

## DOCUMENT D'ORGANISATION U11F 2024/2025 - PHASE PRINTEMPS

DATES/CATEGORIE	U11F
Samedi 15 mars 2025	Plateau 1 : Foot à 5
Samedi 22 mars 2025	Plateau 2 : avec district DTB (foot à 5/Foot à 8)
Samedi 29 mars 2025	
Samedi 5 avril 2025	Plateau 3 : avec district DTB (foot à 5/Foot à 8)
Samedi 12 avril 2025	Plateau 4 : Foot à 5
Samedi 19 avril 2025	
Samedi 26 avril 2025	Festi-Foot sur inscription (à vesoul / 3 contre 3)
Samedi 3 mai 2025	
Samedi 10 mai 2025	Plateau 5 : foot à 5
Samedi 17 mai 2025	Plateau 6 : Foot à 5
Samedi 24 mai 2025	Plateau 7 : avec district DTB (foot à 5/Foot à 8)
Samedi 31 mai 2025	Plateau 8 : Plateau foot à 5
Samedi 7 juin 2025	Plateau 9 : rassemblement fin de saison

### PLATEAU 8 : SAMEDI 31 MAI 2025

Rendez-vous des équipes : 9H30

Début des rencontres : 10H00

#### A FRETIGNEY (7 équipes) :

Ent Colombe/Noidans Vesoul, La Romaine, Larians, Rioz Fc, Perrouse 1 et 2, Val de Pesmes

#### A ST LOUP/SEMOUSE (10 équipes) :

Gt Lure JS Haute Lizaine 1,2, 3 et 4, Jussey, Pays Minier 1 et 2, St Loup/Corbenay/Magnoncourt, Gt Val Cerise 1 et 2

### PLATEAU 9 : SAMEDI 7 JUIN 2025

Rendez-vous des équipes : 9H00

Fin des rencontres : 12H00

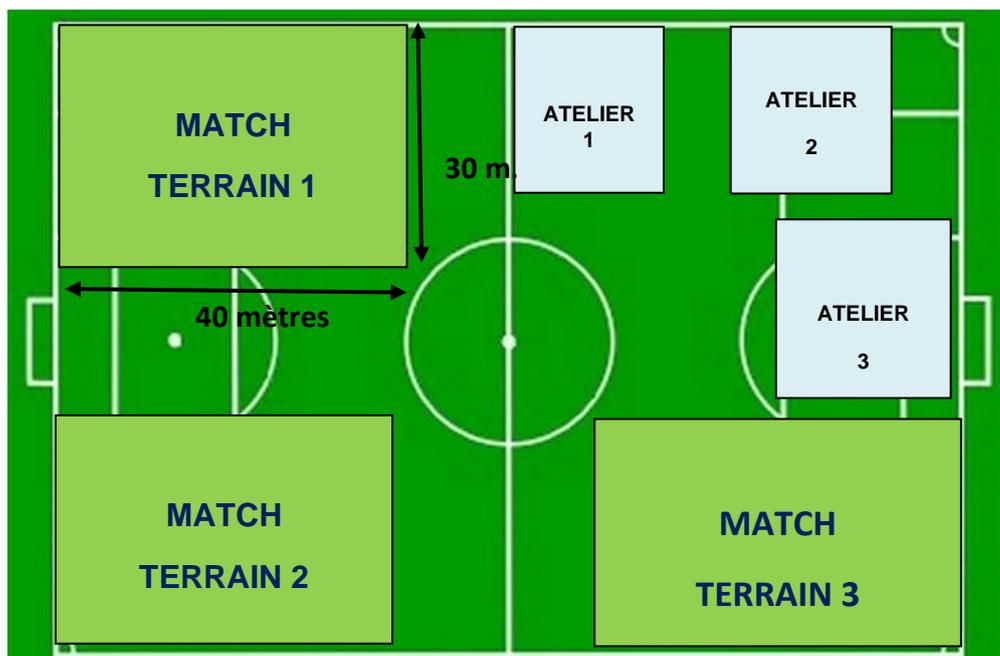
#### A VESOUL, Stade R. Hologne (terrain en herbe)

Ent Colombe/Noidans Vesoul, GT Lure JS Haute Lizaine 1, 2, 3 et 4, Jussey, La Romaine, Larians, Pays Minier 1 et 2, Perrouse 1 et 2, Rioz Fc, St Loup/Corbenay/Magnoncourt, Gr Val Cerise 1 et 2, Val de Pesmes.

# PLATEAU U11F : SAMEDI 31 mai 2025

Taches		Descriptif	Elements pedagogiques
<b>CHAISES MUSICALES</b>	Durée		Variables
<b>Objectifs</b> : Améliorer la conduite de balle.	7 à 10 minutes		Varier le nbr de cerceaux / nbr de joueurs.
<b>Buts</b> : Rejoindre un cerceau innocupé en conduite de balle au signal de l'éducateur	Nbre de joueurs		Imposer différentes surfaces de conduite : pied droit ou gauche, intérieur, extérieur, etc
<b>Consignes</b> : 1 ballon par joueur. Au signal de l'éducateur, les joueurs doivent contourner une coupelle de la couleur annoncée (bleue ou rouge sur le schéma) avant de stopper son ballon dans un cerceau.	3 à 5 joueurs par équipe		<b>Faire une manche à "élimination directe"</b>
<b>Faire une première manche à la main.</b>	Espaces 20 / 20		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
		Nombre de cerceaux < nombre de joueurs.	Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Rappeler les pénalités des joueurs.
<b>BERET : 1 c 1 multibuts</b>	Durée		Variables
<b>Objectifs</b> : Améliorer la conduite et les dribbles	7 à 10 minutes		Changer les chiffres attribués à chaque joueur.
<b>Buts</b> : Marquer = 1 point	joueurs		Appeler les joueurs par 2
<b>Consignes</b> : Chaque joueur doit retenir le chiffre qui lui est attribué. L'éducateur annonce aléatoirement un numéro et doit donner le ballon aléatoirement à un des 2 joueurs appelés pour lancer le duel. L'action se fini quand le ballon sort du terrain.	6 à 10		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
<b>Si un joueur n'a pas touché le ballon lors du duel</b> , l'éducateur énonce à haute voix "BALLON MAGIQUE" et lui transmet un ballon pour qu'il puisse à son tour attaquer.	Espaces minibuts de 2 mètres Larg : 12m Long : 16m		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
<b>DEMENAGEURS</b>	Durée		Variables
<b>Objectifs</b> : Améliorer la conduite.	7 à 10 minutes		Faire plusieurs manches.
<b>Buts</b> : 1ère équipe à avoir déménagé tous ses ballons remporte la manche	Nbre de joueurs		Interdiction de passer 2 fois de suite dans la même porte.
<b>Consignes</b> : Au signal de l'éducateur, un joueur de chaque équipe pars en conduite pour amener son ballon dans la maison opposée. Obligation de passer par l'une des 2 portes matérialisée par les plots. Le suivant pars dès que le ballon de son partenaire est arrêté dans la zone.	3 à 5 joueurs par équipe		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Après avoir déposé son ballon, le joueur retourne au départ en passant dans l'autre porte..	Espaces 25 / 25		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points
		Mettre le même nombre de ballons aux 2 équipes	

# PLATEAU A 10 EQUIPES



**ORGANISATION :**

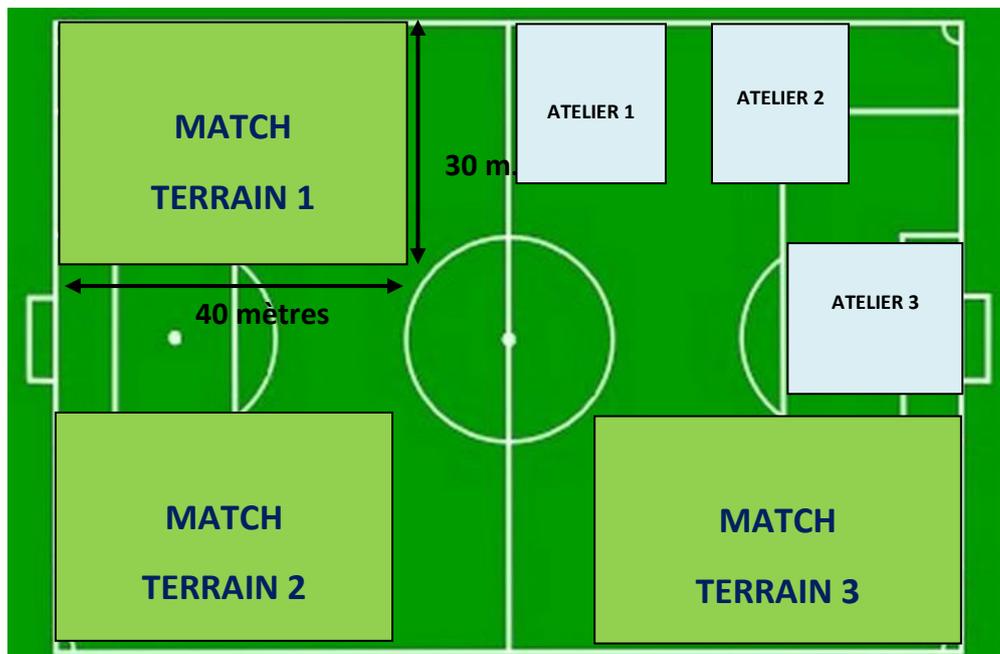
- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à 10.
- Chaque équipe fait 4 matchs et 3 ateliers.
- Chaque rotation dure **8 minutes**.
- Temps de pause entre chaque rotation de **4 minutes**.

10 équipes : 3 terrains + 3 ateliers							
	ROTATION 1	ROTATION 2	ROTATION 3	ROTATION 4	ROTATION 5	ROTATION 6	ROTATION 7
ÉQUIPE 1	Terrain 1	Terrain 2	Terrain 3	Atelier 1	Atelier 2	Atelier 3	Terrain 2
ÉQUIPE 2	Terrain 1	Atelier 2	Atelier 1	Terrain 3	Terrain 2	Terrain 3	Terrain 3
ÉQUIPE 3	Terrain 2	Terrain 3	Atelier 1	Atelier 2	Terrain 1	Atelier 3	Terrain 3
ÉQUIPE 4	Terrain 2	Terrain 1	Atelier 3	Atelier 1	Terrain 3	Terrain 1	Atelier 2
ÉQUIPE 5	Terrain 3	Atelier 1	Atelier 3	Terrain 1	Terrain 2	Atelier 2	Terrain 2
ÉQUIPE 6	Terrain 3	Terrain 2	Terrain 1	Atelier 2	Atelier 1	Terrain 1	Atelier 3
ÉQUIPE 7	Atelier 1	Atelier 2	Terrain 1	Terrain 2	Terrain 3	Terrain 3	Terrain 1
ÉQUIPE 8	Atelier 1	Terrain 3	Terrain 2	Terrain 1	Atelier 2	Terrain 2	Atelier 3
ÉQUIPE 9	Atelier 3	Terrain 1	Terrain 2	Terrain 3	Atelier 1	Atelier 2	Terrain 1
ÉQUIPE 10	Atelier 3	Atelier 1	Terrain 3	Terrain 2	Terrain 1	Terrain 2	Atelier 2

**Aide à l'attribution des numéros afin que les équipes d'un même club ne se rencontre pas :**

- L'équipe n°1** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **3, 4, 7, 8 et 9**
- L'équipe n°2** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **4, 6, 8 et 10**
- L'équipe n°3** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **1, 5, 6, 7 et 9**
- L'équipe n°4** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **1, 2, 5, 8 et 10**
- L'équipe n°5** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **3, 4, 7, 9 et 10**
- L'équipe n°6** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **2, 3, 8, 9 et 10**
- L'équipe n°7** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **1, 3, 5 et 8**
- L'équipe n°8** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **1, 2, 4, 6 et 7**
- L'équipe n°9** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **1, 3, 5, 6 et 10**
- L'équipe n°10** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **2, 4, 5, 6 et 9**

# PLATEAU A 9 EQUIPES



## ORGANISATION :

- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à 9.
- Chaque équipe fait 4 matchs et 2 ateliers.
- Chaque rotation dure **10 minutes**.
- Temps de pause entre chaque rotation de **5 minutes**.

GRILLE DE ROTATION A 9 EQUIPES : 3 terrains + 3 ateliers (rotation de 10 minutes)

	ROTATION 1	ROTATION 2	ROTATION 3	ROTATION 4	ROTATION 5	ROTATION 6
ÉQUIPE 1	Terrain 1	Atelier 1	Terrain 1	Atelier 2	Terrain 1	Terrain 1
ÉQUIPE 2	Terrain 1	Terrain 1	Atelier 1	Terrain 1	Atelier 2	Terrain 2
ÉQUIPE 3	Terrain 2	Atelier 3	Terrain 1	Terrain 1	Terrain 3	Atelier 2
ÉQUIPE 4	Terrain 2	Terrain 1	Atelier 1	Terrain 2	Terrain 2	Atelier 3
ÉQUIPE 5	Terrain 3	Atelier 1	Terrain 2	Atelier 3	Terrain 1	Terrain 3
ÉQUIPE 6	Terrain 3	Terrain 2	Atelier 3	Terrain 3	Terrain 3	Atelier 2
ÉQUIPE 7	Atelier 1	Terrain 3	Terrain 2	Terrain 3	Atelier 3	Terrain 1
ÉQUIPE 8	Atelier 1	Terrain 2	Terrain 3	Terrain 2	Atelier 2	Terrain 2
ÉQUIPE 9	Atelier 3	Terrain 3	Terrain 3	Atelier 2	Terrain 2	Terrain 3

## Aide à l'attribution des numéros afin que les équipes d'un même club ne se rencontre pas :

L'équipe n°1 ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : 4, 6, 8 et 9

L'équipe n°2 ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : 5, 6, 7 et 9

L'équipe n°3 ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : 5, 7, 8 et 9

L'équipe n°4 ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : 1, 5, 6 et 7

L'équipe n°5 ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : 2, 3, 4 et 8

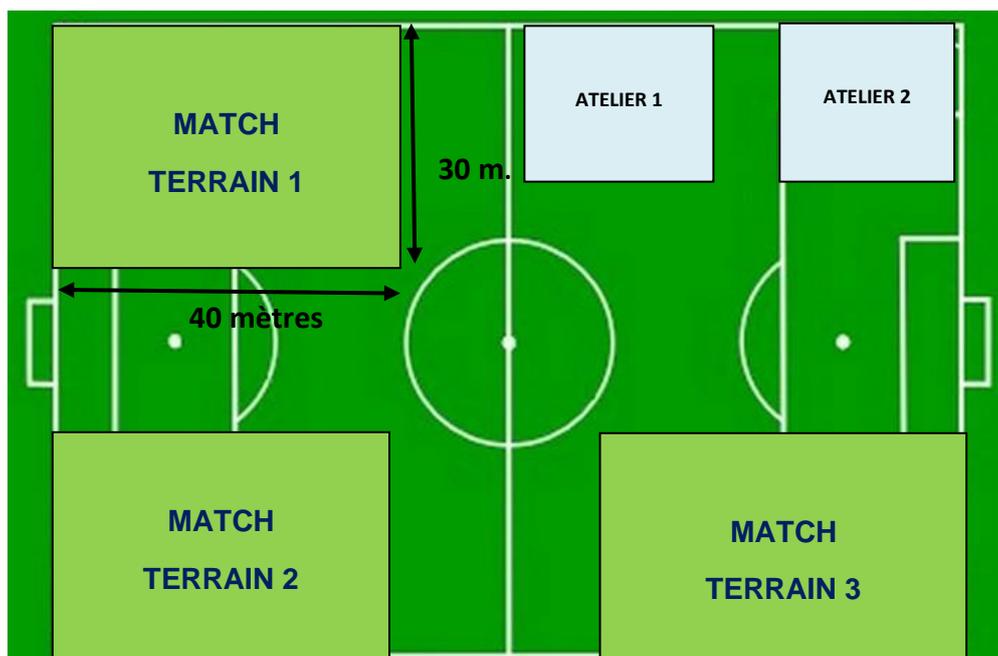
L'équipe n°6 ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : 1, 2, 4 et 9

L'équipe n°7 ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : 2, 3, 4 et 8

L'équipe n°8 ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : 1, 3, 5 et 7

L'équipe n°9 ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : 1, 2, 3 et 6

# PLATEAU A 8 EQUIPES



## ORGANISATION :

- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à 8.
- Chaque équipe fait 4 matchs et 2 ateliers.
- Chaque rotation dure **10 minutes**.
- Temps de pause entre chaque rotation de **5 minutes**.

GRILLE DE ROTATION A 8 EQUIPES : 3 terrains + 2 ateliers (rotation de 10 minutes)

	ROTATION 1	ROTATION 2	ROTATION 3	ROTATION 4	ROTATION 5	ROTATION 6
ÉQUIPE 1	Terrain 1	Atelier 1	Terrain 1	Atelier 2	Terrain 1	Terrain 3
ÉQUIPE 2	Terrain 1	Atelier 2	Terrain 2	Atelier 1	Terrain 2	Terrain 2
ÉQUIPE 3	Terrain 2	Atelier 1	Atelier 2	Terrain 1	Terrain 3	Terrain 1
ÉQUIPE 4	Terrain 2	Atelier 2	Terrain 3	Terrain 2	Atelier 1	Terrain 3
ÉQUIPE 5	Terrain 3	Terrain 1	Terrain 2	Atelier 2	Atelier 1	Terrain 1
ÉQUIPE 6	Terrain 3	Terrain 2	Atelier 2	Terrain 2	Terrain 2	Atelier 1
ÉQUIPE 7	Atelier 2	Terrain 2	Terrain 1	Atelier 1	Terrain 3	Terrain 2
ÉQUIPE 8	Atelier 2	Terrain 1	Terrain 3	Terrain 1	Terrain 1	Atelier 1

**Aide à l'attribution des numéros afin que les équipes d'un même club ne se rencontrent pas :**

**L'équipe n°1** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **3, 5 et 6**

**L'équipe n°2** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **3, 4 et 8**

**L'équipe n°3** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **1, 2 et 6**

**L'équipe n°4** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **2, 5 et 7**

**L'équipe n°5** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **1, 4 et 7**

**L'équipe n°6** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **1, 3 et 8**

**L'équipe n°7** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **4, 5 et 8**

**L'équipe n°8** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **2, 6 et 7**

# PLATEAU A 7 EQUIPES



## ORGANISATION :

- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à 7.
- Chaque équipe fait 4 matchs et 2 ateliers (dont 1 atelier jonglages).
- Chaque rotation dure **10 minutes**.
- Temps de pause entre chaque rotation de **5 minutes**.

GRILLE DE ROTATION A 7 EQUIPES : 3 terrains + 2 ateliers (rotation de 10 minutes)

	ROTATION 1	ROTATION 2	ROTATION 3	ROTATION 4	ROTATION 5	ROTATION 6
ÉQUIPE 1	Terrain 1	Terrain 1	Atelier 2	Terrain 3	Atelier 1	Terrain 2
ÉQUIPE 2	Terrain 1	Terrain 2	Atelier 1	Terrain 1	Terrain 1	Atelier 2
ÉQUIPE 3	Terrain 2	Terrain 1	Atelier 1	Terrain 2	Terrain 2	Atelier 2
ÉQUIPE 4	Terrain 2	Atelier 1	Terrain 2	Terrain 3	Terrain 1	Atelier 2
ÉQUIPE 5	Terrain 3	Atelier 2	Terrain 2	Terrain 2	Atelier 1	Terrain 1
ÉQUIPE 6	Terrain 3	Atelier 1	Terrain 1	Terrain 1	Atelier 2	Terrain 2
ÉQUIPE 7	Atelier 1	Terrain 2	Terrain 1	Atelier 2	Terrain 2	Terrain 1

**Aide à l'attribution des numéros afin que les équipes d'un même club ne se rencontrent pas :**

**L'équipe n°1** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **5 et 7**

**L'équipe n°2** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **3 et 5**

**L'équipe n°3** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **2 et 6**

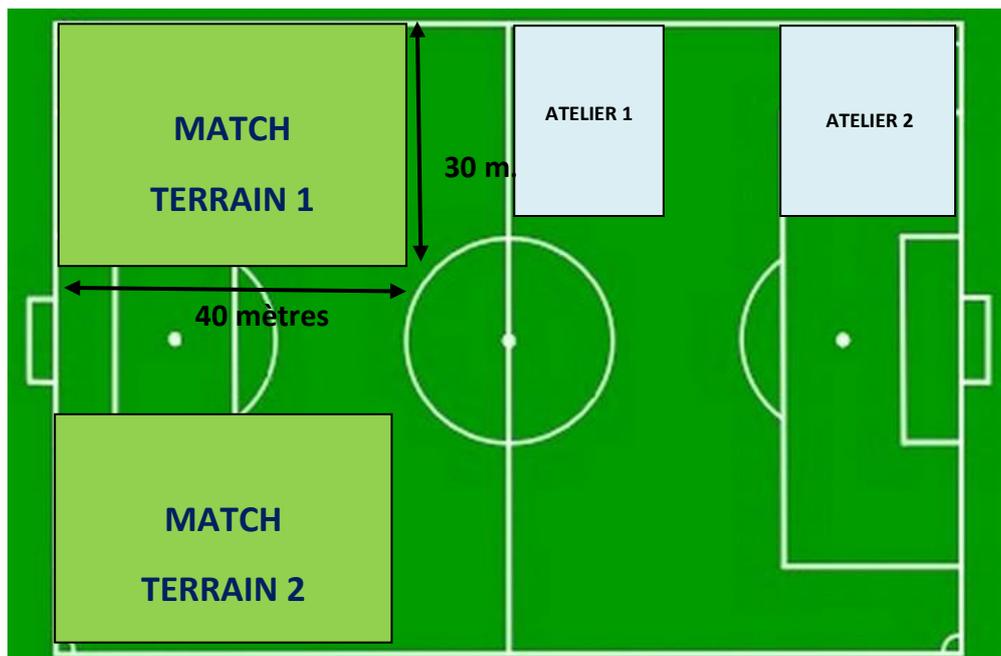
**L'équipe n°4** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **6 et 7**

**L'équipe n°5** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **1 et 2**

**L'équipe n°6** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **3 et 4**

**L'équipe n°7** ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : **1 et 4**

# PLATEAU A 6 EQUIPES



## ORGANISATION :

- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à 6.
- Chaque équipe fait 4 matchs et 2 ateliers.
- Chaque rotation dure **10 minutes**.
- Temps de pause entre chaque rotation de **5 minutes**.

GRILLE DE ROTATION A 6 EQUIPES : 2 terrains + 2 ateliers (rotation de 10 minutes)

	ROTATION 1	ROTATION 2	ROTATION 3	ROTATION 4	ROTATION 5	ROTATION 6
ÉQUIPE 1	Terrain 1	Terrain 2	Atelier 1	Terrain 1	Terrain 1	Atelier 2
ÉQUIPE 2	Terrain 1	Atelier 1	Terrain 1	Terrain 2	Atelier 2	Terrain 1
ÉQUIPE 3	Terrain 2	Terrain 1	Atelier 1	Terrain 2	Terrain 2	Atelier 2
ÉQUIPE 4	Terrain 2	Atelier 1	Terrain 2	Atelier 2	Terrain 1	Terrain 1
ÉQUIPE 5	Atelier 1	Terrain 1	Terrain 2	Terrain 1	Atelier 2	Terrain 2
ÉQUIPE 6	Atelier 1	Terrain 2	Terrain 1	Atelier 2	Terrain 2	Terrain 2

## Aide à l'attribution des numéros afin que les équipes d'un même club ne se rencontrent pas :

**L'équipe n°1** ne rencontre pas lors des matchs l'équipe n° : 3

**L'équipe n°2** ne rencontre pas lors des matchs l'équipe n° : 5

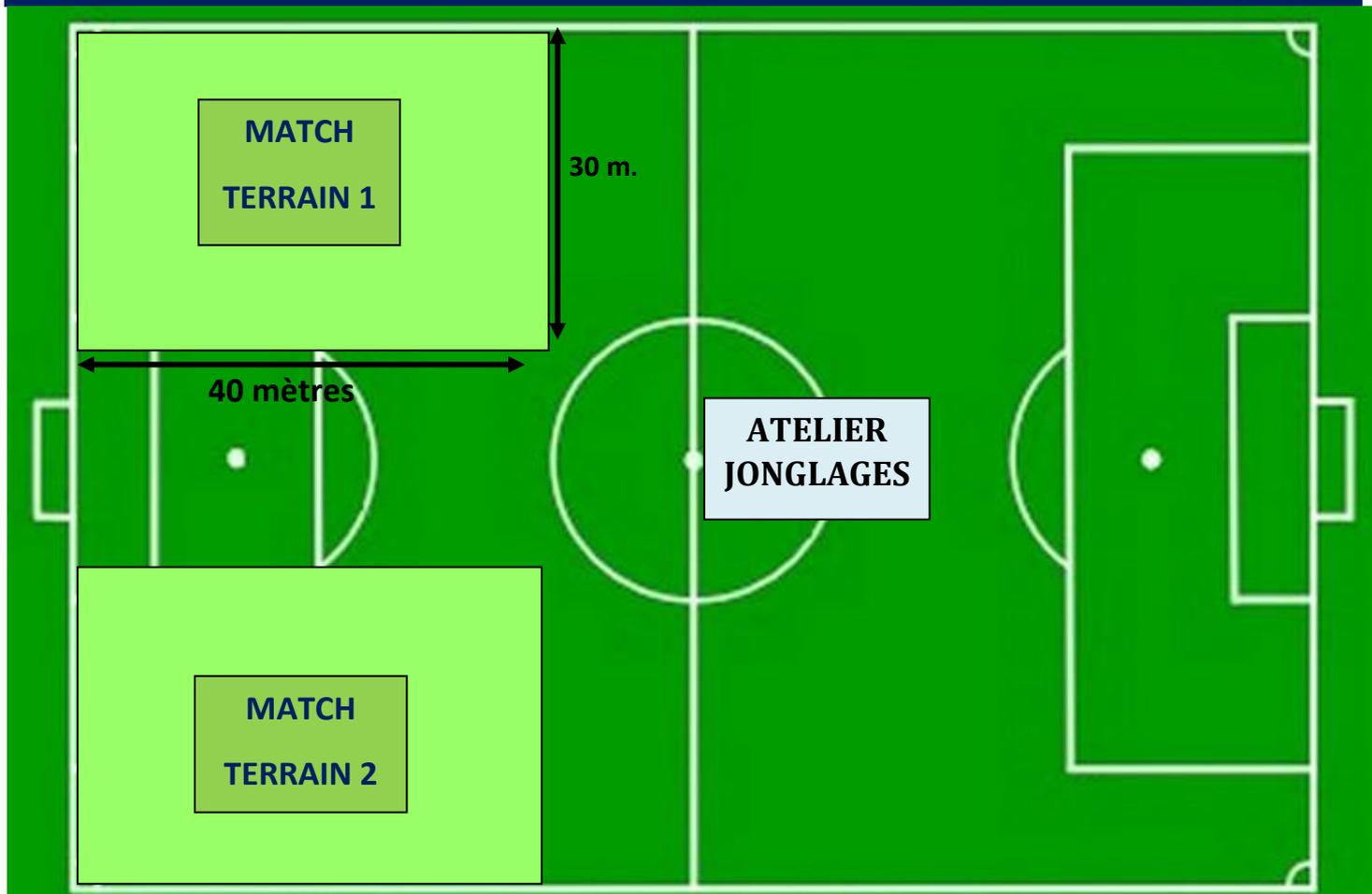
**L'équipe n°3** ne rencontre pas lors des matchs l'équipe n° : 1

**L'équipe n°4** ne rencontre pas lors des matchs l'équipe n° : 6

**L'équipe n°5** ne rencontre pas lors des matchs l'équipe n° : 2

**L'équipe n°6** ne rencontre pas lors des matchs l'équipe n° : 4

# 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.**
- Temps de pause entre chaque rotation de **5 minutes.**

	MATCH TERRAIN 1	MATCH TERRAIN 2	ATELIER
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

# REGLEMENT U11F FOOT A 5

- **Joueuses autorisées** : U11F nées en 2014, U10F nées en 2015, U9F nées en 2016
- **Les clubs souhaitant obtenir des dérogations doivent obligatoirement faire une demande écrite au district**
- **Ballon taille 4**
- **Nombre de joueuses** : Les matchs se déroulent **obligatoirement à 5 contre 5 (avec une gardienne)**.
- **Le coup de pied de but (« six mètres »)** : Se joue à 6m (par la gardienne), obligatoirement **au pied**. Possibilité de faire une passe à un partenaire dans la zone protégée. (*voir règle ci-après\**)
- **La relance de la gardienne (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 et les corners** : 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**).  
**Si la joueuse tire le corner et marque, le but est valable.**
- **Le tacle est interdit**. Reprise du jeu par un coup-franc.

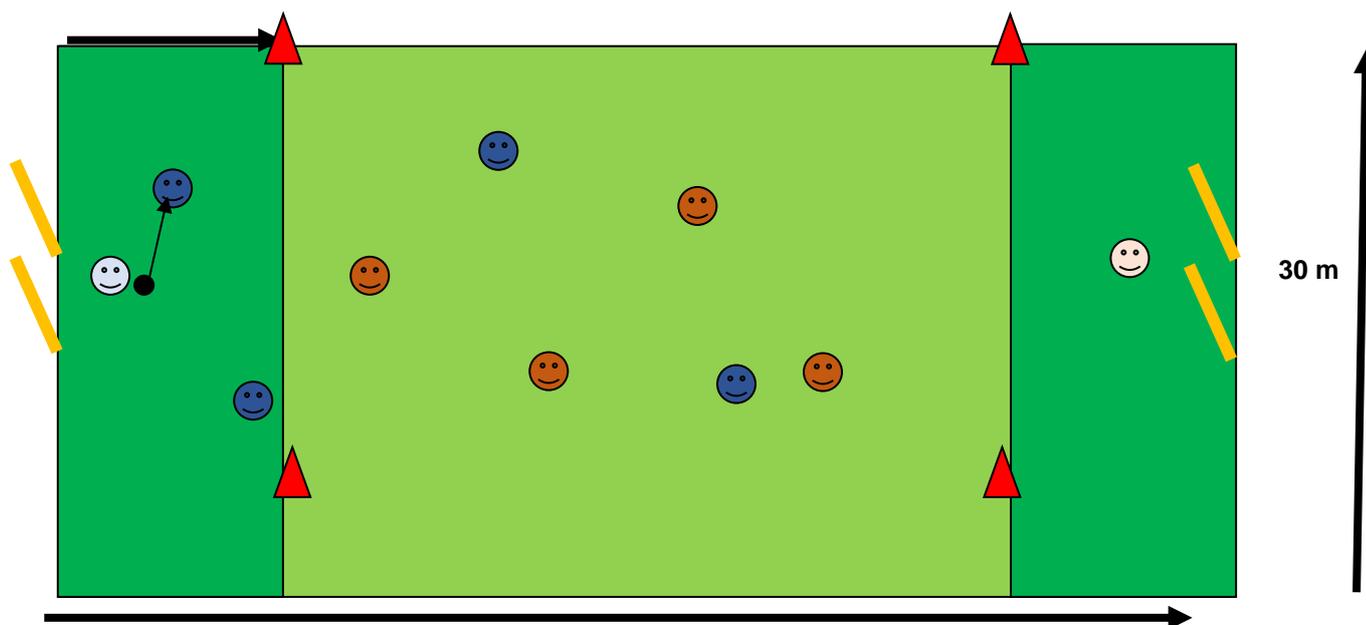
## Règle de la Zone protégée :

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

La gardienne peut alors relancer sur une partenaire qui vient demander le ballon dans la surface.

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

## **Zone protégée de 8 m**



## TRACAGE DES TERRAINS :

- Les terrains U11F doivent être tracés avec des coupelles si possible d'une seule couleur.
- 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 constris-foot ou buts spécifiques.
- 2 cônes, placés à 8 m, de chaque côté du terrain dans le sens de la longueur, permettent de déterminer les 2 surfaces de réparation.

# FEUILLES DE MATCHS U11F FOOT A 5

DATE DU PATEAU :

LIEU DU PATEAU :

CLUB :

EQUIPE :

NOM DU RESPONSABLE DE L'EQUIPE :

NUMERO DE LICENCE :

N°	NOM	PRÉNOM	DATE DE NAISSANCE	N° LICENCE
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

# FEUILLES DE MATCHS PATEAUX U11F FOOT A 5

DATE DU PATEAU :

LIEU DU PATEAU :

CLUB :

EQUIPE :

NOM DU RESPONSABLE DE L'EQUIPE :

NUMERO DE LICENCE :

N°	NOM	PRÉNOM	ANNEE NAISSANCE	N° LICENCE
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				