Philosophie et objectifs

Organisation

Plateaux Espoir U8 F - U9 F

Protocole Fair-Play
Avant chaque rencontre

1 JEU
1 x 10’

4 MATCHES
4 x 10’

Protocole Fair-Play
Après chaque rencontre

Plateaux Espoir U8 F - U9 F

PHILOSOPHIE ET OBJECTIFS

1. Plateau festif et convivial : Prendre du Plaisir toujours et avant tout !
2. Transférer les apprentissages de la semaine
3. Faire jouer toutes les jeunes filles : tendre vers 100 % (éviter les remplaçantes)
4. Laisser les jeunes filles jouer le plus librement possible

Des rencontres et des jeux à pratiquer dans le respect des valeurs du football :

- P • PLAISIR
- R • RESPECT
- E • ENGAGEMENT
- T • TOLÉRANCE
- S • SOLIDARITÉ

Recommandations fédérales :
Encourager et Valoriser
toutes les jeunes filles
= les mettre en confiance !

LES COMPÉTENCES **SPORTIVES** À FAIRE ACQUÉRIR EN U8F-U9F

JEU	TECHNIQUE	COMPORTEMENT	MOTRICITÉ
Être capable de			
Agrandir l'espace de jeu effectif en largeur et profondeur	Contrôler des ballons au sol et d'enchaîner par un autre geste	Avoir un état d'esprit exemplaire	Développer la vitesse de réaction et sa gestuelle
Sécuriser et maîtriser la possession	Frapper son ballon avec l'intérieur du pied	Rester concentrée	Travailler la coordination, motricité
Garder le temps d'avance pour finir l'action	Conduire pied droit pied gauche et de changer de rythme et de direction	Être persévérante	Maîtriser les différents déplacements et rythmes
Se replacer sur l'axe ballon/but	Marquer	Avoir confiance en soi	
Reformer le bloc équipe	Récupérer le ballon	S'engager totalement	
	Réaliser 10 contacts jonglerie pied droit ou pied gauche, 10 alternés	Être déterminée	

LES COMPÉTENCES **ÉDUCATIVES** À FAIRE ACQUÉRIR EN U8F-U9F

Les compétences éducatives sont transverses aux compétences sportives.

PÉRIODES	Septembre / Octobre	Novembre / Décembre	Janvier / février	Mars / avril	Mai / juin
ADN FFF	PLAISIR	RESPECT	ENGAGEMENT	TOLÉRANCE	SOLIDARITÉ
COMPÉTENCES	Faire son sac et bien s'équiper	Économiser l'eau	Réduire sa consommation d'énergie	S'enrichir de la diversité au sein de l'équipe	Supporter son équipe en respectant les autres
	Saluer les personnes de son environnement	Respecter les partenaires, les adversaires et son éducateur	Connaître les règles essentielles du jeu	Identifier la nature des déchets	Porter les valeurs du foot

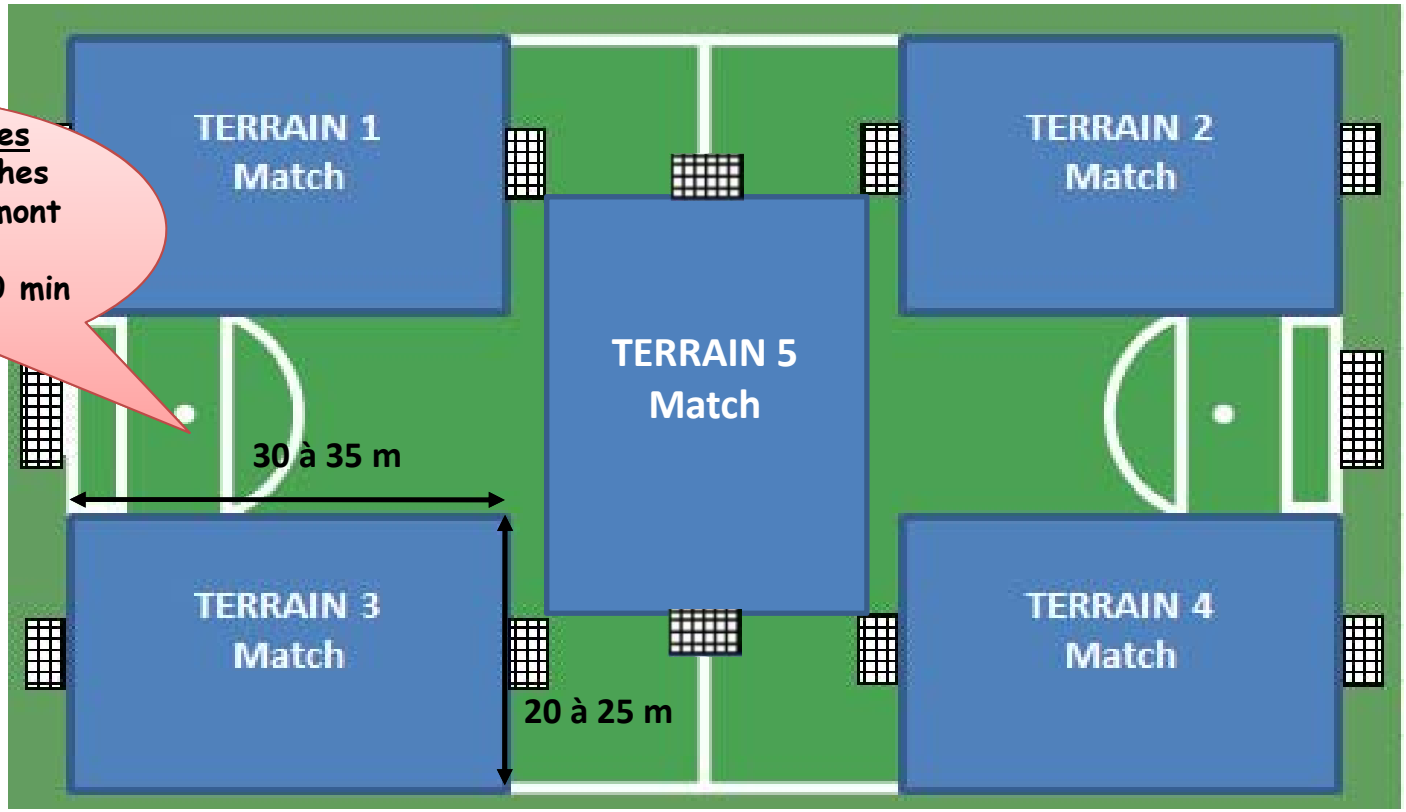
PLATEAU **ESPOIR** : ESPACE DE JEU & ROTATIONS « MATCHES + 1 JEU»

- Organiser des Plateaux à 6, 8, 10, 12 équipes maximum (créer des équipes pour y arriver en associant les joueuses de plusieurs clubs)
- Les rotations se gèrent en fonction du nombre d'équipes présentes sur le plateau
- Donner un numéro à chaque équipe en fonction du programme (1,2,3 ...) et suivre le tableau des rotations

Droits des Joueuses :

- **Participation de toutes les joueuses : tendre vers 100% du temps de jeu.**
- **Toutes les joueuses débutent au moins une fois en tant que titulaire sur l'une des 4 rencontres**

Plateau à 10 équipes
5 Terrains de Matches
(Le jeu se fait en amont des Matches)
Temps de jeu = 5x10 min



Plateaux Espoir U8 F - U9 F

ORGANISATION

1. Les Plateaux sont constitués de 4 rencontres de football à 3 ou à 5 joueuses
2. Les Plateaux sont constitués de 1 jeu avec une thématique
3. Faire découvrir le jeu aux jeunes filles lors des séances d'entraînements prévues en semaine pour qu'elles s'amusent encore plus le jour du plateau
4. Adapter les règles des jeux en fonction du niveau des jeunes filles

Un Jeu différent par journée de Plateau :

1. • plateaux du 07/11 et le 21/11/2020 : Jeu N° 1
2. • Plateaux du 05/12/2020 et le 23/01/2021 : Jeu N° 2
3. • Plateaux du 06/02 et le 13/03/2021 : Jeu N° 3
4. • Plateaux du 27/03 et le 10/04/2021 : Jeu N° 4
5. • Plateaux du 15/05 et le 05/06/2021 : Jeu N° 5

THÈME 1 : OCCUPATION DE L'ESPACE : Maîtrise Individuelle

JEU U8/U9

PERIODE I

Novembre

On a le ballon	Conserver / Progresser	Déséquilibrer / Finir
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

ORGANISATION

ESPACE

L 30m x l 20m

L = Longueur • l = largeur

EFFECTIF

5 X

5 X

MATÉRIEL PAR TERRAIN

4 X

16 X

4

12 X

5/5

TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ

★★★☆☆

LE MULTI-BUT STOP BALLE

> Conduite de balle

> Déplacement du joueur sans ballon

> Passe courte

> Passe longue

DÉROULEMENT

CONSIGNES.

Il faut attaquer dans 3 buts et défendre ces 3 buts

Les touches se font au pied :

- Par une conduite de balle
- Par une passe

BUTS

1 point = but marqué dans les buts excentrés.

3 points = but marqué dans les buts axiaux.

Les buts ne sont valables que si le joueur passe entre les coupelles ou constri-foots en conduite de balle et stop le ballon (maîtrise du ballon) derrière.

INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES

ADAPTATION DE L'EFFECTIF	VARIANTES	ANIMATION	VEILLER À...
6 joueurs : Répartir 3 joueurs dans chaque zone A et B au départ du jeu	• Interdiction de marquer 2 fois de suite dans le même but • Interdiction d'être à plus de 4 puis 3 joueurs par zone	• Active • Laisser jouer / Observer / Questionner	• Compter les points / valoriser. • Observer et corriger la conservation du ballon individuelle et collective des joueurs. • L'occupation des 2 zones (A & B)

THÈME 2 : OCCUPATION DE L'ESPACE : Maîtrise collective

JEU U8/U9

Période 1/2 — Décembre à Janvier

On a le ballon	**Conserver / Progresser**	Déséquilibrer / Finir
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

ORGANISATION

ESPACE

L 30m x l 20m

L = Longueur • l = largeur

EFFECTIF

5 X

5 X

MATÉRIEL PAR TERRAIN

8 X

6 X

5/5 X

12 X

0 X

TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ

★★★☆☆

SCHÉMA

> Conduite de balle

> Déplacement du joueur sans ballon

> Passe courte

> Passe longue

DÉROULEMENT

CONSIGNES

Transmettre le ballon au capitaine dans les 2 mini-buts.

Chaque capitaine peut se déplacer en fonction du ballon entre l'un des deux mini-buts.

Jeu libre, 4 c 4 en zone axiale.

BUTS

1 point : transmettre le ballon au capitaine situé dans 1 des 2 mini-buts.

3 points : si, lorsque le ballon est transmis au capitaine, les 2 zones (A/B) sont occupées minimum par un joueur.

INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES

ADAPTATION DE L'EFFECTIF	VARIANTES	ANIMATION	VEILLER À...
• 6 joueurs = mettre 2 capitaines	• 3 passes maximum par zone	• Active • Laisser jouer / Observer / Questionner	• Changer le capitaine / Compter les points / Valoriser ... • Occuper les 2 zones (A/B) lorsque mon équipe est en possession du ballon : 1 joueur minimum dans chaque zone (pas d'obligation)

THÈME 3 : OCCUPATION DE L'ESPACE / JEU SUR LES CÔTÉS

JEU U8/U9

PERIODE 2 — Février à Mars

On a le ballon	Conserver / Progresser	**Déséquilibrer / Finir**
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

ORGANISATION

ESPACE

L 25m x l 22m

L = Longueur • l = largeur

EFFECTIF

5 X

5 X

MATÉRIEL PAR TERRAIN

0 X

6 X

5/5 X

12 X

4 X

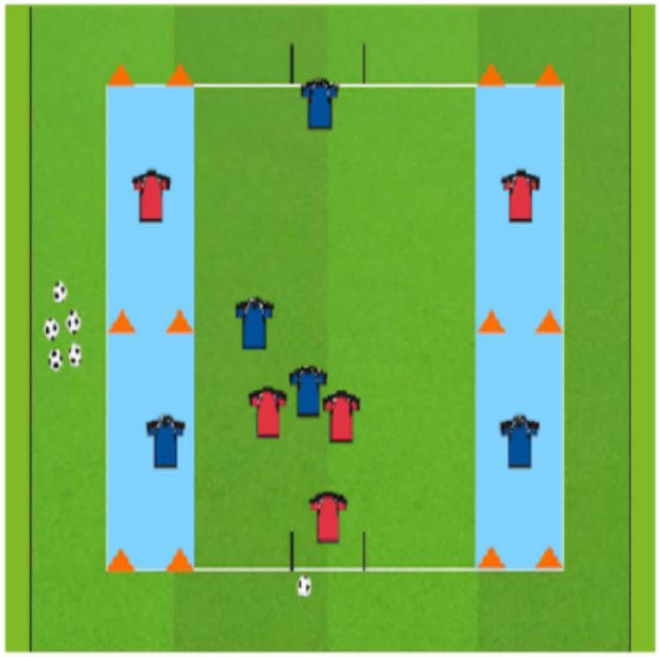
TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ

★★★☆☆

SCHÉMA



> Conduite de balle

> Déplacement du joueur sans ballon

> Passe courte

> Passe longue

DÉROULEMENT

CONSIGNES

Libre dans le jeu. 2 c 2 en zone axiale + 2 appuis (fixes) latéraux en zones (A/ B).

Jeu libre avec possibilité de jouer avec les 2 appuis latéraux.

Les appuis sont inattaquables et libres mais ne peuvent pas marquer.

BUTS

1 point : but marqué.

3 points : but après l'utilisation d'un appui latéral.

INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES

ADAPTATION DE L'EFFECTIF	VARIANTES	ANIMATION	VEILLER À...
• 6 joueurs = 3 c 3	• L'appui latéral peut, dès qu'il reçoit le ballon, rentrer dans l'aire de jeu et faire un 3 c 2	• Active • Laisser jouer / Observer • Questionner	• Changer les appuis • Compter les points • Valoriser les initiatives • Prendre l'information : lecture sur les côtés / transmettre et proposer

THÈME 4 : AMÉLIORER LES ENCHAINEMENTS PRISES / PASSES

EXERCICE U8/U9

Période 2/3 — Mars à Avril

On a le ballon	**Conserver / Progresser**	Déséquilibrer / Finir
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

ORGANISATION

ESPACE

L 10m x l 18m

L = Longueur • l = largeur

EFFECTIF

5 X

5 X

MATÉRIEL PAR TERRAIN

0 X — 8 X

6 X — 0 X

5/5 X

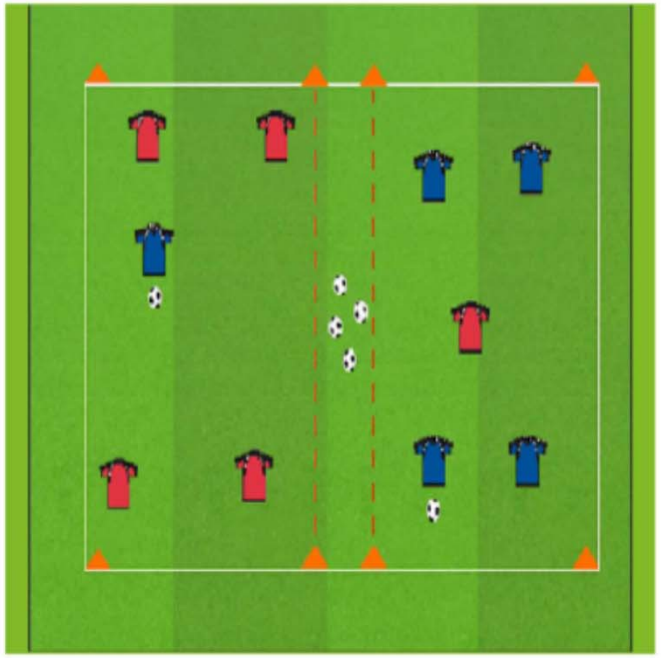
TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ

★★☆☆☆

SCHÉMA



> Conduite de balle

> Déplacement du joueur sans ballon

> Passe courte

> Passe longue

DÉROULEMENT

CONSIGNES

«Taureau : 4 C 1»

2 carrés de 10 m x 10 m

Touches libres

BUTS

1 point : 4 passes successives*

* Si réussite fréquente : 5 passes...

1 point : récupération du ballon (défenseur)

INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES

ADAPTATION DE L'EFFECTIF	VARIANTES	ANIMATION	VEILLER À...
• 6 joueurs = 5 c 1 (ou 4 c 2 si niveau supérieur)	• Interdit de rejouer avec celui qui vous a transmis le ballon • 4 touches de balle maxi (ou 3 T si niveau supérieur)	• Directive • Démontrer • Faire répéter et corriger	• Changer les défenseurs : 1 mn • Compter les points • Valoriser les initiatives • Prendre l'information : bien s'orienter / utiliser la bonne surface (intérieur)

THÈME 5: FAVORISER LA CONSTRUCTION DU JEU DEPUIS LA ZONE DES 8 M

SITUATION U8/U9

PERIODE 3	Mai à Juin	
On a le ballon	**Conserver / Progresser**	Déséquilibrer / Finir
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

ORGANISATION

ESPACE

L 25m x l 22m

L = Longueur • l = largeur

EFFECTIF

5 X

5 X

MATÉRIEL PAR TERRAIN

0 X

6 X

5/5 X

24 X

0 X

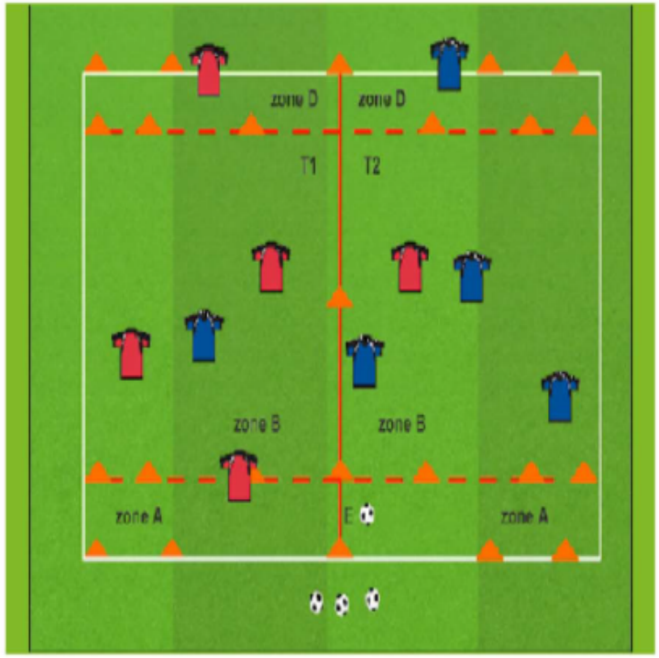
TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ

★★★☆☆

SCHÉMA



> Conduite de balle

> Déplacement du joueur sans ballon

> Passe courte

> Passe longue

DÉROULEMENT

CONSIGNES

Ballon aux capitaines (zone D).

2 terrains T1 / T2 (indépendants).

Relance de l'Educateur E dans la zone A (en alternance).

Pour progresser le joueur en A doit obligatoirement faire une passe en zone B et apporter le surnombre en zone B (3 c 1).

Zone A : joueurs inattaquables.

Zone B : jeu libre.

BUTS

1 point : transmettre le ballon au capitaine de son équipe en zone D.

1 point : transmettre le ballon à l'Educateur après récupération du ballon de la part du défenseur.

INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES

ADAPTATION DE L'EFFECTIF

- 6 joueurs = +1 défenseur en zone B (2 c 2)

VARIANTES

- Le joueur en A peut progresser en passe ou en conduite de balle en B
- Le défenseur peut attaquer l'attaquant en zone A lorsque celui-ci maîtrise le ballon

ANIMATION

- Active
- Faire répéter l'action
- Questionner / Orienter

VEILLER À...

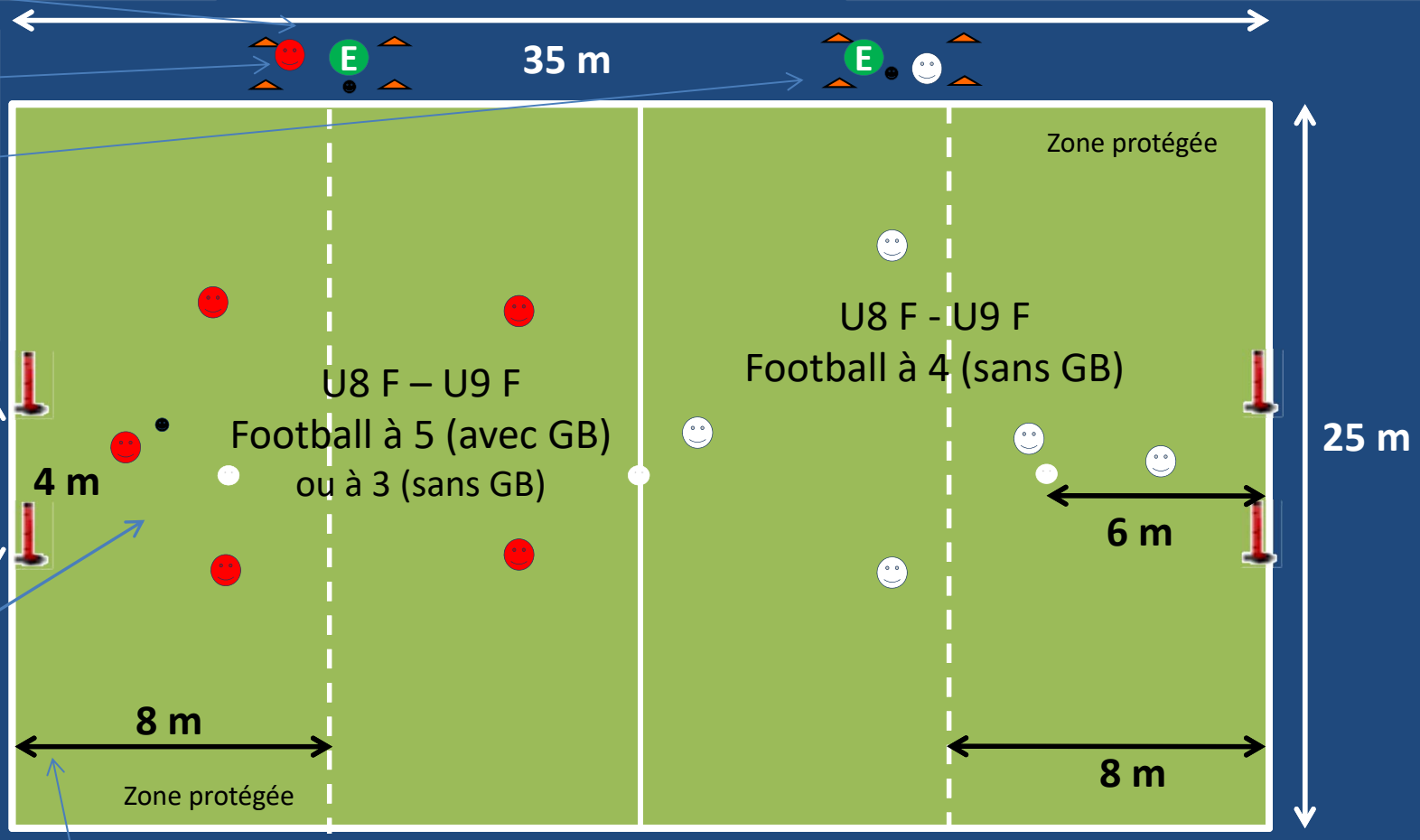
- Changer les rôles, Les défenseurs, changer de côté
- Compter les points
- Valoriser les initiatives
- Prendre l'information : lecture déplacements des partenaires / transmettre et proposer

TERRAIN U8 F - U9 F
5 joueuses + 1 à 2 suppléantes

Arbitrage = Éducatif
à l'extérieur du terrain effectué par l'Éducateur(trice) maîtrisant les règles du jeu.

Éducateur(trice)-ballon : Son rôle est uniquement d'alimenter le jeu en ballon lorsque ce dernier est sorti des limites. Le but étant d'augmenter le temps de jeu effectif des enfants.

Maison d'accueil
L'éducateur(trice) se situe dans cet endroit délimité par 4 coupelles afin d'accueillir ses joueurs. Cette zone fait office de « banc de touche ».



Coup de pied de but = sur un ballon sorti derrière la ligne de but par une joueuse adverse, la gardienne effectue la remise en jeu ballon arrêté au sol dans sa surface de but avant le point de pénalty (6m)

Surface de réparation = l'adversaire doit obligatoirement se situer à l'extérieur de la zone protégée de but (8 mètres) sur la relance de la Gardienne de but.
Interdiction de relancer au pied de volée ou de ½ volée pour la gardienne : Relance à la main ou au pied ballon au sol.

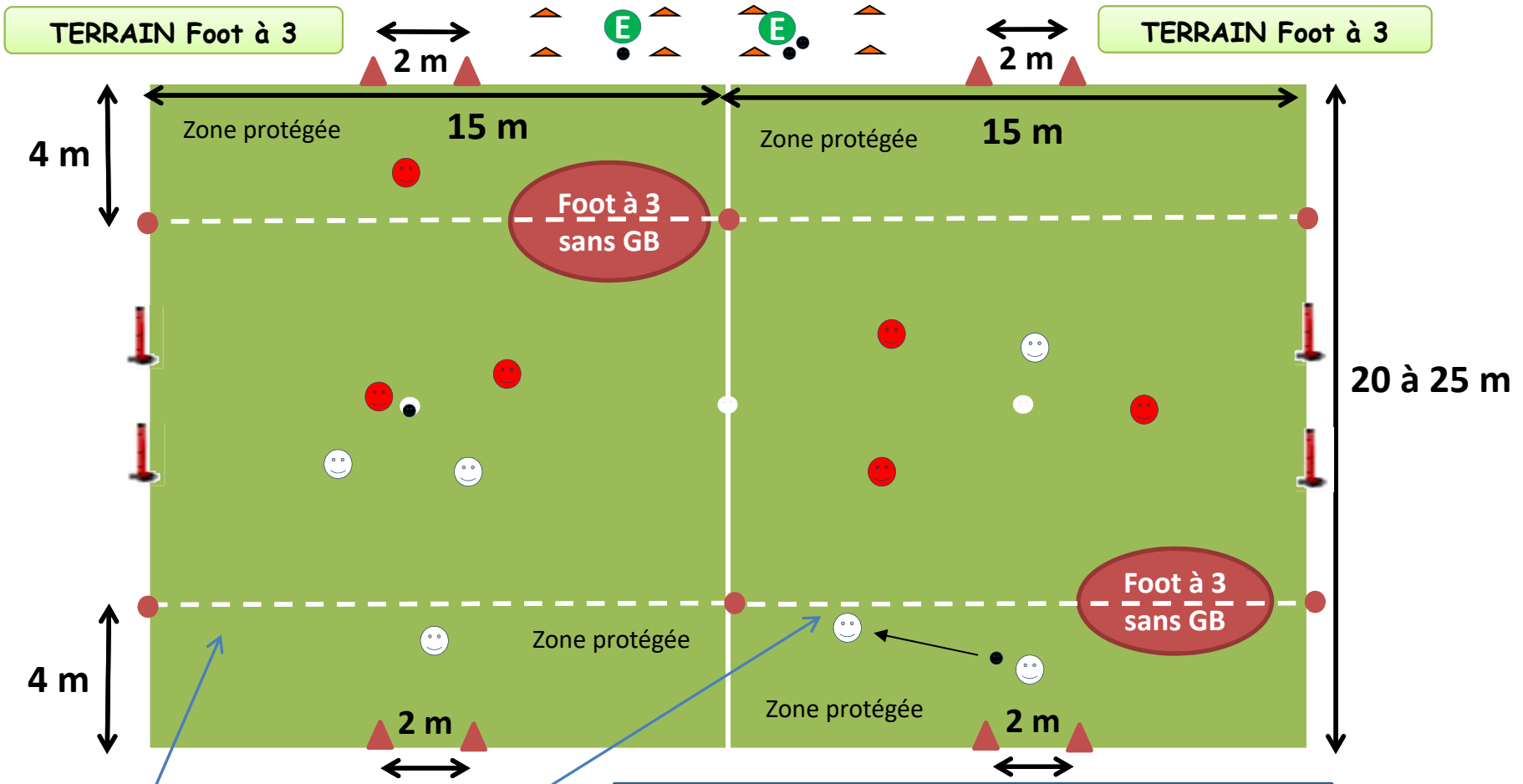
Remise en jeu sur sortie en touche =
2 choix s'offrent à la joueuse :
1. Elle effectue une passe au sol vers une partenaire
2. Elle rentre dans le jeu en conduite de balle

Interdiction de marquer directement

Suite

TERRAIN SPECIFIQUE U8 F - U9 F
6 joueuses : Foot à 3

Auto-Arbitrage des joueuses = A l'extérieur du terrain, les Educateur(trice)s des équipes observent chacun(e) un des 2 terrains et interviennent en cas de nécessité.



Surface de réparation = l'adversaire se tient à l'extérieur de la zone protégée sur la relance de la joueuse qui effectue la sortie de but en foot à 3.

Remise en jeu sur sortie en touche = 2 choix s'offrent à la joueuse :

1. Elle effectue une passe au sol vers une partenaire
2. Elle rentre dans le jeu en conduite de balle

Interdiction de marquer directement

Suite

Plateau Espoir U8 F - U9 F : Arbitrage Éducatif

LOIS DU JEU				
Terrain	Largeur : 15 mètres Longueur : 20 à 25 mètres pratiques 3 c 3 sans GB Largeur : 25 mètres Longueur : 35 mètres pratique 5 c 5 avec GB Surface de réparation = 8 mètres			
Buts	4 m x 1,5 m (constri-foot) ou but spécifique FFF		Ballon	**Taille N° 4**
Nombre de joueuses	5c5 (avec gardienne) ou 3c3 (sans gardienne) 1 à 2 suppléante(s) maximum par équipe			
Remise en jeu sortie en touche	**Remise en jeu effectuée au pied sur une passe au sol ou en conduite de balle** adversaire à 4 mètres - **Interdiction de marquer directement**			
Temps de jeu	**50 minutes (en discontinu) = 1 x 10' de jeu + 4 x 10' de match**			
	Participation de toutes les joueuses : tendre vers 100 % du temps de jeu **Toutes les joueuses débutent les rencontres au moins une fois en tant que titulaire**			
Hors-jeu	Non	**Coup d'envoi**	Interdit de marquer sur l'engagement - Adversaires à 4 mètres	
Gardienne de but	**Obligation : Relance à la main ou au pied ballon au sol** **Interdiction de relancer de volée ou ½ volée** La gardienne peut se saisir du ballon à la main sur la passe volontaire d'une partenaire			
Relance Protégée (8 mètres)	**Sur sortie de but (relance au pied ballon arrêté au sol) et sur la relance de la Gardienne de But (GB) à la main, les adversaires ont obligation de sortir de la zone de but, zone protégée (8m). Elles pourront y pénétrer lorsque le ballon sera parvenu (touché) à une partenaire de la GB ou aura franchi la zone protégée ou la ligne de touche.**			

LE RÔLE DES PARENTS

EN DEHORS DE LA PRATIQUE

> Indique l'absence (et son motif) de leur enfant à l'éducateur
> Fait respecter les temps de sommeil de leur enfant
> Prépare une alimentation adaptée à l'activité physique
> Vérifie que le sac de la footballeuse soit correctement préparé
> Participe à la vie du club

À L'ENTRAINEMENT

> Transporte son enfant
> Assiste périodiquement à l'entraînement de son enfant

LE JOUR DE LA RENCONTRE

> Participe au transport des joueuses de l'équipe
> Accueille les parents de l'autre équipe
> Encourage toutes les joueuses de l'équipe
> Aide à la préparation de la collation

COMMENT IMPLIQUER LA CELLULE FAMILIALE ?

S'appuyer sur 5 conditions :

1

LA QUALITE DE L'ENCADREMENT

> Comportement irréprochable (vocabulaire, tenue vestimentaire, attitudes ...).
> Programmation de l'entraînement cohérente.
> Suivi de la joueuse à travers l'entraînement et la compétition.

2

LE DEVELOPPEMENT DE LA RESPONSABILITE DES PARENTS

> Tenir compte de leurs compétences, de leur disponibilité et des actions à mener.

3

LA VALORISATION DE L'IMPLICATION DES PARENTS

> Les réunir régulièrement.
> Faire connaître leurs actions.
> Récompenser leur activité.

4

LE DEVELOPPEMENT DE L'APPARTENANCE AU CLUB

> Proposition de manifestations extra-sportives.
> Invitation à d'autres manifestations du club (tournois, match de haut-niveau ...).
> Mise en place d'un comité de parents.

5

LA QUALITE DE L'ACCUEIL ET DE L'INFORMATION

> Entraînements et matches.
> Informations précises sur le déroulement de la saison.

GUIDE DU DÉVELOPPEMENT DE LA PRATIQUE FÉMININE

LA CRÉATION

L'ENCADREMENT

LE PU

LA BOÎTE À OUTILS

PROJET DE PERFORMANCE FÉDÉRAL

LES OFFRES DE PRATIQUE