



DISTRICT DE FOOTBALL
DE HAUTE SAONE

GUIDE PLATEAUX U7

SAISON 2025 / 2026



Stéphanie Barbier, CTD DAP

LOIS DU JEU

	U6 GS (2020) ou 2021 dès 5 ans révolu	U7 CP (2019)
Effectifs	Football à 4 (3 joueurs et 1 gardien)	
Remplaçants	0 à 2 : limiter au maximum les remplaçants	
Nombre minimal	3 par équipe	
Tacle	Interdit	
Sous-classement	U8 Féminines (2018)	
Dimension des terrains	30m de long X 20m de large	
Dimension des buts	4 m X 1,5 m	
Zone du gardien	Zone de 8 mètres	
Hors-jeu	Pas de hors-jeu	
Taille des ballons	Taille 3	
Temps de jeu	56 minutes (7 ou 8 rotations de 8 ou 7 minutes)	
Engagement	Vers l'avant ou l'arrière	
Coup de pied de but	A 6 m face au but. Zone protégée*	
Touche et corner	Au pied : passe ou rentrée en conduite de balle, obligation de faire une passe avant de pouvoir marquer. Adversaire à 5 m. Si le joueur tire le corner il peut marquer directement.	
Coups francs	Coup-Francs directs	
Coups de pied de réparation (penalty)	8 m	
Mise à distance des joueurs	5 m	
Relance gardien	Uniquement à la main ou pied après avoir posé le ballon au sol (volée et demi-volée interdites). Inciter les joueurs à utiliser la zone protégée.	
Arbitrage	1 arbitre jeune au centre (U13- U15 - U18) ou les 2 éducateurs à l'extérieur du terrain.	

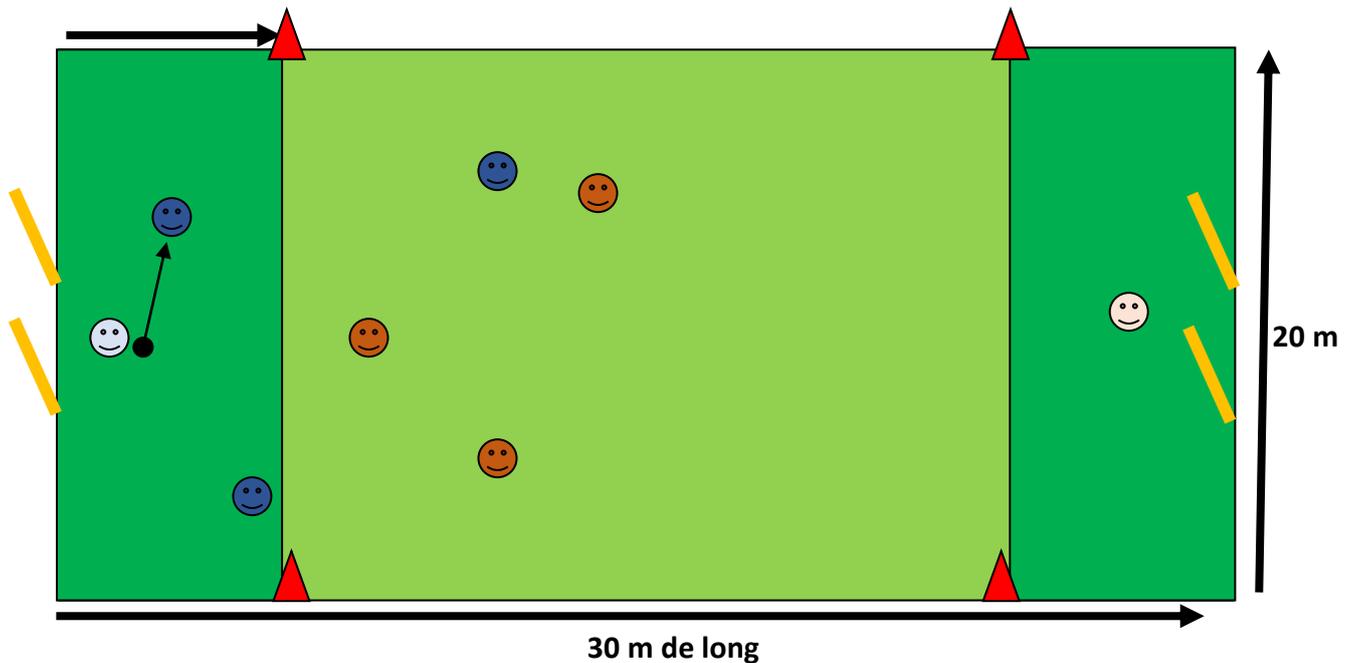
Le même temps de jeu pour tous :
Un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs!

REGLE DE LA ZONE PROTEGÉE :

Lorsque le gardien se saisit du ballon à la main, ou sur un « six-mètres », **tous les joueurs adverses doivent sortir de la surface du gardien (zone des 8m).**

- Un ou plusieurs partenaires peuvent être dans la zone.
- Le gardien peut relancer sur un partenaire dans la zone.
- Les adversaires pourront alors rentrer dans la zone **dès que le joueur aura touché le ballon.**
- Le gardien peut aussi choisir de relancer sur un partenaire en dehors de la zone protégée.

Zone protégée de 8 m



TRACAGE DES TERRAINS :

- Les terrains U7 doivent être tracés avec des coupelles d'une seule couleur.
- Chaque terrain doit mesurer 30 mètres de long et 20 mètres de large.
- Les buts doivent mesurer 4 mètres de large et être matérialisés avec des constris-foot ou buts spécifiques (4mètres / 1,5mètres).
- Des cônes placés à 8 m, de chaque côté du terrain dans le sens de la longueur, permettent de déterminer les 2 surfaces de réparation.

ORGANISATION DU PLATEAU : AVANT

1 - PRÉPARER

S'assurer d'avoir le matériel nécessaire (prêt de matériel du District possible ou entre clubs directement).

Chaque équipe doit avoir 3 ballons et 4 chasubles.

Convoquer l'encadrement du plateau (favoriser l'arbitrage des jeunes par les jeunes).

Disposer du « guide plateau U7 ».

2 - INSTALLER

Installer les terrains de matchs.

Définir les tâches de l'encadrement (installation des terrains, arbitrage des rencontres, gestion des rotations, référent accueil).

Disposer de chasubles et ballons supplémentaires (en plus des 3 ballons par équipes).

AVANT

3 - ACCUEILLIR

Diriger les équipes vers les vestiaires.

Noter le nombre de joueurs présents pour chaque club ainsi que le nombre d'équipes.

Récupérer les feuilles de match remplies.

4 - RASSEMBLER LES EDUCATEURS

Donner un numéro cohérent à chaque équipe, montrer aux éducateurs les terrains et ateliers.

5 - RASSEMBLER LES ÉQUIPES

Rappeler l'esprit du plateau et les principales lois du jeu aux éducateurs et joueurs/joueuses.

ORGANISATION DU PLATEAU : PENDANT

1 - GÉRER

Siffler le début et la fin de chaque rotation.

Veiller au bon déroulement des rotations et la durée des pauses entre chaque rotation.

Organiser les temps de matchs et les ateliers

2 - ANIMER

Les éducateurs de chaque équipe doivent connaître les ateliers et doivent les animer.

PENDANT

3 - RÉGULER

Lorsque le ballon sort du terrain, l'éducateur doit transmettre un autre ballon pour accélérer la reprise du jeu.

Veiller à ce que les parents restent derrière la main courante.

Tempérer les débordements et excès des adultes.

4 - ARBITRER

Soit par des jeunes du club recevant le plateau (U13/U15/U18)

Soit par les éducateurs des équipes jouant le match (faut-il en désigner un des deux qui a la mission d'arbitrer?).

Mais il faut arbitrer le match.

ORGANISATION DU PLATEAU : APRES

1 - RANGER

Demander aux équipes de ramasser le matériel à la fin de la dernière rotation et leur préciser où le déposer.

Être vigilant avec le matériel dangereux (piquets notamment)

2 - COMPLETER

Compléter la fiche bilan du plateau.

Nous indiquer lorsque vous avez rencontré des difficultés (mais aussi les choses qui ont bien fonctionné).

APRES

3 - ECHANGER

- Permettre un moment d'échanges avec les parents, dirigeants et éducateurs lors de la collation d'après plateau.

5- TRANSMETTRE

Renvoyer la fiche bilan du plateau, accompagnée de toutes les feuilles de matchs des équipes présentes (par mail)

Quel que soit le nombre d'équipes présentes, les rotations des plateaux fonctionnent de la même manière :

La moitié des équipes tournent dans le sens des aiguilles d'une montre, l'autre moitié tournent dans le sens inverse.

Chaque équipe réalise donc en alternance un match à 4 contre 4 puis un atelier.

COMMENT FAIRE SI LE NOMBRE D'ÉQUIPES TOTALES SUR LE PLATEAU EST IMPAIR ?

EXEMPLE :

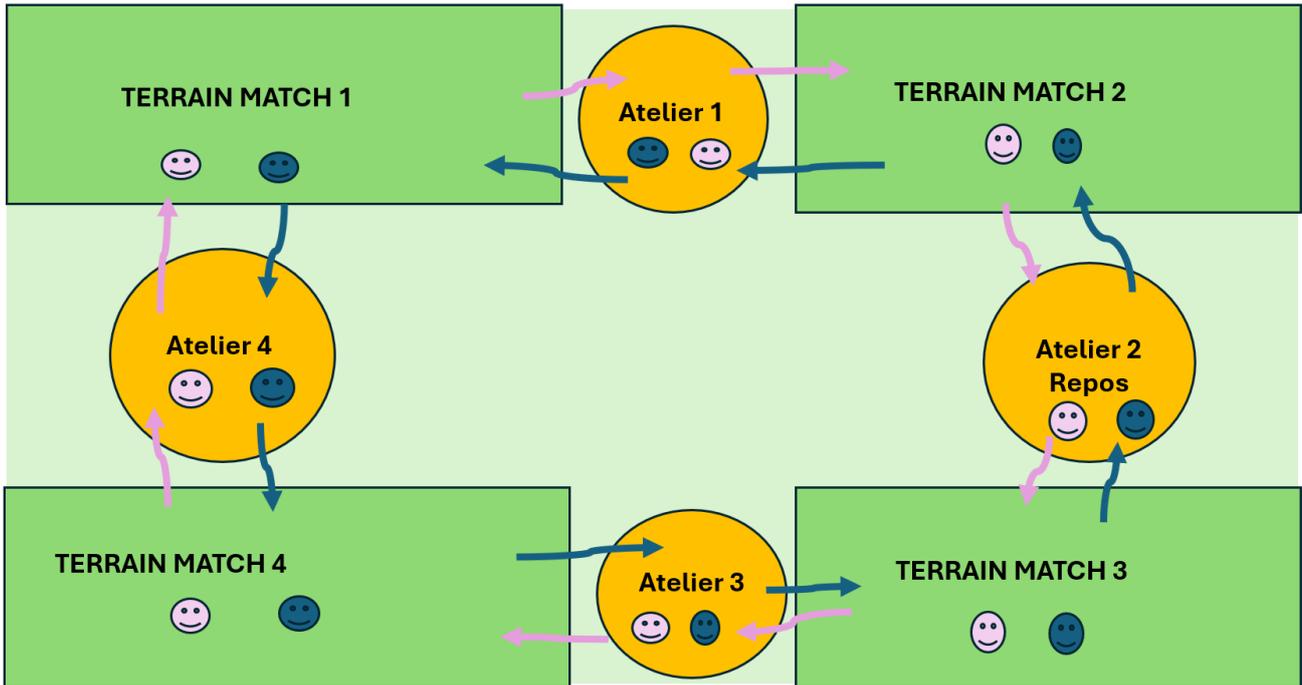
Si 11 équipes sont présentes sur le plateau, il faut utiliser les rotations pour un plateau à 12 équipes. Dans ce cas un atelier (atelier 2 par exemple) est réservé aux équipes tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.

Les équipes tournant dans le sens inverse ne passent pas sur cet atelier (et enchaîne donc deux matchs de suite).

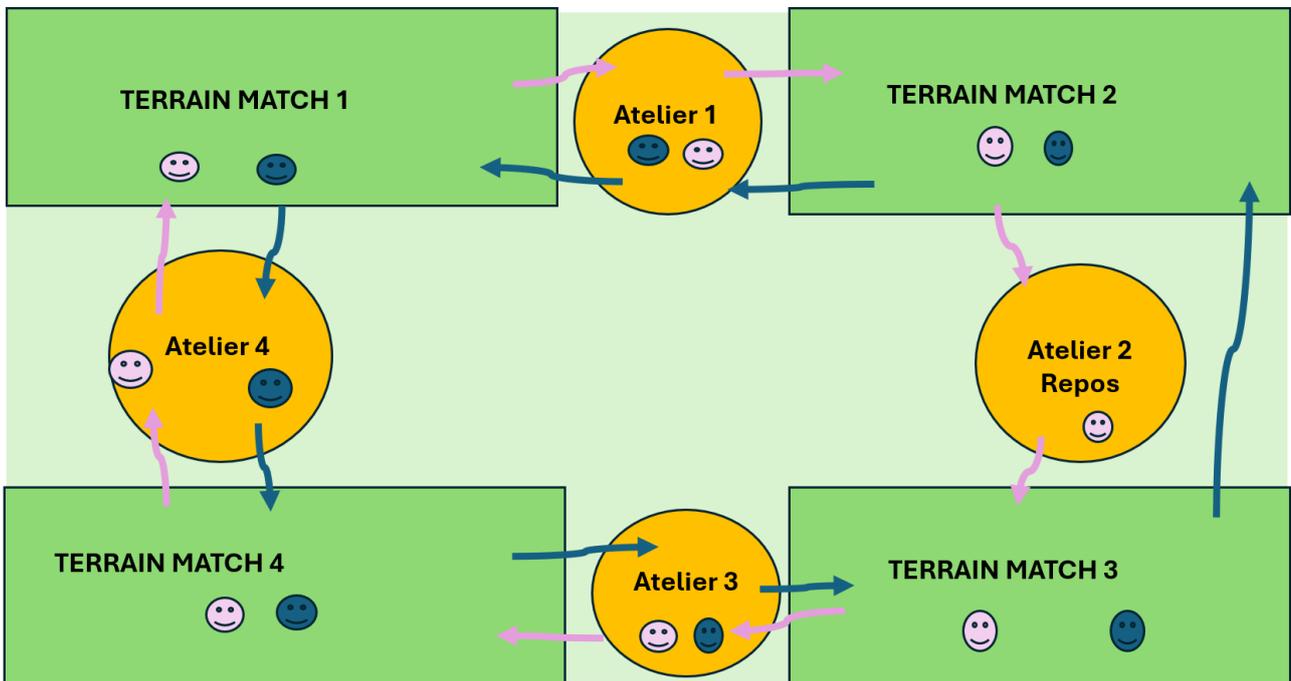
Autrement dit, il ne doit y avoir qu'une seule équipe à l'atelier 2.

Organisation d'un plateau à 16 ou 15 équipes

PLATEAUX A 16 EQUIPES



PLATEAUX A 15 EQUIPES



8 rotations de 7 minutes

4 minutes entre chaque rotation pour tourner

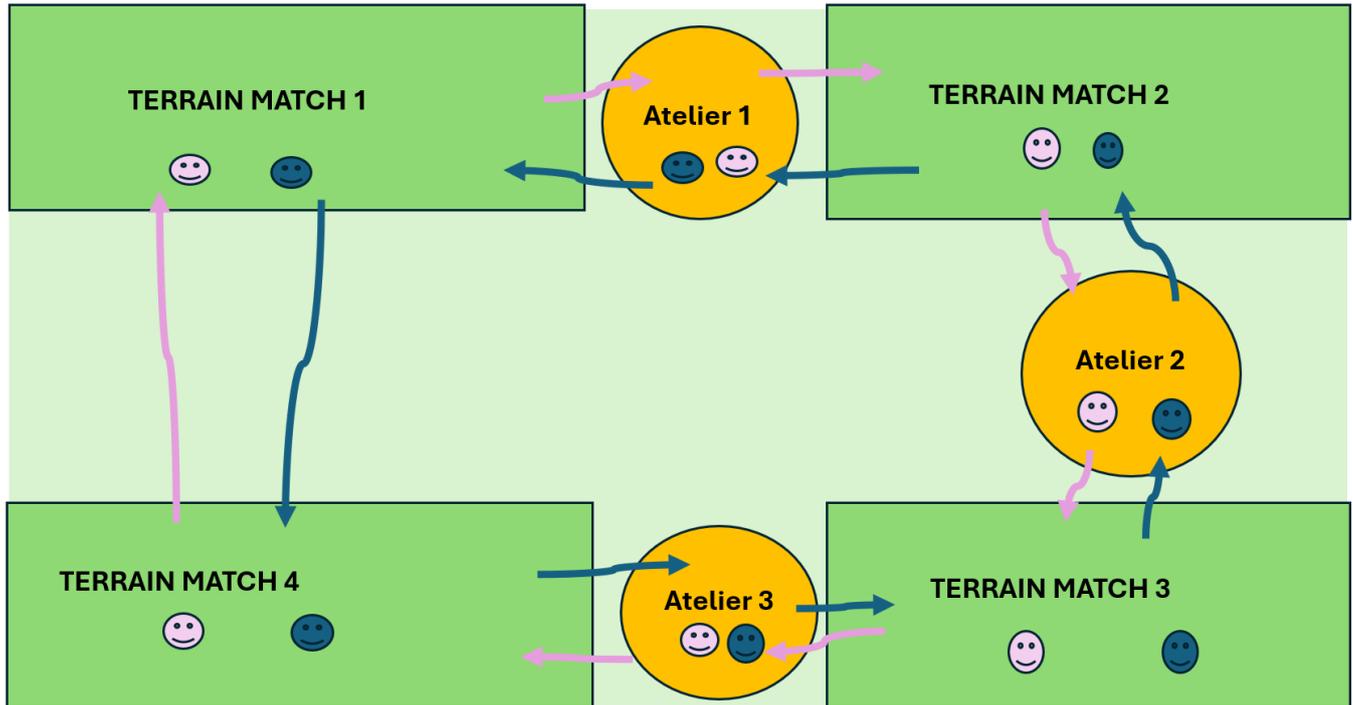
La moitié des équipes tournent dans le sens des aiguilles d'une montre (bien les identifier en début de plateau !) Ici les équipes en rose. 

L'autre moitié des équipes tournent dans le sens inverse des aiguilles d'une montre

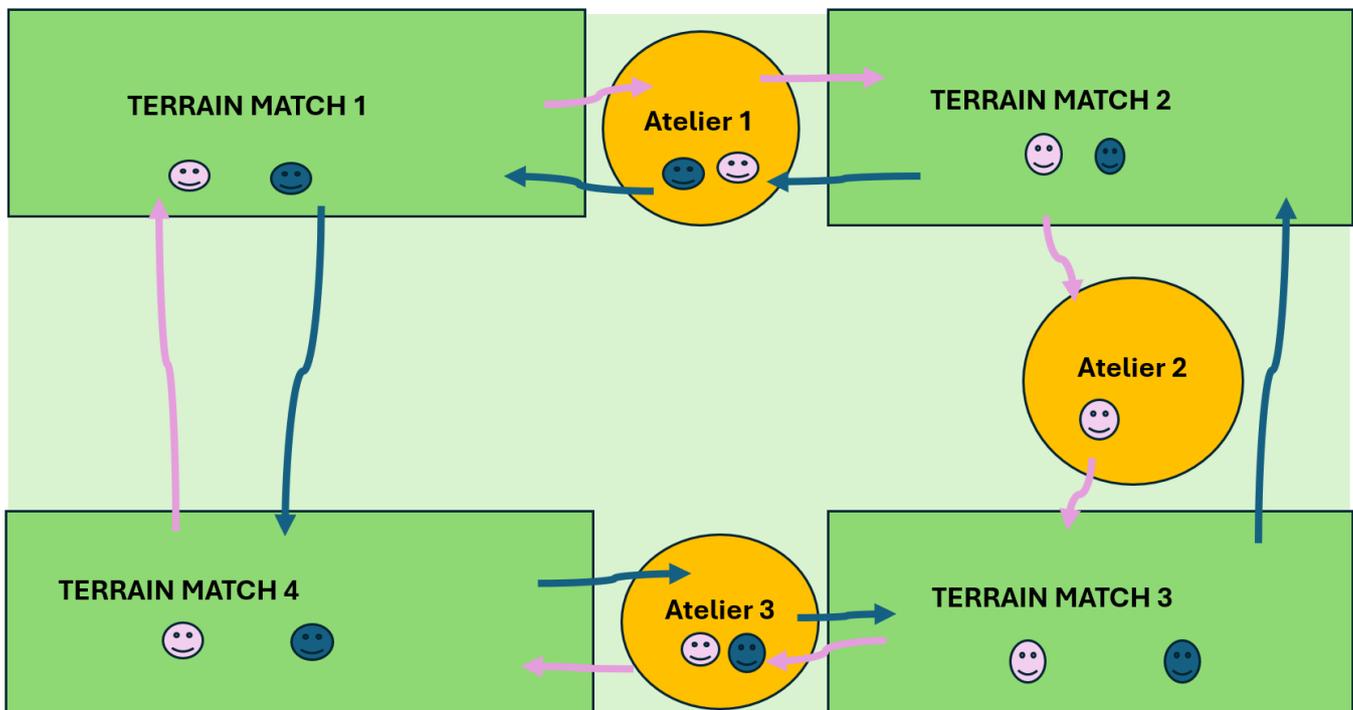
Ici les équipes en bleu 

Organisation d'un plateau à 14 ou 13 équipes

PLATEAUX A 14 EQUIPES



PLATEAUX A 13 EQUIPES



7 rotations de 8 minutes.

4 minutes entre chaque rotation pour tourner

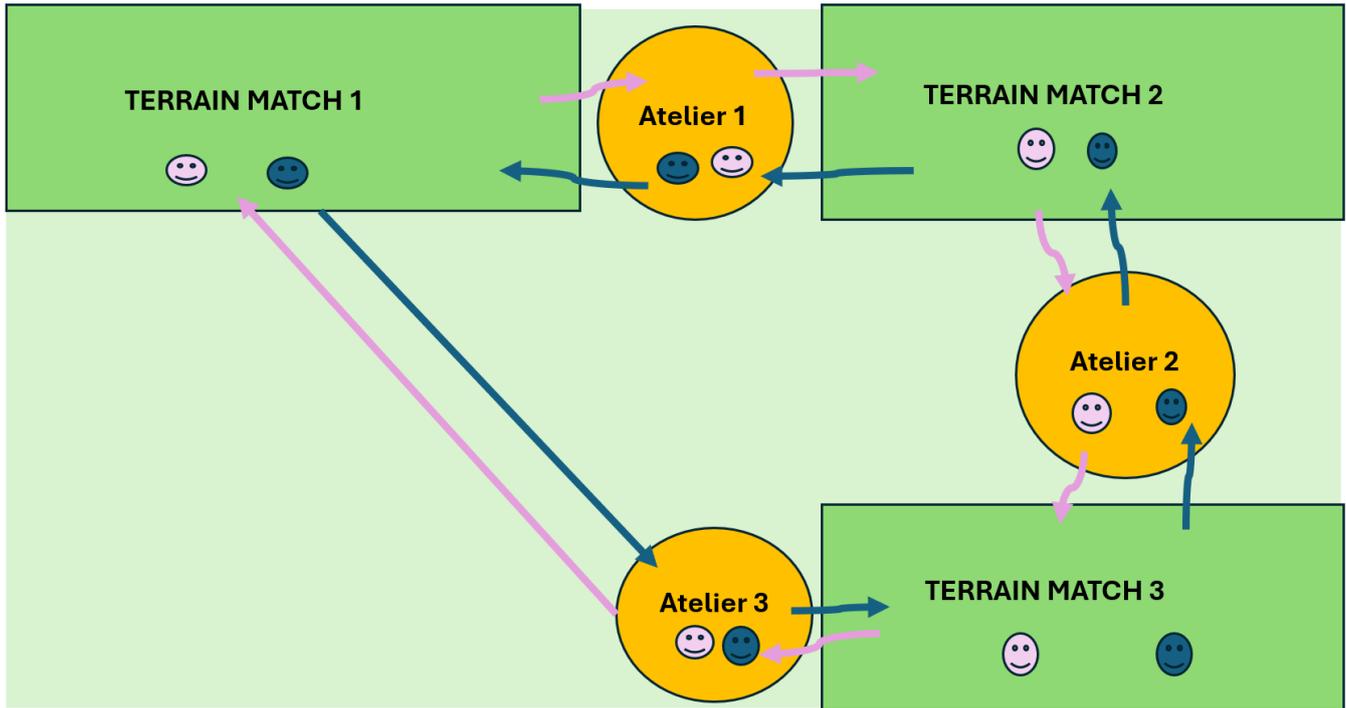
La moitié des équipes tournent dans le sens des aiguilles d'une montre (bien les identifier en début de plateau !) Ici les équipes en rose. 

L'autre moitié des équipes tournent dans le sens inverse des aiguilles d'une montre

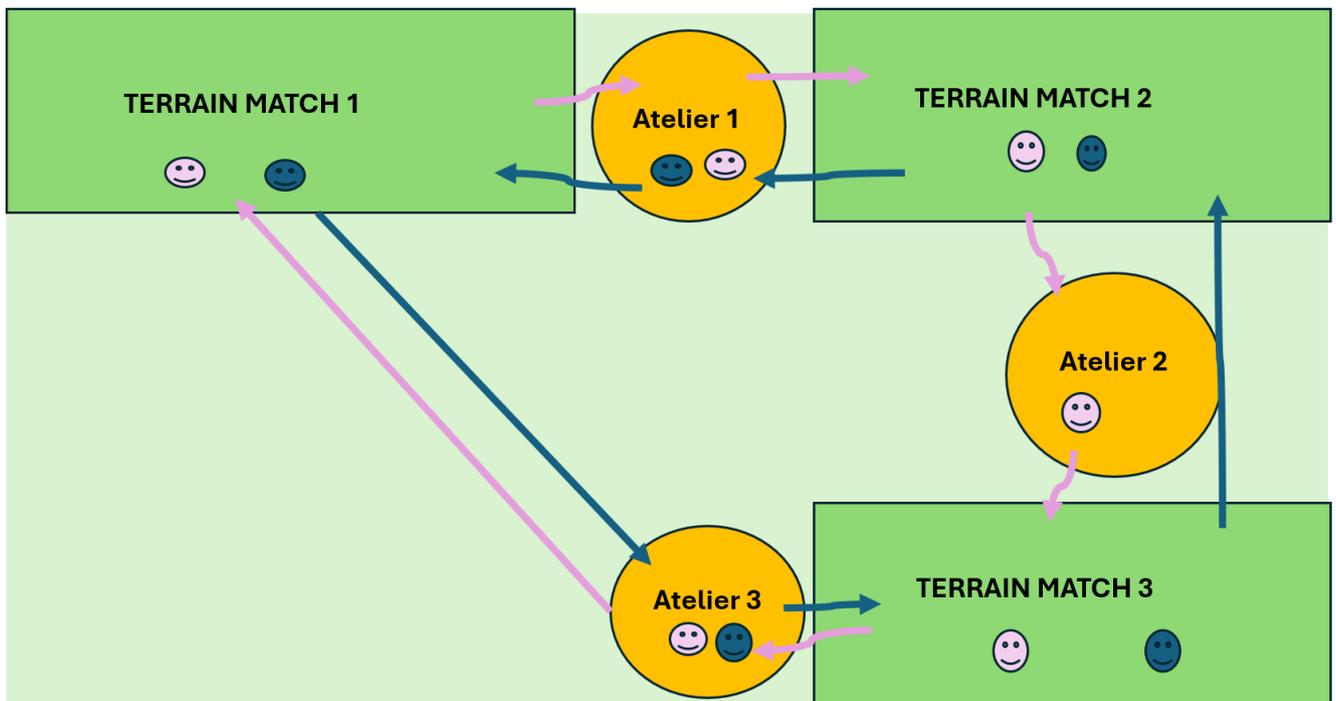
Ici les équipes en bleu 

Organisation d'un plateau à 12 ou 11 équipes

PLATEAUX A 12 EQUIPES



PLATEAUX A 11 EQUIPES



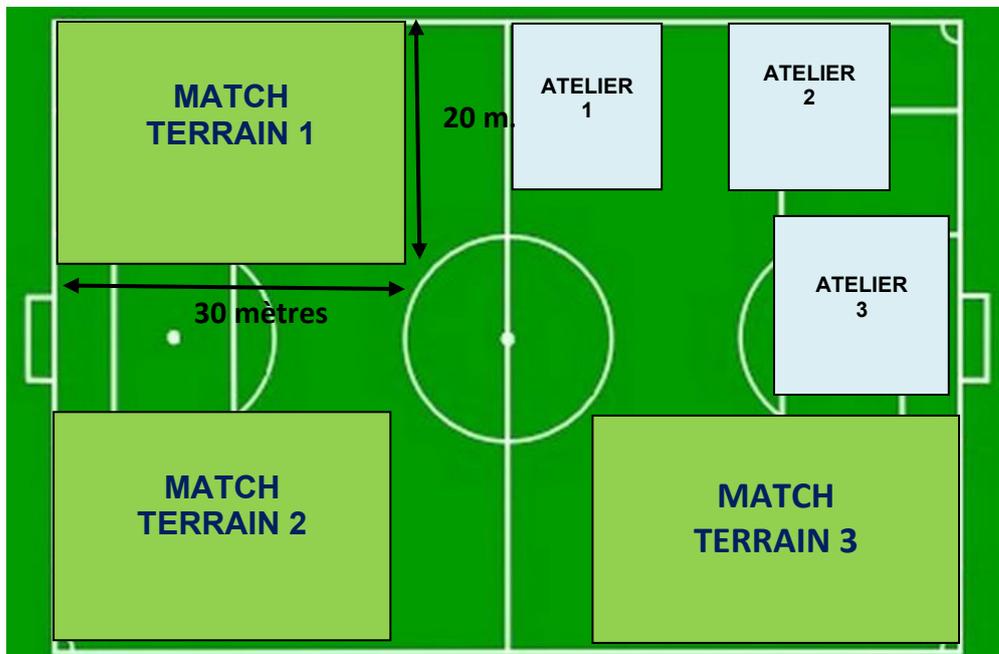
8 rotations de 7 minutes

4 minutes entre chaque rotation pour tourner

La moitié des équipes tournent dans le sens des aiguilles d'une montre (bien les identifier en début de plateau !) Ici les équipes en rose. 

L'autre moitié des équipes tournent dans le sens inverse des aiguilles d'une montre
Ici les équipes en bleu 

PLATEAU A 10 EQUIPES



ORGANISATION :

- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à 10.
- 7 rotation de 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 :

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

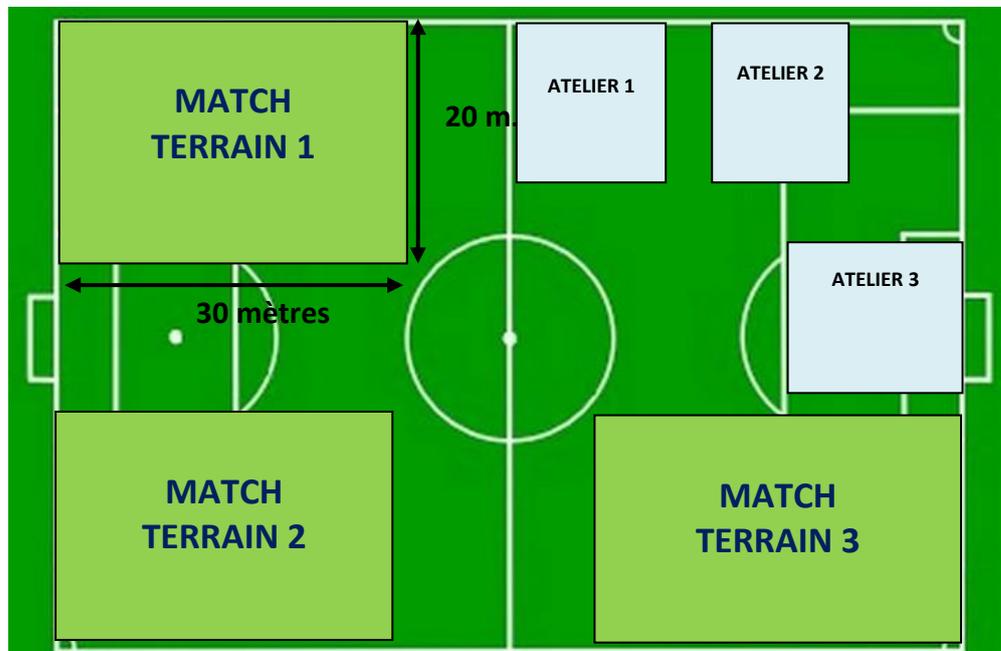
L'équipe n°7 ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : 1, 3, 5 et 8

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.

- 6 rotations de 9 minutes.

- Temps de pause entre chaque rotation de 4 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 :

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

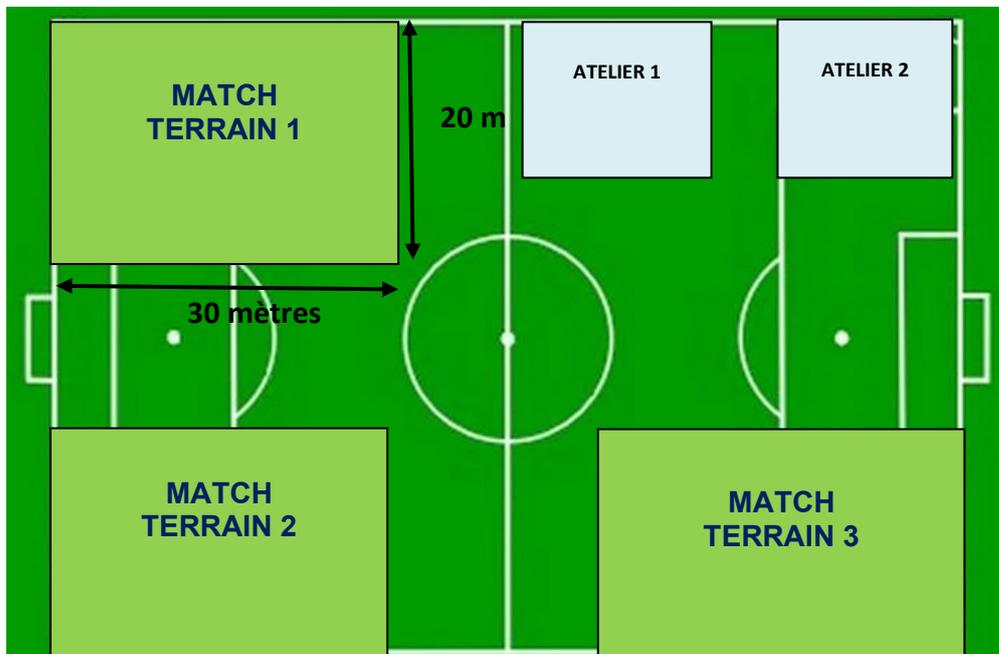
L'équipe n°6 ne rencontre pas lors des matchs les équipes n° : 1, 2, 4 et 9

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.
- 6 rotations de 9 minutes.
- Temps de pause entre chaque rotation de 4 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 :

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**

QUELQUES CONSEILS POUR LA BONNE ORGANISATION DES PLATEAUX U7 :

- **J-7** : Recenser et choisir l'encadrement nécessaire

- **J-7** : Faire l'inventaire du matériel nécessaire, **en cas de manque contacter le district pour un prêt de matériel.**

- **Le matin du plateau** : installer minutieusement le matériel sur le terrain ; les aires de jeux doivent être délimitées de façon précises et distinctes, pour cela **utiliser des couleurs différentes pour chaque espace de jeu.**

- **Inscrire les équipes dès leur arrivée** : Noter minutieusement les équipes dès leur arrivée (nombre d'équipes par club, nombre de joueurs, couleur maillots)

- **Prendre quelques minutes avec les dirigeants** de toutes les équipes afin de leur réexpliquer le fonctionnement (indiquer à ce moment les équipes qui vont tourner dans le sens des aiguilles et celles qui tournent dans l'autre sens).

Les équipes d'un même club doivent tourner dans le même sens.

- **Lors du plateau** : Les parents/spectateurs doivent rester en dehors du terrain, **seuls les responsables d'équipes peuvent être sur le terrain.**

- **Durée** : un plateau U7 doit durer en moyenne 1H20

- **A la fin du plateau** : demander aux dirigeants des équipes présentes sur chaque atelier de regrouper le matériel au milieu du terrain à la fin de la dernière rotation.

- **Prévoir une boisson pour chaque enfant.**

Et surtout ne pas oublier que le plateau est un moment de fête, où les enfants doivent tous jouer et s'amuser !

L'esprit doit être festif et les remarques des dirigeants bienveillante.

PLATEAU U7 DU SAMEDI...../...../20....

CLUB ORGANISATEUR :

TERRAIN :

DIRIGEANTS RESPONSABLE :

	NOM DU CLUB	NOMBRE D'ÉQUIPES	NOMBRE D'ENFANTS	COULEUR
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
NOMBRE TOTAL D'ÉQUIPES				

Remarques, observations :

-
-
-

A RETOURNER DANS LES 48 HEURES PAR MAIL AVEC LES FEUILLES DE MATCHS :

LES EDUCATEURS DOIVENT REMPLIR LEUR FEUILLE DE MATCH AVANT LE PLATEAU

PLATEAU U7 DU SAMEDI/..... /20..

NOM DU CLUB :

NOM DU RESPONSABLE DE L'ÉQUIPE :

Numéro	NOM - PRENOM	ANNEE DE NAISSANCE	N° LICENCE
1			
2			
3			
4			
5			
6			

PLATEAU U7 DU SAMEDI/..... / 20..

NOM DU CLUB :

NOM DU RESPONSABLE DE L'ÉQUIPE :

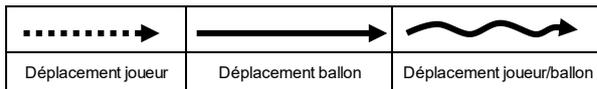
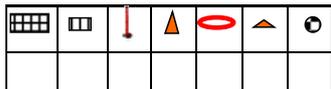
Numéro	NOM - PRENOM	ANNEE DE NAISSANCE	N° LICENCE
1			
2			
3			
4			
5			
6			

PLATEAU U7 N°1

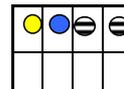
20/09/2025

Thème technique : CONDUITE DE BALLE

Matériel



Effectif



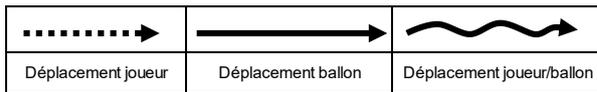
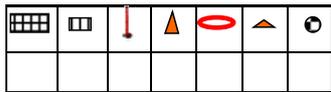
Taches		Descriptif	Elements pedagogiques	
1, 2, 3, SOLEIL	Durée 7 à 10 minutes		Variables	
Objectifs: Améliorer la conduite de balle et maîtrise individuelle.			<p style="text-align: center;">Faire des manches avec ballon à la main.</p> <p style="text-align: center;">Faire plusieurs manches au pied ensuite.</p>	
Buts: Atteindre l'éducateur (jaune).	Nbre de joueurs 6 à 10 joueurs			Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Un ballon par joueur. L'éducateur énonce à haute voix la phrase "Un..., deux..., trois... soleil !". Pendant ce temps les joueurs doivent avancer en conduite de balle. Il faut éviter les obstacles (coupelles au sol) et faire le tour complet d'un cerceau. Dès que l'éducateur a terminé la phrase, les joueurs doivent stopper leur ballon et se figer jusqu'à que l'éducateur répète à nouveau la phrase.	Espaces 20 / 20			Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points
1 contre 1 multibuts	Durée 7 à 10 minutes		Variables	
Objectifs: Améliorer la conduite et les dribbles			<p style="text-align: center;">Changer l'ordre de passage des joueurs (si possible équilibrer les rapports de force entre les joueurs)</p>	
Buts: Marquer = 1 point	joueurs 6 à 10 joueurs			Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Les joueurs des 2 équipes sont en colonne entre les 2 minibus. L'éducateur donne le ballon aléatoirement à un joueur de l'une ou l'autre des équipes. Celui-ci ne peut pas tirer directement. Le duel se termine quand le ballon sort du terrain. Si un joueur n'a pas touché le ballon lors du duel, 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.
RELAIS CERCEAUX	Durée 7 à 10 minutes		Variables	
Objectifs: Améliorer la vitesse et la conduite de balle.			<p style="text-align: center;">Faire le circuit à la main puis au pied</p> <p style="text-align: center;">Changer les joueurs de cerceaux et d'aversaire et donc de numéro.</p>	
Buts: Etre le premier à réaliser le parcours = 1 point pour son équipe	Nbre de joueurs 6 à 10 joueurs			Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Les joueurs de chaque équipe ont un chiffre qui leur est attribué (cerceau 1 = n°1, etc). A l'appel de leur numéro, les joueurs doivent récupérer le ballon dans le cerceau. Puis, contourner le dernier cerceau de la colonne, reposer le ballon dans le cerceau de départ et revenir s'immobiliser dans leur cerceau.	Espaces 20 / 20			Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points
PARCOURS MOTRICITE	Durée 7 à 10 minutes		Variables	
Objectifs : Améliorer la coordination motrice et conduite de balle.			<p style="text-align: center;">Faire plusieurs manches</p>	
Buts : Réaliser le circuit et marquer dans le minibus = 1point	Nbre de joueurs 6 à 10 joueurs			Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Départ des joueurs ballon à la main pour réaliser le parcours de motricité (1 pied dans chaque cerceau + saut pieds joints par-dessus la haie) puis conduite de balle jusqu'au constrifoot puis slalom et tir. Le joueur suivant pars quand le partenaire a posé le ballon au sol pour partir en conduite.	Espaces 20 / 20			Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points

PLATEAU U7 N°2

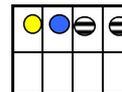
04/10/2025

Thème technique : CONDUITE DE BALLE ET TIR

Matériel



Effectif



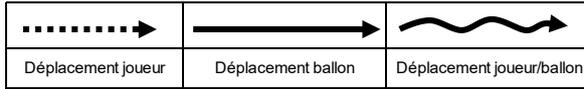
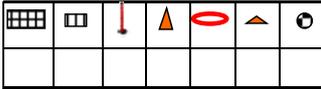
Taches		Descriptif	Elements pedagogiques
RIVIERE AUX CROCODILES Objectifs: Améliorer la conduite de balle et le dribble Buts: Traverser la rivière sans se faire "manger" par le(s) crocodile(s) Consignes : Chaque joueur a un ballon sauf 1 qui est le crocodile et se place au milieu de la rivière. Au signal, les joueurs doivent quitter la plage où ils sont en sécurité pour traverser la rivière et rejoindre l'autre bord sans se faire attraper par le crocodile. Dès l'instant qu'un joueur s'est fait toucher il devient à son tour crocodile.			Variables Faire des manches avec ballon à la main. Faire plusieurs manches au pied ensuite (il faut prendre le ballon au pied pour que le joueur devienne crocodile) Dès qu'il y a 4 crocodiles ou plus, les faire démarrer dans différentes positions pour faciliter le passage de la rivière par les joueurs encore en vie. Méthodes pédagogiques - Veiller à ... Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points
1 contre 1 multibuts Objectifs: Améliorer la conduite et les dribbles Buts: Marquer = 1 point Consignes : Les joueurs des 2 équipes sont en colonne entre les 2 minibuts. L'éducateur donne le ballon aléatoirement à un joueur de l'une ou l'autre des équipes. Celui-ci ne peut pas tirer directement. Le duel se termine quand le ballon sort du terrain. Si un joueur n'a pas touché le ballon lors du duel, l'éducateur énonce à haute voix "BALLON MAGIQUE" et lui transmet un ballon pour qu'il puisse à son tour attaquer.			Variables Changer l'ordre de passage des joueurs (si possible équilibrer les rapports de force entre les joueurs) Méthodes pédagogiques - Veiller à ... Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
BOWLING Objectifs: Améliorer la conduite et le tir Buts: La première équipe à avoir fait tomber toutes ses quilles remporte la manche Consignes : Départ du 1er joueur de chaque équipe au signal de l'éducateur. Parcours en conduite de balle (tour du cerceau) puis chaque joueur doit tirer avant la limite des coupelles. Le joueur doit récupérer son ballon et revenir au départ. Le joueur suivant part dès que le partenaire a tiré.			Variables Réaliser un slalom au lieu du tour de cerceau. Faire plusieurs manches Ajuster la distance du tir en fonction de la facilité ou pas à faire tomber les quilles. Méthodes pédagogiques - Veiller à ... Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler.
MOTRICITE + CONDUITE ET TIR Objectifs : Améliorer la coordination motrice et conduite de balle / Tir Buts : Marquer un maximum de buts par équipe. Consignes : 2 équipes réparties chacune sur leur parcours. Répartir les joueurs équitablement aux 2 départs. Ballon en main sur la motricité puis ballon au pied pour la conduite + tir. Après le tir, récupérer le ballon et repartir depuis l'autre départ.			Variables Faire plusieurs manches. Modifier les ateliers de motricité Méthodes pédagogiques - Veiller à ... Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points. (chaque éducateur compte les buts d'une équipe.)

PLATEAU U7 N°3

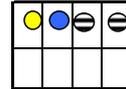
01/11/2025

Thème technique : TIR

Matériel



Effectif



HORLOGE	Durée		Variables
Objectifs : Améliorer les contrôles et les passes.	7 à 10 minutes		<p>Inverser les rôles des équipes.</p> <p>Ajuster le nombre de "tours d'horloge" à effectuer.</p> <p>Faire plusieurs manches.</p>
Jaunes : Faire le plus rapidement possible 6 heures (6 tours complets de l'horloge) en se faisant des passes autour du carré.	Nbre de joueurs		
Bleu : Départ en conduite (tour de cerceau) puis passe dans la porte (cônes rouges) pour le partenaire qui réalise aussi une passe à un autre partenaire (porte bleue). Ce dernier slalome entre les cônes et tir.	6 à 10 joueurs		
Espaces	25 / 25		
Marquer le plus de buts possibles avant la fin du temps.			
			<p>Méthodes pédagogiques - Veiller à ...</p> <p>Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les buts marqués et le nombre de tours d'horloge.</p>

1 contre 1 + GARDIEN	Durée		Variables
Objectifs : Améliorer la conduite et les tirs	7 à 10 minutes		<p>Changer l'ordre de passage des joueurs (si possible équilibrer les rapports de force entre les joueurs)</p>
Buts : Marquer = 1 point	joueurs		
Consignes : Les joueurs des 2 équipes sont en colonne aux opposés du terrain. L'éducateur donne le ballon aléatoirement à un joueur de l'une ou l'autre des équipes. Celui-ci ne peut pas tirer directement. Le duel se termine quand le ballon sort du terrain.	6 à 10 joueurs		
Si un joueur n'a pas touché le ballon lors du duel, l'éducateur énonce à haute voix "BALLON MAGIQUE" et lui transmet un ballon pour qu'il puisse à son tour attaquer.	Espaces But foot à 5 de 4 mètres Larg : 12m Long : 16m		
			<p>Méthodes pédagogiques - Veiller à ...</p> <p>Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.</p>

BERËT : Conduite + Tir	Durée		Variables
Objectifs : Améliorer la conduite et le tir	7 à 10 minutes		<p>Changer les gardiens</p> <p>Changer les numéros des joueurs</p>
Buts : Marquer le plus de buts possible	Nbre de joueurs		
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 (slalom entre les cônes) puis tire.	6 à 10 joueurs		
Le 1er à marquer marque 1 point.	Espaces 25 / 25		
			<p>Méthodes pédagogiques - Veiller à ...</p> <p>Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.</p>

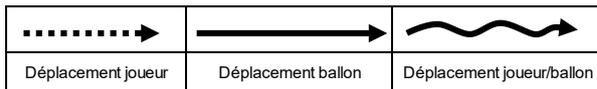
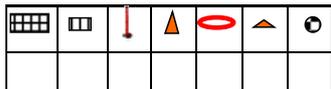
VIVACITÉ + CONDUITE ET TIR	Durée		Variables
Objectifs : Améliorer la vivacité et tirs	7 à 10 minutes		<p>Faire plusieurs manches.</p> <p>Changer les gardiens.</p> <p>Annoncer plusieurs couleurs.</p>
Buts : le 1er à marquer = 1 point	Nbre de joueurs		
Consignes : Un joueur de chaque équipe au centre du carré (4mètres de côté) doit contourner le plus rapidement possible le cône de la couleur annoncée par l'éducateur.	6 à 10 joueurs		
Puis récupérer un ballon pour enchaîner slalom et tir (il n'y a pas de limite de distance afin que les joueurs puissent jouer le "face à face" s'ils le souhaitent).	Espaces 25 / 25		
			<p>Méthodes pédagogiques - Veiller à ...</p> <p>Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points</p>

PLATEAU U7 N°4

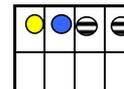
15/11/2025

Thème technique : CONDUITE DE BALLE

Matériel



Effectif



Taches		Descriptif	Elements pedagogiques
CHAISES MUSICALES	Durée	<p style="text-align: center;">Nombre de cerceaux < nombre de joueurs.</p>	Variables
Objectifs : Améliorer la conduite de balle.	7 à 10 minutes		Varier le nbr de cerceaux / nbr de joueurs.
Buts : 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
Consignes : 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.	6 à 10 joueurs		Faire une manche à "élimination directe"
Faire une première manche à la main.	Espaces		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
	20 / 20		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Rappeler les pénalités des joueurs.

2 contre 2 multibuts	Durée		Variables
Objectifs: Améliorer la conduite et les dribbles	7 à 10 minutes		Changer l'ordre de passage des joueurs (si possible équilibrer les rapports de force entre les joueurs)
Buts: Marquer = 1 point	joueurs		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Les joueurs des 2 équipes se répartissent de part et d'autres des 2 minibuts. L'éducateur donne le ballon aléatoirement à un joueur de l'une ou l'autre des équipes. Celui-ci ne peut pas tirer directement. L'action se termine quand le ballon sort du terrain.	6 à 10 joueurs		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
Si une équipe n'a pas touché le ballon, l'éducateur énonce à haute voix "BALLON MAGIQUE" et transmet le ballon à un des 2 joueurs pour qu'ils puissent à leur tour attaquer.	Espaces		
	minibuts de 2 mètres Larg : 12m Long : 16m		

DEMANEGEURS	Durée	<p style="text-align: center;">Mettre le même nombre de ballons aux 2 équipes</p>	Variables
Objectifs: Améliorer la conduite.	7 à 10 minutes		Faire plusieurs manches.
Buts: 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.
Consignes : 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 la porte jaune matérialisée par les plots. Le suivant pars dès que le ballon de son partenaire est arrêté dans la zone. Après avoir déposé son ballon, le joueur retourne au départ en passant dans l'autre porte (de couleur différente).	6 à 10 joueurs		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
	Espaces		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points
	25 / 25		

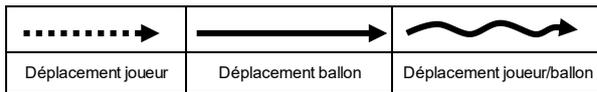
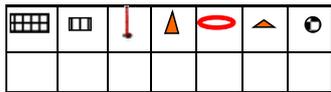
PEF : Faire son sac de foot	Durée		Variables
Objectifs: Améliorer la conduite de balle et les passes	7 à 10 minutes		
Consignes : Duel 1 vs 1, les joueurs partent dès que l'éducateur annonce une couleur de cerceaux. Ils doivent mettre un pied dans chaque cerceau (rouge ou bleu) de la couleur annoncée puis faire le slalom et tirer dans le minibus qui correspond à la couleur annoncée.	Nbre de joueurs		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
	6 à 10 joueurs		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
	Espaces		
	20 / 20		

PLATEAU U7 N°5

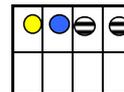
21/03/2026

Thème technique : CONDUITE DE BALLE

Matériel



Effectif



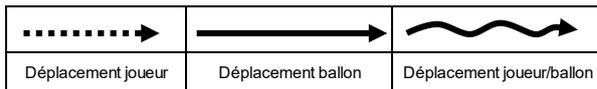
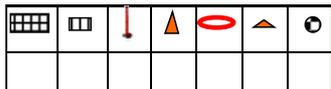
Taches		Descriptif	Elements pedagogiques	
1, 2, 3, SOLEIL	Durée 7 à 10 minutes		Variables	
Objectifs: Améliorer la conduite de balle et maîtrise individuelle.			<p>Faire des manches avec ballon à la main.</p> <p>Faire plusieurs manches au pied ensuite.</p>	
Buts: Atteindre l'éducateur (jaune).	Nbre de joueurs 6 à 10 joueurs			Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Un ballon par joueur. L'éducateur énonce à haute voix la phrase "Un..., deux..., trois... soleil !". Pendant ce temps les joueurs doivent avancer en conduite de balle. Il faut éviter les obstacles (coupelles au sol) et faire le tour complet d'un cerceau. Dès que l'éducateur a terminé la phrase, les joueurs doivent stopper leur ballon et se figer jusqu'à que l'éducateur répète à nouveau la phrase.	Espaces 20 / 20			Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points
1 contre 1 multibuts	Durée 7 à 10 minutes		Variables	
Objectifs: Améliorer la conduite et les dribbles			<p>Changer l'ordre de passage des joueurs (si possible équilibrer les rapports de force entre les joueurs)</p>	
Buts: Marquer = 1 point	joueurs 6 à 10 joueurs			Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Les joueurs des 2 équipes sont en colonne entre les 2 minibus. L'éducateur donne le ballon aléatoirement à un joueur de l'une ou l'autre des équipes. Celui-ci ne peut pas tirer directement. Le duel se termine quand le ballon sort du terrain. Si un joueur n'a pas touché le ballon lors du duel, l'éducateur énonce à haute voix "BALLON MAGIQUE" et lui transmet un ballon pour qu'il puisse à son tour attaquer.	Espaces minibus de 2 mètres Larg : 12m Long : 16m			Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
RELAIS CERCEAUX	Durée 7 à 10 minutes		Variables	
Objectifs: Améliorer la vitesse et la conduite de balle.			<p>Faire le circuit à la main puis au pied</p> <p>Changer les joueurs de cerceaux et d'aversaire et donc de numéro.</p>	
Buts: Etre le premier à réaliser le parcours = 1 point pour son équipe	Nbre de joueurs 6 à 10 joueurs			Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Les joueurs de chaque équipe ont un chiffre qui leur est attribué (cerceau 1 = n°1, etc). A l'appel de leur numéro, les joueurs doivent récupérer le ballon dans le cerceau. Puis, contourner le dernier cerceau de la colonne, reposer le ballon dans le cerceau de départ et revenir s'immobiliser dans leur cerceau.	Espaces 20 / 20			Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points
PARCOURS MOTRICITE	Durée 7 à 10 minutes		Variables	
Objectifs : Améliorer la coordination motrice et conduite de balle.			<p>Faire plusieurs manches</p>	
Buts : Réaliser le circuit et marquer dans le minibus = 1point	Nbre de joueurs 6 à 10 joueurs			Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Départ des joueurs ballon à la main pour réaliser le parcours de motricité (1 pied dans chaque cerceau + saut pieds joints par-dessus la haie) puis conduite de balle jusqu'au constrifoot puis slalom et tir. Le joueur suivant pars quand le partenaire a posé le ballon au sol pour partir en conduite.	Espaces 20 / 20			Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points

PLATEAU U7 N°6

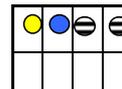
04/04/2026

Thème technique : CONDUITE DE BALLE ET TIR

Matériel



Effectif



Taches		Descriptif	Elements pedagogiques
RIVIERE AUX CROCODILES	Durée		Variables Faire des manches avec ballon à la main. Faire plusieurs manches au pied ensuite (il faut prendre le ballon au pied pour que le joueur devienne crocodile) Dès qu'il y a 4 crocodiles ou plus, les faire démarrer dans différentes positions pour faciliter le passage de la rivière par les joueurs encore en vie. Méthodes pédagogiques - Veiller à ... Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points
Objectifs: Améliorer la conduite de balle et le dribble	7 à 10 minutes		
Buts: Traverser la rivière sans se faire "manger" par le(s) crocodile(s)	Nbre de joueurs		
Consignes : Chaque joueur a un ballon sauf 1 qui est le crocodile et se place au milieu de la rivière. Au signal, les joueurs doivent quitter la plage où ils sont en sécurité pour traverser la rivière et rejoindre l'autre bord sans se faire attraper par le crocodile. Dès l'instant qu'un joueur s'est fait toucher il devient à son tour crocodile.	6 à 10 joueurs		
	Espaces		
	15 / 20		

Taches		Descriptif	Variables
1 contre 1 multibuts + GARDIEN	Durée		Variables Changer l'ordre de passage des joueurs (si possible équilibrer les rapports de force entre les joueurs) Méthodes pédagogiques - Veiller à ... Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
Objectifs: Améliorer la conduite et les tirs	7 à 10 minutes		
Buts: Marquer = 1 point	joueurs		
Consignes : Les joueurs des 2 équipes sont en colonne aux opposés du terrain. L'éducateur donne le ballon aléatoirement à un joueur de l'une ou l'autre des équipes. Celui-ci ne peut pas tirer directement. Le duel se termine quand le ballon sort du terrain.	6 à 10 joueurs		
Si un joueur n'a pas touché le ballon lors du duel, l'éducateur énonce à haute voix "BALLON MAGIQUE" et lui transmet un ballon pour qu'il puisse à son tour attaquer.	Espaces		
	But foot à 5 de 4 mètres		
	Larg : 12m Long : 16m		

Taches		Descriptif	Variables
BOWLING	Durée		Variables Réaliser un slalom au lieu du tour de cerceau. Faire plusieurs manches Ajuster la distance du tir en fonction de la facilité ou pas à faire tomber les quilles. Méthodes pédagogiques - Veiller à ... Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler.
Objectifs: Améliorer la conduite et le tir	7 à 10 minutes		
Buts: La première équipe à avoir fait tomber toutes ses quilles remporte la manche	Nbre de joueurs		
Consignes : Départ du 1er joueur de chaque équipe au signal de l'éducateur. Parcours en conduite de balle (tour du cerceau) puis chaque joueur doit tirer avant la limite des coupelles. Le joueur doit récupérer son ballon et revenir au départ.	6 à 10 joueurs		
Le joueur suivant part dès que le partenaire a tiré.	Espaces		
	25 / 25		

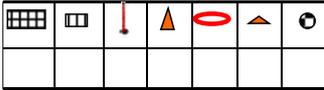
Taches		Descriptif	Variables
MOTRICITE + CONDUITE ET TIR	Durée		Variables Faire plusieurs manches. Modifier les ateliers de motricité Méthodes pédagogiques - Veiller à ... Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points. (chaque éducateur compte les buts d'une équipe.)
Objectifs : Améliorer la coordination motrice et conduite de balle / Tir	10 minutes		
Buts : Marquer un maximum de buts par équipe.	Nbre de joueurs		
Consignes : 2 équipes réparties chacune sur leur parcours. Répartir les joueurs équitablement aux 2 départs. Ballon en main sur la motricité puis ballon au pied pour la conduite + tir. Après le tir, récupérer le ballon et repartir depuis l'autre départ.	6 à 10 joueurs		
	Espaces		
	25 / 25		

PLATEAU U7 N°7

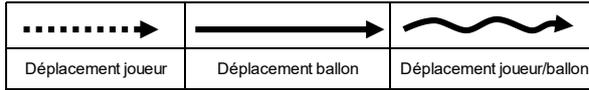
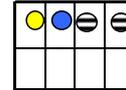
02/05/2026

Thème technique : TIR

Matériel



Effectif



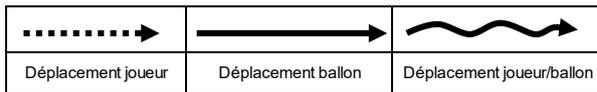
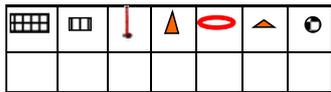
<p>MARIO KART</p> <p>Objectifs: Améliorer la conduite de balle et le jonglage</p> <p>Objectif : Réaliser 2 tours de piste en conduite de balle le plus rapidement possible en évitant les obstacles. A chaque sortie de piste, le joueur compte jusqu'à 5 avant de repartir. Faire une manche de classement pour une équipe (l'autre est au repos) puis inversement.</p> <p>Puis faire des courses de "classements". Les 2 premiers de chaque course puis les 2 derniers etc.</p>	<p>Durée</p> <p>7 à 10 minutes</p> <p>Nbre de joueurs</p> <p>8 à 12 joueurs</p> <p>Espaces</p> <p>20 / 20</p>		<p>Variables</p> <p>Faire plusieurs courses</p> <p>Modifier le nombre de tours à réaliser</p> <p>Méthodes pédagogiques - Veiller à ...</p> <p>Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.</p>
<p>1 contre 1 + GARDIEN</p> <p>Objectifs: Améliorer la conduite et les tirs</p> <p>Buts: Marquer = 1 point</p> <p>Consignes : Les joueurs des 2 équipes sont en colonne aux opposés du terrain. L'éducateur donne le ballon aléatoirement à un joueur de l'une ou l'autre des équipes. Celui-ci ne peut pas tirer directement. Le duel se termine quand le ballon sort du terrain.</p> <p>Si un joueur n'a pas touché le ballon lors du duel, l'éducateur énonce à haute voix "BALLON MAGIQUE" et lui transmet un ballon pour qu'il puisse à son tour attaquer.</p>	<p>Durée</p> <p>7 à 10 minutes</p> <p>joueurs</p> <p>6 à 10 joueurs</p> <p>Espaces</p> <p>But foot à 5 de 4 mètres</p> <p>Larg : 12m Long : 16m</p>		<p>Variables</p> <p>Changer l'ordre de passage des joueurs (si possible équilibrer les rapports de force entre les joueurs)</p> <p>Méthodes pédagogiques - Veiller à ...</p> <p>Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.</p>
<p>BERÊT : Conduite + Tir</p> <p>Objectifs: Améliorer la conduite et le tir</p> <p>Buts : Marquer le plus de buts possible</p> <p>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 (slalom entre les cônes) puis tire.</p> <p>Le 1er à marquer marque 1 point.</p>	<p>Durée</p> <p>7 à 10 minutes</p> <p>Nbre de joueurs</p> <p>6 à 10 joueurs</p> <p>Espaces</p> <p>25 / 25</p>		<p>Variables</p> <p>Changer les gardiens</p> <p>Changer les numéros des joueurs</p> <p>Méthodes pédagogiques - Veiller à ...</p> <p>Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.</p>
<p>VIVACITÉ + CONDUITE ET TIR</p> <p>Objectifs : Améliorer la vivacité et tirs</p> <p>Buts : le 1er à marquer = 1 point</p> <p>Consignes : Un joueur de chaque équipe au centre du carré (4mètres de côté) doit contourner le plus rapidement possible le cône de la couleur annoncée par l'éducateur.</p> <p>Puis récupérer un ballon pour enchaîner slalom et tir (il n'y a pas de limite de distance afin que les joueurs puissent jouer le "face à face" s'ils le souhaitent).</p>	<p>Durée</p> <p>7 à 10 minutes</p> <p>Nbre de joueurs</p> <p>6 à 10 joueurs</p> <p>Espaces</p> <p>25 / 25</p>		<p>Variables</p> <p>Faire plusieurs manches.</p> <p>Changer les gardiens.</p> <p>Annoncer plusieurs couleurs.</p> <p>Méthodes pédagogiques - Veiller à ...</p> <p>Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points</p>

PLATEAU U7 N°8

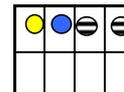
16/05/2026

Thème technique : CONDUITE DE BALLE

Matériel



Effectif



Taches		Descriptif	Elements pedagogiques
CHAISES MUSICALES	Durée	<p style="text-align: center;">Nombre de cerceaux < nombre de joueurs.</p>	Variables
Objectifs : Améliorer la conduite de balle.	7 à 10 minutes		Varier le nbr de cerceaux / nbr de joueurs.
Buts : 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
Consignes : 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.	6 à 10 joueurs		Faire une manche à "élimination directe"
Faire une première manche à la main.	Espaces 20 / 20		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
			Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Rappeler les pénalités des joueurs.

2 contre 2 multibuts		Descriptif	Variables
2 contre 2 multibuts	Durée		Variables
Objectifs: Améliorer la conduite et les dribbles	7 à 10 minutes		Changer l'ordre de passage des joueurs (si possible équilibrer les rapports de force entre les joueurs)
Buts: Marquer = 1 point	joueurs		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Les joueurs des 2 équipes se répartissent de part et d'autres des 2 minibuts. L'éducateur donne le ballon aléatoirement à un joueur de l'une ou l'autre des équipes. Celui-ci ne peut pas tirer directement. L'action se termine quand le ballon sort du terrain.	6 à 10 joueurs		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
Si une équipe n'a pas touché le ballon, l'éducateur énonce à haute voix "BALLON MAGIQUE" et transmet le ballon à un des 2 joueurs pour qu'ils puissent à leur tour attaquer.	Espaces minibuts de 2 mètres Larg : 12m Long : 16m		

DEMNAGEURS		Descriptif	Variables
DEMNAGEURS	Durée	<p style="text-align: center;">Mettre le même nombre de ballons aux 2 équipes</p>	Variables
Objectifs: Améliorer la conduite.	7 à 10 minutes		Faire plusieurs manches.
Buts: 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.
Consignes : 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 la porte jaune matérialisée par les plots. Le suivant pars dès que le ballon de son partenaire est arrêté dans la zone. Après avoir déposé son ballon, le joueur retourne au départ en passant dans l'autre porte (de couleur différente).	6 à 10 joueurs		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
	Espaces 25 / 25		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points

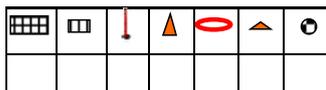
PEF : Faire son sac de foot		Descriptif	Variables
PEF : Faire son sac de foot	Durée		Variables
Objectifs: Améliorer la conduite de balle et les passes	7 à 10 minutes		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Duel 1 vs 1, les joueurs partent dès que l'éducateur annonce une couleur de cerceaux. Ils doivent mettre un pied dans chaque cerceau (rouge ou bleu) de la couleur annoncée puis faire le slalom et tirer dans le minibus qui correspond à la couleur annoncée.	Nbre de joueurs		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
	6 à 10 joueurs		
	Espaces 20 / 20		

PLATEAU U7 N°9

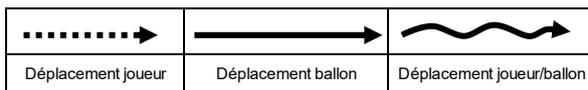
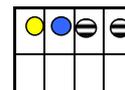
30/05/2026

Thème technique : CONTROLES / PASSES

Matériel



Effectif



Taches		Descriptif	Elements pedagogiques
HORLOGE	Durée		Variables
Objectifs: Améliorer les contrôles et les passes.	7 à 10 minutes		Inverser les rôles des équipes. Ajuster le nombre de "tours d'horloge" à effectuer.
Jaunes : Faire le plus rapidement possible 6 heures (6 tours complets de l'horloge) en se faisant des passes autour du carré.	Nbre de joueurs		Faire plusieurs manches.
Bleu : Départ en conduite (tour de cerceau) puis passe dans la porte (cônes rouges) pour le partenaire qui réalise aussi une passe à un autre partenaire (porte bleue). Ce dernier slalome entre les cônes et tir.	6 à 10 joueurs		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Marquer le plus de buts possibles avant la fin du temps.	Espaces 25 / 25		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les buts marqués et le nombre de tours d'horloge.
2 contre 2 multibuts	Durée		Variables
Objectifs: Améliorer la conduite et les dribbles	7 à 10 minutes		Changer l'ordre de passage des joueurs (si possible équilibrer les rapports de force entre les joueurs)
Buts: Marquer = 1 point	joueurs		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Consignes : Les joueurs des 2 équipes se répartissent de part et d'autre des 2 minibuts. L'éducateur donne le ballon aléatoirement à un joueur de l'une ou l'autre des équipes. Celui-ci ne peut pas tirer directement. L'action se termine quand le ballon sort du terrain.	6 à 10 joueurs		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
Si une équipe n'a pas touché le ballon, l'éducateur énonce à haute voix "BALLON MAGIQUE" et transmet le ballon à un des 2 joueurs pour qu'ils puissent à leur tour attaquer.	Espaces minibuts de 2 mètres Larg : 12m Long : 16m		
FAIRE TOMBER LES QUILLES	Durée		Variables
Objectifs: Améliorer les contrôles et les passes	7 à 10 minutes		Faire plusieurs manches.
But : Faire tomber les 4 cônes le plus rapidement possible.	Nbre de joueurs		Simplifier ou complexifier en réduisant la distance de tir.
Consignes : Les joueurs de chaque équipe doivent se répartir de chaque côté des lignes matérialisant les limites de passes.	6 à 10 joueurs		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Ils s'échangent les ballons en essayant de faire tomber un cône lors de la transmission.	Espaces 25 / 15		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler.
Objectifs: Améliorer la motricité générale et les passes	Durée		Variables
	7 à 10 minutes		Changer les équipes d'atelier
Consignes : Les joueurs se placent dans les colonnes entre les coupelles.	joueurs		Méthodes pédagogiques - Veiller à ...
Ils doivent faire la passe au joueur en face d'eux puis pour rejoindre l'autre colonne, réaliser l'atelier de motricité (pas chassés, saut cloche pied dans les cerceaux, marche arrière, saut pied joint)	6 à 10 joueurs		Faire respecter les consignes. Encourager et stimuler. Compter les points.
	Espaces 20 / 20		