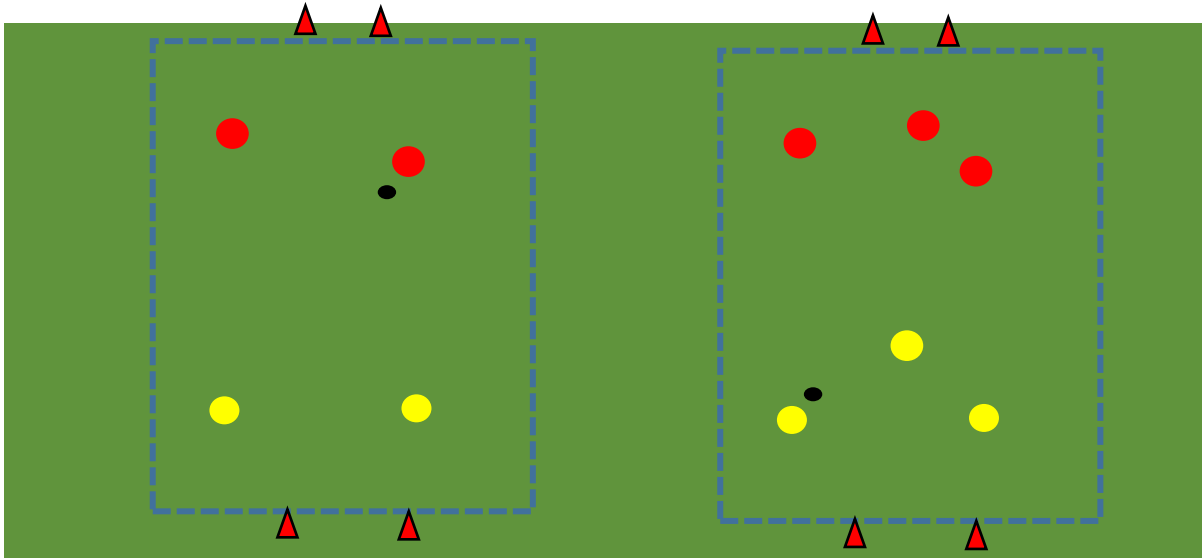
## Atelier technique

Tache		Descriptif
<p><b>Objectifs</b> : Jouer le 2vs1 : Fixer et décaler, dribbler.</p> <p><b>Buts</b> : Attaquants : Marquer après être passé dans une porte = 1pt Défenseurs : Récupérer le ballon</p> <p><b>Consignes</b> : Départ de 2 attaquants avec un ballon derrière la ligne de l'espace de jeu. 1 défenseurs entre dans la zone dès l'instant que les attaquants entrent dans la zone. Les attaquants doivent passer dans une porte sur conduite ou passe pour aller marquer. Après le passage de la porte, le défenseur ne peut plus intervenir. Seul l'attaquant en possession du ballon sors de la zone.</p>	Durée	
	12'	
	Nbre de joueurs	
	10	
	Espaces	
20 x 10		

## Atelier PEF

Compétences visées : Maitrise des lois du jeu

Objectif de l'atelier : Apprendre les différentes lois du jeu spécifique au foot à et générales



CONSIGNES :

Sur des terrains de 2 contre 2, les joueurs s'affrontent sur des périodes de 2 minute.

Dimensions des terrains : But de 2 mètres. Largeur : 8 mètres / Longueur : 12 mètres

A chaque fois qu'un joueur marque un but une question lui est posée. S'il répond correctement à la question le but est doublé.

Installer 2 terrains et faire du 2 contre 2 ou 3 contre 3 en fonction du nombre de joueurs.



# QUESTIONNAIRE « ARBITRAGE »

\*\*\*\*\*

Questions - Vrai ou faux		Réponses	
1	J'ai le droit de jouer au football avec des filles.	<b>Vrai</b>	<i>Oui, la mixité est autorisée jusqu'en U15.</i>
2	Sur une touche je dois obligatoirement faire une passe.	<b>Faux</b>	<i>Je peux aussi rentrer en conduite de balle.</i>
3	Pour qu'un but soit accordé par l'arbitre, il faut que le ballon touche la ligne de but.	<b>Faux</b>	<i>Il faut que le ballon ait entièrement franchi la ligne de but entre les montants.</i>
4	Les protège-tibias sont obligatoires lors d'un match de football.	<b>Vrai</b>	<i>Cela me permet de limiter les risques de blessure.</i>
5	Sur un corner, je peux marquer un but directement contre l'équipe adverse.	<b>Vrai</b>	
6	Le ballon peut être botté dans n'importe quelle direction au coup d'envoi.	<b>Vrai</b>	<i>Il peut se faire aussi bien dans le camp adverse que dans le sien</i>
7	Sur une relance du gardien de l'équipe adverse je ne peux pas me trouver dans sa surface	<b>Vrai</b>	<i>Seul un partenaire peut se trouver dans la surface.</i>
8	Le tacle est autorisé en U9	<b>Faux</b>	<i>Il est interdit pour protéger les joueurs des blessures.</i>
9	Seul le gardien peut se saisir du ballon à la main	<b>Vrai</b>	<i>Si un joueur de champ s'en saisit cela est une « faute ».</i>
10	Le vainqueur du TOSS d'avant match choisit d'obtenir le coup d'envoi du match.	<b>Faux</b>	<i>Le vainqueur obtient le choix du camp.</i>

