

PLATEAUX U9 N°3

SAMEDI 19 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 par courriel**

Début du plateau composé de matchs et d'ateliers à 10H00, fin à 11H30.

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 VELESMES - 9 équipes Contact : Clement Lejeune (0679282657)	Plateau A DAMPIERRE SUR SALON – 9 équipes Contact : Thomas Chaney (0648892168)
2 Vels 1, 2 et 3 Membrey Seveux Val de Pesmes 1 et 2 Val de Gray 3 et 4	4 Rivières 1 et 2 Ent Champlitte/Vingeane 1, 2 et 3 La Romaine 1 et 2 Val de Gray 1 et 2
Plateau à GY - 8 équipes Contact : Romain Lucot (0672662519)	Plateau à SCEY SUR SAONE - 9 équipes Contact : Jules Jacquot (0782306206)
Ent Val de Saône 2/Soing 2 La Gourgeonne Monts de Gy 1 et 2 Perrouse 3 et 4 Soing 1 Val de Saône 1	Amance/Corre/Polaincourt 1 et 2 Frotey 1 et 2 Jasney 1, 2 et 3 Racing club Saônois 1 et 2
Plateau à NOIDANS - 6 équipes Contact : Julien Noel (0688775026)	Plateau à FAVERNEY - 9 équipes Contact : Ludovic Jardel (0768250068)
Franchevelle 1 Noidans Vesoul 1, 2 et 3 Vesoul FC 1 et 2	Colombe 1, 2 et 3 Faverney 1 et 2 Jussey 1 et 2 Vesoul AFM Vesoul Racing
Plateau à RIOZ – 9 équipes Contact : Benjamin Billeri (0612038319)	Plateau à Larians - 9 équipes Contact : Morgan Michel (0635403232)
Larians 1 Marnay 1, 2 et 3 Perrouse 1 et 2 Rioz Fc 1, 2 et 3	Larians 2 et 3 Noidans Vesoul 4 et 5 Rioz Fc 4, 5 et 6 Vesoul FC 3 et 4
Plateau à LURE – 10 équipes Contact : Dylan Betelli (0766015761)	Plateau à FOUGEROLLES – 9 équipes Contact : Thomas Lemort (0670552833)
Ent Haute Lizaine/Héricourt 1, 2 et 3 Lure JS 1, 2 et 3 Pays de Luxeuil 1 et 2 St Loup/Corbenay/Magnoncourt 1 et 2	Faucogney Fougerolles 1 et 2 Franchevelle 2 et 3 Lure Sporting Pays de Luxeuil 3 et 4 Vallée du Breuchin
Plateau à ROYE - 10 équipes Contact :	Plateau à BREVILLERS – 8 équipes Contact : Eric Steib (06 87 29 81 65)
3 Rivières 1 et 2 Dampierre/Linotte Haute Vallée de l'Ognon Melisey St Barth. 1, 2 et 3 Villersexel/Esprels 1 et 2	Ent Haute Lizaine/Héricourt 4 et 5 Magny Vernois 1, 2 et 3 Pays Minier 1, 2 et 3

PLATEAU U9 N°3 : SAMEDI 19 OCTOBRE 2024

ATELIER 1 : DUELS

Taches		Descriptif	Elements pedagogiques
ATELIER 1	Durée		Variables
Objectifs: Améliorer la conduite, le dribble et le tir	12 à 15 minutes		Changer les chiffres attribués à chaque joueur. Appeler plusieurs joueurs.
Consignes : Chaque joueur doit retenir le chiffre qui lui est attribué. A son annonce, le joueur de chaque équipe entre dans le terrain et joue un duel face à son adversaire. L'action se fini quand le ballon sort du terrain. Donner les ballons aléatoirement en direction d'un joueur afin d'éviter les chocs si le ballon est entre les 2 joueurs.	joueurs		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
	6 à 12		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
	Espaces	minibuts de 2 mètres Larg : 12m Long : 18m	

PLATEAU U9 N°3 : SAMEDI 19 OCTOBRE 2024

ATELIER 2

BERËT : Conduite + Tir		Variables
Objectifs: Améliorer la conduite et le tir	Durée	Faire plusieurs manches Changer les gardiens Changer les numéros des joueurs Modifier le parcours de conduite (ajouter ou supprimer des obstacles)
Buts : Compétition par équipe.	10 minutes	
Consignes : Un numéro est attribué à chaque joueur des 2 équipes. A son annonce, le joueur de chaque équipe dont le numéro est annoncé (exemple : "Numéro 1") récupère le ballon et réalise le parcours de conduite (tour cerceau, et slalom) puis le 1er à marquer marque 1 point.	Nbre de joueurs	Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
	3 à 5 joueurs par équipe	Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
	Espaces	25 / 25

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

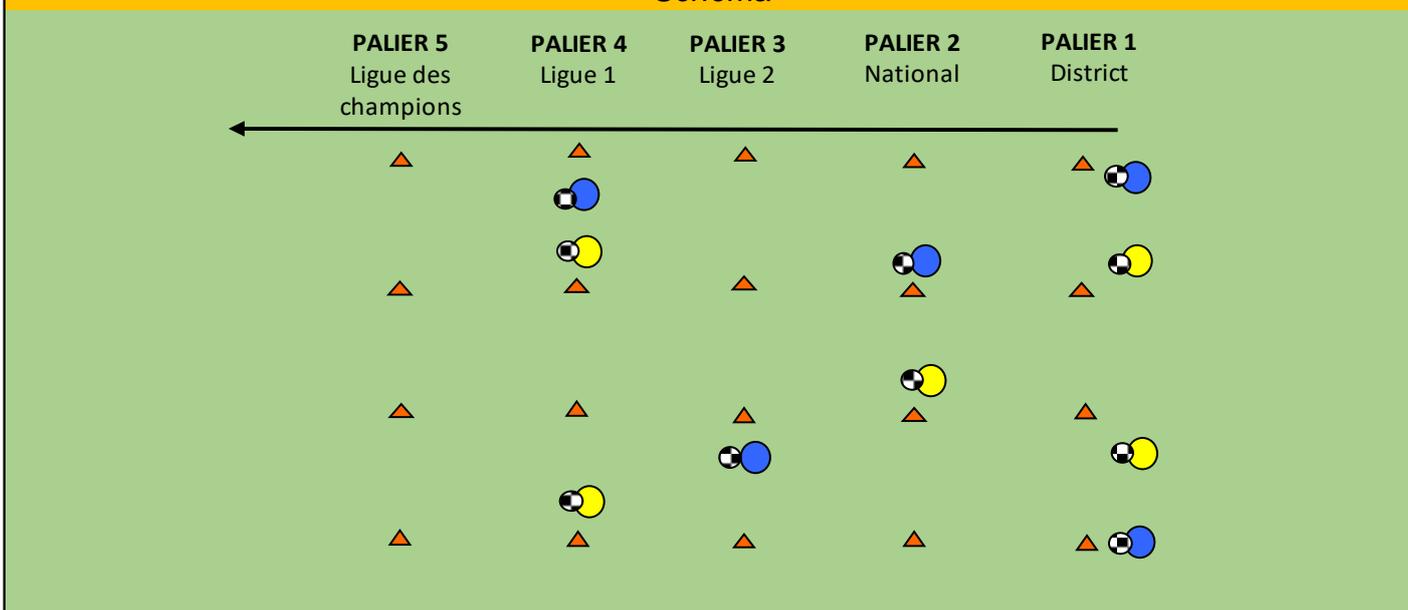
Palier 5 : Ligue des champions --> Réaliser 2 fois 3 jonglages consécutifs

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

Matériel

						
<i>Minibut (2m)</i>	<i>Déplacement joueur</i>		<i>Déplacement ballon</i>		<i>Conduite</i>	
						
<i>Cône</i>	<i>Cerceau</i>	<i>Coupelle</i>	<i>Ballon</i>	<i>Joueurs</i>	<i>Constrifoot</i>	<i>Haie</i>

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