

PLATEAUX U9 N°2

SAMEDI 05 OCTOBRE 2024

Toutes les équipes citées ont **rendez-vous à 9H30** sur le lieu du plateau mentionné ci-dessous.

En cas d'absences d'équipe(s) merci de **prévenir le secrétariat du district et le club recevant le plateau.**

Début du plateau composé de matchs et d'ateliers à 10H00, fin à 11H45.

Tous les joueurs doivent être licenciés pour pouvoir participer au plateau

Aucune équipe supplémentaire ne peut être engagée sans l'accord du District.

Les clubs souhaitant engager des équipes supplémentaires à celles citées ci-dessous doivent envoyer un mail au district faisant état de leur demande.

Plateau à MEMBREY - 8 équipes Contact :	Plateau A ARC LES GRAY - 8 équipes Contact : Mathieu Pothin (06 70 26 70 51)
2 Vels 1, 2 et 3 Membrey Val de Gray 1 et 2 Val de Pesmes 1 et 2	4 Rivières 1 et 2 Champlitte 1, 2 et 3 Val de Gray 3 et 4 Seveux

Plateau à FRETIGNEY - 9 équipes Contact : Chloé Gobin (07 72 30 35 33)	Plateau à SOING- 8 équipes Contact : Sébastien Chevallier (06 98 15 13 77)
La Romaine 1 et 2 Monts de Gy 1 et 2 Perrouse 3 et 4 Rioz Fc 4, 5 et 6	Ent Val de Saône 2/Soing 2 La Gourgeonne RC Saônois 1 et 2 Soing 1 Val de Saône 1 Vesoul FC 3 et 4

Plateau à RIOZ - 8 équipes Contact : Benjamin Billery (06 12 03 83 19)	Plateau à FROTEY LES VESOUL - 9 équipes Contact : Xavier Mougin (06 71 90 47 37)
Marnay 1, 2 et 3 Perrouse 1 et 2 Rioz Fc 1, 2 et 3	Colombe 1, 2 et 3 Frotey 1 et 2 Noidans Vesoul 4 et 5 Vesoul AFM Vesoul Racing

Plateau à JASNEY - 8 équipes Contact : Jean Christophe Boileau (06 07 10 88 60)	Plateau à VESOUL (Stade R. Hologne) - 9 équipes Contact : Chaib Aarras (06 23 32 27 11)
Amance/Corre/Polaincourt Faverney 1 et 2 Jasney 1, 2 et 3 Jussey 1 et 2	Larians 1 et 2 Noidans Vesoul 1, 2 et 3 Pays de Luxeuil 1 et 2 Vesoul FC 1 et 2

Plateau à FROIDCONCHE - 7 équipes Contact : Daniel Villeminey (06 35 15 78 36)	Plateau à FRANCHEVELLE – 8 équipes Contact : Jean Armando (06 89 58 53 88)
Gr 3 Rivières Fougerolles 1 et 2 Lure JS 1, 2 et 3 Vallée du Breuchin	Faucogney Francheville 1, 2 et 3 Lure Sporting Pays de Luxeuil 3 St Loup/Corb/Magn 1 et 2

Plateau à BREVILLIERS - 9 équipes Contact : Eric Steib (06 87 29 81 65)	Plateau à ESPRELS – 9 équipes Contact : Franck Renaud (06 74 04 95 88)
Ent Haute Lizaine Héricourt 1 et 2 Haute Vallée de l'Ognon Melisey St Barth. 1, 2 et 3 Pays Minier 1, 2 et 3	Dampierre/Linotte Ent Haute Lizaine/Héricourt 3 et 4 Larians 3 Magny Vernois 1, 2 et 3 Villersexel/Esprels 1 et 2

PLATEAU U9 N°2 : SAMEDI 5 OCTOBRE 2024

ATELIER 1 : ATELIER PEF

Thématique : Règles du jeu et arbitrage

Objectif de l'atelier : La tenue du footballeur

Consignes











Compétition par équipe : Chaque équipe se place en colonne au départ de l'atelier.

L'éducateur explique le fonctionnement de l'atelier et démontre le parcours.

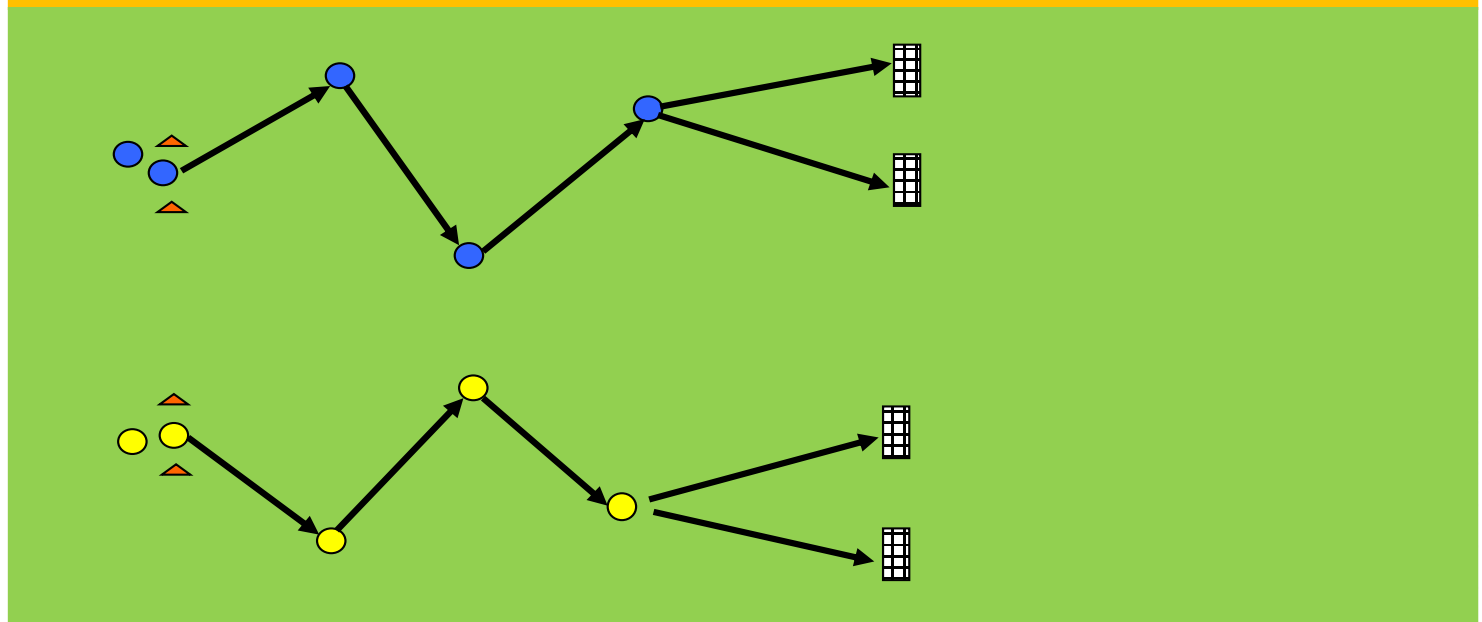
Avant de débiter l'atelier, il est important de déterminer à quel minibut correspond la réponse "UTILE" et "PAS UTILE" (exemple : minibut à gauche = UTILE et minibut à droite = PAS UTILE).

Lorsque l'éducateur va énoncer à haute voix un objet (voir la liste ci-dessous), le joueur au départ de chaque équipe lance le cheminement de l'atelier qui se fait sous forme de passe et suit. A la fin de ce passe et suit, le dernier joueur à réceptionner le ballon doit répondre s'il s'agit d'un objet utile ou pas à la tenue de footballeur en réalisant un tir dans le minibut correspondant à sa réponse. But marqué avant l'autre équipe dans le minibut correspondant à la bonne réponse = 1 point.

Matériel

					
Minibut (2m)	Déplacement joueur	Déplacement ballon		Conduite	
					
Cône	Cerceau	Coupelle	Ballon	Joueurs	Constrifoot

Schéma



Détails du schéma

Espacer les 2 minibuts de 4 à 6 mètres environ. Les placer à 8 mètres environ de la coupelle du tireur.

Faire 2 circuits de passes symétriques avec des distances de passes de 7 à 10 mètres.

Variables - Veiller à

Faire répéter les joueurs régulièrement pour limiter l'attente. Après chaque passe le joueur se déplace d'une coupelle (**passe et suit**).

Les joueurs d'une même équipe **NE PEUVENT PAS CONSEILLER** leur partenaire avant son tir. Après chaque passage prendre quelques secondes pour justifier la réponse à l'affirmation.

QUESTIONS ATELIER 1

LISTE D'OBJETS

UTILE		PAS UTILE
Chaussettes de foot		Jean
Gourde		Canette de soda
Survêtement		Lunettes de soleil
Tee Shirt		Bracelet
K-WAY		Bonbons
Bonnet		Bijoux
Sweat		Montre
Crampons		Switch
Short		Jeu de cartes
Protège tibias		Ecouteurs
Gants		Livre
		Tongues
		Echarpe

PLATEAU U9 N°2 : SAMEDI 5 OCTOBRE 2024

ATELIER 2











Thématique : Vitesse / Vivacité + Tir

Consignes

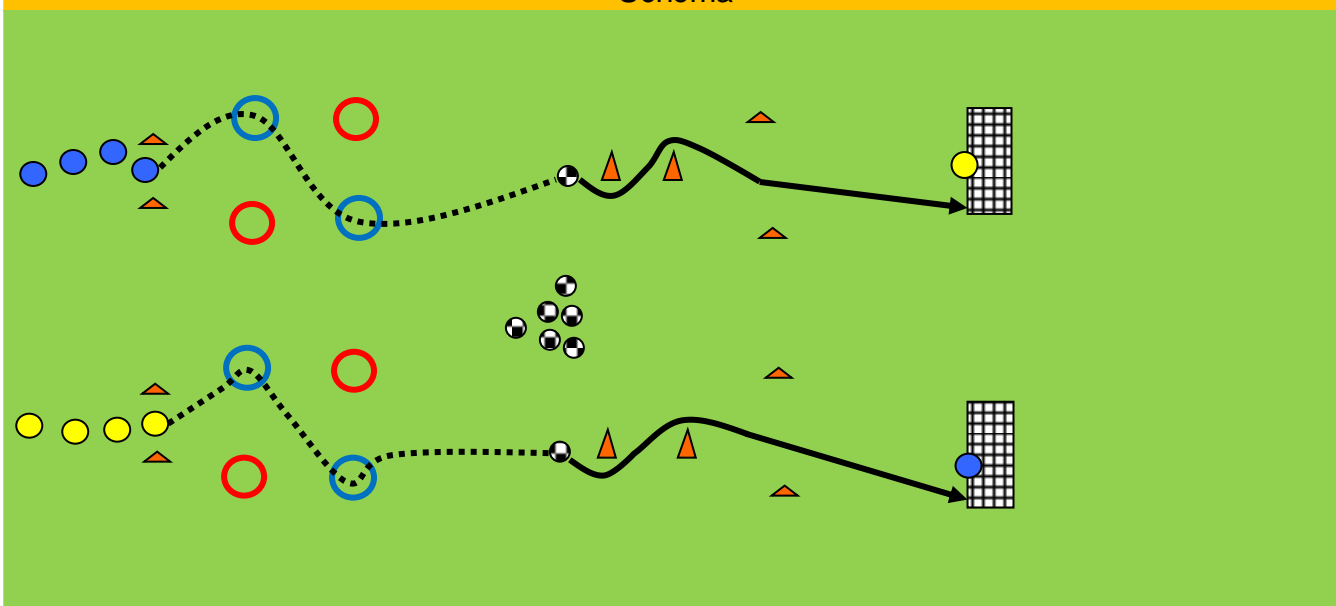
2 équipes : Départ d'un joueur de chaque équipe dès que l'éducateur annonce une des 2 couleurs de cerceaux ("ROUGE" ou "BLEU"). Chaque joueur doit mettre un pied dans les 2 cerceaux de la couleur annoncée le plus rapidement possible puis récupérer le ballon et passer dans la porte en conduite avant de tirer au but. Le joueur doit tirer avant la limite des 8 mètres matérialisée par les coupelles.

Le premier joueur qui marque remporte 1 point pour son équipe.

Matériel

					
Minibus (2m)	Déplacement joueur	Déplacement ballon		Conduite	
					
Cône	Cerceau	Coupelle	Ballon	Joueurs	Constrifoot

Schéma



Détails du schéma

Espacer les cerceaux de 4 mètres.

Laisser 6 mètres de distance entre les cerceaux et le départ de la conduite.

Distance de frappe : 8 mètres

Variables - Veiller à

Aller à la couleur opposée à celle annoncée (Exemple : "ROUGE" annoncé, le joueur passe par les cerceaux bleus).

Faire le tour complet des 2 cerceaux. Enchaîner rapidement les passages pour éviter l'attente.

Faire plusieurs manches et compter les points entre les 2 équipes

ATELIER JONGLAGES A UTILISER LORS DES PLATEAUX A 10, 9 OU 7 EQUIPES POUR LES EQUIPES SEUL A L'ATELIER

ATELIER JONGLAGE

Consignes

1 ballon par joueur. Chaque joueur dispose de 3 essais maximum pour réaliser l'objectif. En cas d'échec, le joueur doit reculer au palier précédent et tenter de le réaliser à nouveau.

COMPETITON INDIVIDUELLE : Etre le premier à atteindre le palier 5.

Palier 1 : District --> Réaliser 3 jonglages pieds mains consécutifs sans faire tomber le ballon

Palier 2 : Ligue --> Réaliser 5 jonglages pieds mains consécutifs sans faire tomber le ballon













Palier 3 : Ligue 2 --> Réaliser 10 jonglages pieds mains consécutifs sans faire tomber le ballon

Palier 4 : Ligue 1 --> Réaliser 2 fois 2 jonglages consécutifs

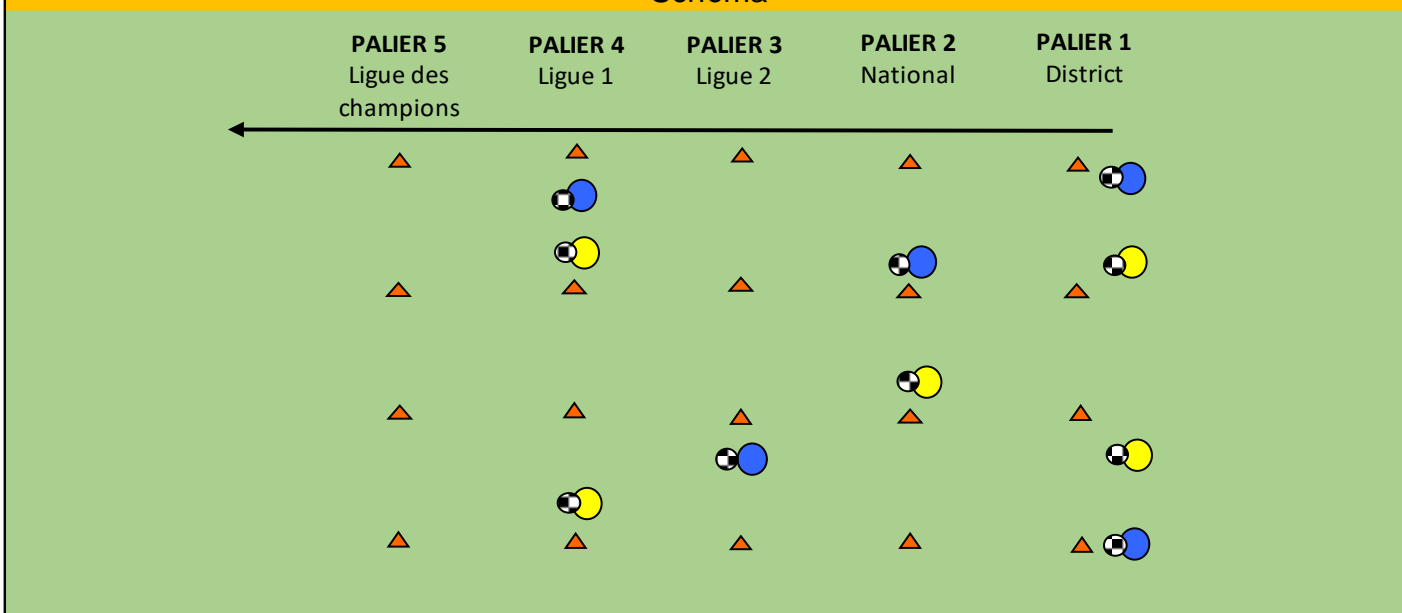
Palier 5 : Ligue des champions --> Réaliser 2 fois 3 jonglages consécutifs

Lorsque joueur a réussi à valider le palier 5, le faire recommencer avec les objectifs inscrits dans variables.

Matériel

					
Minibus (2m)	Déplacement joueur	Déplacement ballon		Conduite	
				 	
Cône	Cerceau	Coupelle	Ballon	Joueurs	Constrifoot 

Schéma



Détails du schéma

Espacer les paliers de 5 mètres pour bien les dissocier.

Prévoir suffisamment de ballons !

Variables - Veiller à

Palier 1 : District --> Réaliser 2 jonglages consécutifs

Palier 2 : Ligue --> Réaliser 4 jonglages consécutifs

Palier 3 : Ligue 2 --> Réaliser 6 jonglages consécutifs

Palier 4 : Ligue 1 --> Réaliser 8 jonglages consécutifs

Palier 5 : Ligue des champions --> Réaliser 10 jonglages consécutifs