

PLATEAUX
U11 F A 5
SAISON 2021/2022

DOCUMENTATION A L'ATTENTION
DU RESPONSABLE U11F





PRÉSENTATION

Plateau U11 F à 5

OBJECTIF DE CE RASSEMBLEMENT :

La Fédération Française de Football a souhaité que chaque District développe et organise la pratique du football entre féminines au sein de son département.

La Commission du Football Féminin du District des Yvelines de Football est donc chargée de l'organisation de ce dispositif dans le respect du présent règlement.

Ces journées, organisées sous la forme de plateaux, se dérouleront, selon un calendrier établi en début de saison, au sein de clubs d'accueil désignés par la Commission du Football Féminin.

ESPRIT :

Journée bâtie autour de 3 thématiques :

- **La Convivialité et l'entraide** entre les Éducateur(trice)s, les Dirigeant(e)s et les Parents sont indispensables au bon déroulement de cette journée. Faisons en sorte que les jeunes joueuses présentes sur les terrains prennent du plaisir à se retrouver lors de l'atelier technique et des rencontres prévues dans le **meilleur esprit sportif**.
- **L'atelier Jonglerie** favorise l'initiation à la maîtrise technique du ballon.
- **Le Jeu** permet la découverte du football dans le respect des lois du jeu et de tous les acteurs de la rencontre (Joueuses, Éducateurs(trices), Dirigeant(e)s, Arbitres....).

ORGANISATION :

Le club d'accueil désigné, organise sur ses installations **un Plateau U11F** en réunissant les équipes conviées sur une matinée (11H00 ou 12H30) ;

Chaque site d'accueil doit être en mesure de mettre à disposition (au minimum) :

- Terrain : un 1/2 terrain de football à 11 = deux terrains de football à 5 délimités au minimum.

L'accès au terrain doit être réservé exclusivement aux joueuses et à l'encadrement (Éducateur (trice), Dirigeant(e)). Les parents spectateurs devront être obligatoirement derrière la main courante !

- Vestiaires : idéalement de 3 vestiaires (1 pour 2 équipes) en fonction du nombre d'équipes conviées.
- Matériel : constris (pour les buts), coupelles (pour délimiter les terrains).
- Ballons : 24 ballons taille 4 pour l'atelier jonglerie et 4 ballons taille 4 pour les rencontres.
- Encadrement : 1 Éducateur(trice) du club organisateur, responsable de l'organisation de la journée, aidé dans sa tâche par les éducateur(trice)s, dirigeants ou/et responsables d'équipes des clubs conviés.

Les 2 Grands Axes :

1. **L'atelier jonglerie** : durée 10'.

Il est présenté en page annexe (Cf Épreuve de Jonglerie).

Il ne nécessite aucun aménagement particulier de la part du club d'accueil.

2. **Le Jeu** :

- Chaque équipe jouera 2 à 5 rencontres de 10' à 24', **soit 50' de temps cumulé**.

- Les matches devront être arbitrés, par l'un des encadrants des équipes présentes. *Rappel : l'arbitrage doit être éducatif ; il se fait sans sifflet et hors du terrain afin de laisser toute la surface de jeu aux joueuses (Cf. support « Lois du jeu U.11 F » à consulter en annexe).*
- 1 Éducateur (trice) du club organisateur supervisera le bon déroulement des rencontres et interviendra en cas de nécessité. Il veillera à la rotation des équipes à l'issue des 3' de temps de pause.



L'Organisation type de la matinée :

La planning ci-dessous présente le déroulement de l'opération sous forme de plateau.

Ce planning prévisionnel peut être adapté par les organisateurs.

DÉROULEMENT DU PLATEAU U11 F	
Nombre Équipes	De 3 à 6 équipes
Nbre de Joueuses	5 (dont une gardienne)
PHASE	Séquence/ Durée
ATELIER JONGLERIE : 10' (cf. Règlement annexe)	
Procédure de courtoisie à instituer avant et après chaque Séquence	
PHASE 1	Rencontres : 10' (6 Eq.), 12' (5 Eq.), 16' (4 Eq.), 2x12' (3 Eq.)
Pause boisson - Récupération : 3'	
PHASE 2	Rencontres : 10' (6 Eq.), 12' (5 Eq.), 16' (4 Eq.), 2x12' (3 Eq.)
Pause boisson - Récupération : 3'	
PHASE 3	Rencontres : 10' (6 Eq.), 12' (5 Eq.), 16' (4 Eq.), 2x12' (3 Eq.)
Pause boisson - Récupération : 3'	
PHASE 4	Rencontres : 10' (6 Eq.) ou 12' (5 Eq.)
Pause boisson - Récupération : 3'	
PHASE 5	Rencontres : 10' (6 Eq.) ou 12' (5 Eq.)
Retour au calme, Rangement du matériel & Douche	
Préconisation : Collation offerte par le club d'accueil	

Durée totale du temps de jeu / équipe sur cette journée :
5 x 10 = 50' pour 6 équipes
2 x 24' (2x12') ou 3 x 16' ou 4 x 12' = 48' pour 3, 4 ou 5 équipes

IMPÉRATIF :

A l'issue de la journée, merci de retourner au District dans les 48 heures, la totalité des feuilles de bilan bien remplies (*document joint à la présente*). Merci, de nous faire part de vos éventuelles observations liées à l'organisation de cette manifestation, et ce pour nous permettre d'optimiser son fonctionnement pour les prochains plateaux.



Règlement Atelier Jonglerie



- ◆ Cette épreuve sera à organiser en amont de la rencontre :
 - ⇒ Avant le début des rencontres, elle permettra aux jeunes filles de terminer leur échauffement et d'affiner leur maîtrise du ballon en vue des rencontres. Les joueuses des 2 équipes sont associées par 2 et sont chargées mutuellement de compter les jongles effectués.
 - ⇒ A l'issue, elles communiquent leurs résultats aux éducateur.trice.s présent.e.s.
- ◆ Les objectifs **évoluent par dates** au cours de la saison et vous sont spécifiés dans le document intitulé

Directive « Plateau U11 F à 5 » :

Etre capable de réaliser les objectifs suivants :

Départ ballon en main ou au sol. Comptabiliser la totalité des jongles réalisés
(*ne pas repartir à zéro tant que le temps n'est pas écoulé*)

⇒ **Sur 1 minute : réaliser le maximum de jonglerie pied Droit ou/et pied Gauche**

Un rebond maximum au sol autorisé après chaque contact pied

⇒ **Sur 30 secondes : Réaliser le maximum de jonglerie tête**

On additionne le nombre de tête effectué

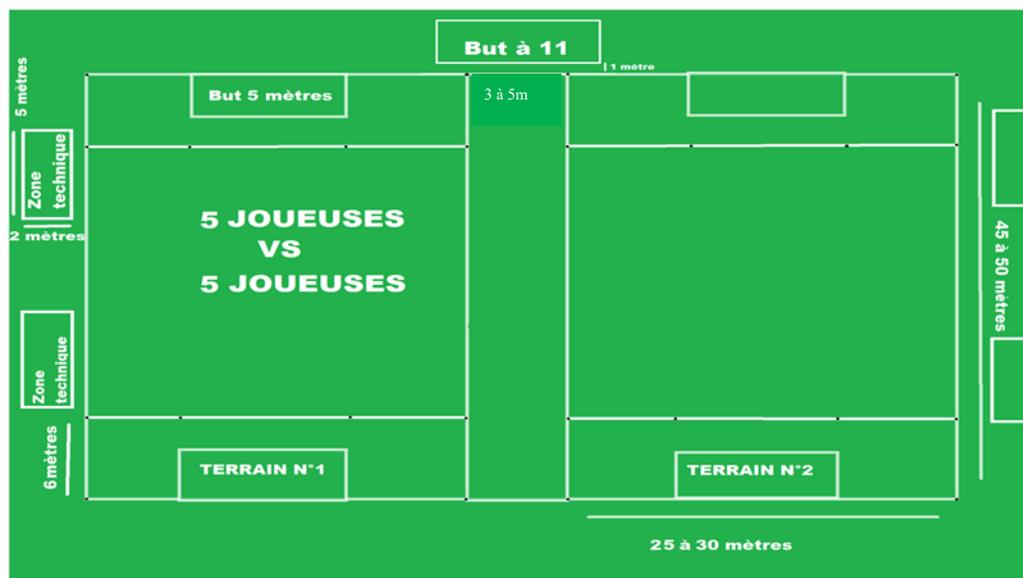
- ◆ A l'issue, on comptabilise le nombre total de jongles effectués par joueuse. On additionnera le résultat de toutes les joueuses de chaque équipe (8 au maximum).
- ◆ L'objectif de cet atelier technique est de faire progresser individuellement chaque fille et d'évaluer la progression de chaque équipe sur la saison.

Organisation :

- ◆ Les équipes seront associées pour effectuer la jonglerie sur le terrain sur lequel elle débiteront.
- ◆ La fiche équipe ci-jointe est à imprimer afin de reporter les jongles effectués par les joueuses.

DIMENSIONS DU TERRAIN

Le terrain utilisé est de 45 à 50 mètres de longueur et de 25 à 30 mètres de largeur, soit un demi terrain de foot à 8. Une zone de délimitation de 3 à 5 mètres devra être aménagée entre les deux terrains pour la sécurité.



Fiche Équipe - Épreuve de Jonglerie

Catégorie/Poule : U 11 F A 5

Date de la journée de plateau :

Lieu :

NOM DU CLUB :		
N° de la Joueuse	NOMBRE DE JONGLES PIEDS EN 1 MINUTE	TOTAL
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
TOTAL DES PARTICIPANTES		
Fiche établie par :		n° de licence :

Nom responsable :
Signature pour approbation

NOM DU CLUB PRESENT :		
N° de la Joueuse	NOMBRE DE JONGLES PIEDS EN 1 MINUTE	TOTAL
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
TOTAL DES PARTICIPANTES		
Fiche établie par :		n° de licence :

Nom responsable :
Signature pour approbation



Commission Football Féminin

CRITERIUM DEPARTEMENTAL U11 F
Fiche Équipe (1 fiche par équipe à compléter)

Date :

NOM DU CLUB :

N° de la Joueuse	NOM et PRENOM de la Joueuse	N° de LICENCE OBLIGATOIRE	OBSERVATIONS (Expulsion, blessures, etc...)
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

EDUCATEUR/EDUCATRICE

NOM et PRENOM	N° de Licence	Signature

DIRIGEANT(E)

NOM et PRENOM	N° de Licence	Signature



Plateau à 3 équipes: Fiche Récapitulative des Résultats

CLUB ACCUEIL	REFERENT COVID				SIGNATURE
	NOM	PRENOM	LICENCE	N° TELEPHONE	

Nom CLUB	Nom Educateur (trice)	N° de Licence	Signature
EQUIPE 1 :			
EQUIPE 2 :			
EQUIPE 3 :			

Phase	Horaires indicatifs	Programme		Scores
		Rencontres		
1	11H00 2X12'	Equipe 1	Equipe 2	
		Jongleric Equipe 3		
2	11H30 2X12'	Equipe 1	Equipe 3	
		Jongleric Equipe 2		
3	12H00 2X12'	Equipe 2	Equipe 3	
		Jongleric Equipe 1		

REMARQUES EVENTUELLES (ORGANISATION):



Plateau à 4 équipes: Fiche Récapitulative des Résultats

CLUB ACCUEIL	REFERENT COVID				SIGNATURE
	NOM	PRENOM	LICENCE	N° TELEPHONE	

Nom Club	Nom Educateur (trice)	N° de Licence	Signature OBLIGATOIRE
EQUIPE 1 :			
EQUIPE 2 :			
EQUIPE 3 :			
EQUIPE 4 :			

Phase	Horaires indicatifs	Programme	Scores
		Rencontres	
0	9H30	JONGLERIE (10' équipe 1 à équipe 4)	
1	9H40 16'	Equipe 1 VS Equipe 2	
		Equipe 3 VS Equipe 4	
2	10H00 16'	Equipe 1 VS Equipe 4	
		Equipe 2 VS Equipe 3	
3	10H20 16'	Equipe 1 VS Equipe 3	
		Equipe 2 VS Equipe 4	

REMARQUES EVENTUELLES (ORGANISATION):



Plateau à 5 équipes: Fiche Récapitulative des Résultats

CLUB ACCUEIL	REFERENT COVID				SIGNATURE
	NOM	PRENOM	LICENCE	N° TELEPHONE	

Nom Club	Nom Educateur(trice)	N° de Licence	Signature OBLIGATOIRE
EQUIPE 1 :			
EQUIPE 2 :			
EQUIPE 3 :			
EQUIPE 4 :			
EQUIPE 5 :			

Phase	Horaires indicatifs	Programme	Scores
		Rencontres	
1	9H30 12'	Equipe 1 VS Equipe 2	
		Equipe 3 VS Equipe 4	
		Jonglerie Equipe 5	
2	9H45 12'	Equipe 1 VS Equipe 5	
		Equipe 2 VS Equipe 4	
		Jonglerie Equipe 3	
3	10H00 12'	Equipe 3 VS Equipe 5	
		Equipe 1 VS Equipe 4	
		Jonglerie Equipe 2	
4	10H15 12'	Equipe 2 VS Equipe 5	
		Equipe 1 VS Equipe 3	
		Jonglerie Equipe 4	
5	10H30 12'	Equipe 4 VS Equipe 5	
		Equipe 2 VS Equipe 3	
		Jonglerie Equipe 1	

REMARQUES EVENTUELLES (ORGANISATION):



Plateau à 6 équipes (3 TERRAINS) Fiche Récapitulative des Résultats 1/2

Phase	Horaires indicatifs	Programme rencontres	Scores
0	9H30	JONGLERIE (10' Eéquipe 1 à 6)	
1	9H40 10'	Equipe 1 VS Equipe 4	
		Equipe 2 VS Equipe 5	
		Equipe 3 VS Equipe 6	
2	9H55 10'	Equipe 1 VS Equipe 2	
		Equipe 3 VS Equipe 5	
		Equipe 4 VS Equipe 6	
3	10H10 10'	Equipe 1 VS Equipe 5	
		Equipe 2 VS Equipe 6	
		Equipe 3 VS Equipe 4	
4	10H25 10'	Equipe 1 VS Equipe 6	
		Equipe 2 VS Equipe 3	
		Equipe 4 VS Equipe 5	
5	10H40 10'	Equipe 1 VS Equipe 3	
		Equipe 2 VS Equipe 4	
		Equipe 5 VS Equipe 6	



Plateau à 6 équipes (2 TERRAINS) Fiche Récapitulative des Résultats 1/2

NOM EQUIPE 1	NOM EQUIPE 2	NOM EQUIPE 3	NOM EQUIPE 4	NOM EQUIPE 5	NOM EQUIPE 6

Phase	Horaires indicatifs	Programme rencontres	Scores
1	9H30 10'	Equipe 1 VS Equipe 2	
		Equipe 4 VS Equipe 5	
		JONGLERIE : Equipe 3 et Equipe 6	
2	9H45 10'	Equipe 2 VS Equipe 3	
		Equipe 5 VS Equipe 6	
		JONGLERIE : Equipe 1 et Equipe 4	
3	10H00 10'	Equipe 1 VS Equipe 3	
		Equipe 4 VS Equipe 6	
		JONGLERIE : Equipe 2 et Equipe 5	
4	10H15 10'	Equipe 1 VS Equipe 5	
		Equipe 2 VS Equipe 6	
		PAUSE : Equipe 3 et Equipe 4	
5	10H30 10'	Equipe 1 VS Equipe 6	
		Equipe 3 VS Equipe 4	
		PAUSE : Equipe 2 VS Equipe 5	
6	10H45 10'	Equipe 3 VS Equipe 5	
		Equipe 2 VS Equipe 4	
		PAUSE : Equipe 1 et Equipe 6	



Plateau à 6 équipes : Fiche Récapitulative des Résultats 2/2

CONFIRMATION & APPROBATION DES RESULTATS DU PLATEAU :

CLUB ACCUEIL	REFERENT COVID				SIGNATURE
	NOM	PRENOM	LICENCE	N° TELEPHONE	

Nom Club	Nom Educateur (trice)	N° de Licence	Signature OBLIGATOIRE
EQUIPE 1 :			
EQUIPE 2 :			
EQUIPE 3 :			
EQUIPE 4 :			
EQUIPE 5 :			
EQUIPE 6 :			

REMARQUES EVENTUELLES (ORGANISATION):

Contact : Commission du **Football Féminin**
Messagerie : administration@dyf78.fff.fr

Suivi Technique : Département Technique
M. TEXIER Nicolas : 01 80 92 80 28

Suivi Administratif **Football Féminin**
M. KELLER Marc-Antoine : 01 80 92 80 25

LES LOIS DU JEU U11 F

Un football façonné pour les jeunes filles ...



UNE PRATIQUE ADAPTÉE A CHAQUE AGE

Licenciés	U10 F/ U11 F + 3 U9 F maxi /équipe avec accord médical		
Terrain	25 à 30 mètres x 45 à 50 mètres Surface de réparation à 8 mètres (nouveau) sur toute la largeur (seule la Gardienne peut se saisir du ballon à la main dans cette zone)		
Zone Technique	A délimiter de chaque côté du terrain (2 m de large x 5 m de long)		
Buts	5 m x 1,50 m (constr-foot)	Ballon	Taille N°4
Effectif	5 joueuses dont 1 gardienne de but : 5 v 5 (3 remplaçantes maxi/Éq.) 4 joueuses au minimum (rencontre 4 v 4)		
Remplacement	Lors d'un arrêt de jeu, après accord de l'Éducatrice(arbitre) et après la sortie de la joueuse remplacée. Remplacement à la hauteur de la « ligne médiane ».		
Équipements	Protège-tibias obligatoires Les crampons métalliques ne sont pas autorisés.		
Arbitrage Rencontres	Arbitrage éducatif à effectuer à l'extérieur du terrain par l'un(e) des Édicateur(trice)s des équipes opposées.		
Temps de jeu	Formule Plateau à 4 Équipes = 48' : 3 rencontres de 16'		
	Formule Plateau à 3, à 5 Équipes = 48' : 2 à 4 rencontres de 12' à 24' (2x12')		
	Formule Plateau à 6 Équipes = 50' : 5 rencontres de 10'		
	Participation des joueuses à part égale : 50% minimum du temps de jeu. Toutes les joueuses débutent au moins une fois une rencontre en tant que titulaires		
Coup d'envoi	Interdiction de marquer directement adversaire(s) à 4 mètres	Hors-jeu	Néant
Coups francs	Directs ou indirects suivant l'infraction commise Adversaire(s) à 4 mètres		
Remise en jeu sur sortie en touche	Remise en jeu à effectuer au pied par une passe au sol ou en conduite de balle adversaire(s) à 4 mètres - Interdiction de marquer directement		
Gardienne de But	Obligation : Relance à la main ou au pied ballon au sol Interdiction de relancer de volée ou de 1/2 volée Interdiction de se saisir du ballon à la main sur une passe au pied volontaire d'une partenaire		
Coup de pied de réparation (penalty)	Ballon à 6 mètres face au milieu du but	Coup de pied de but (6 mètres)	Relance au pied ballon arrêté au sol au niveau du point de pénalty



Mesure égalitaire de traitement des joueuses sans distinction de niveau
Fidélisation par la rotation des suppléantes

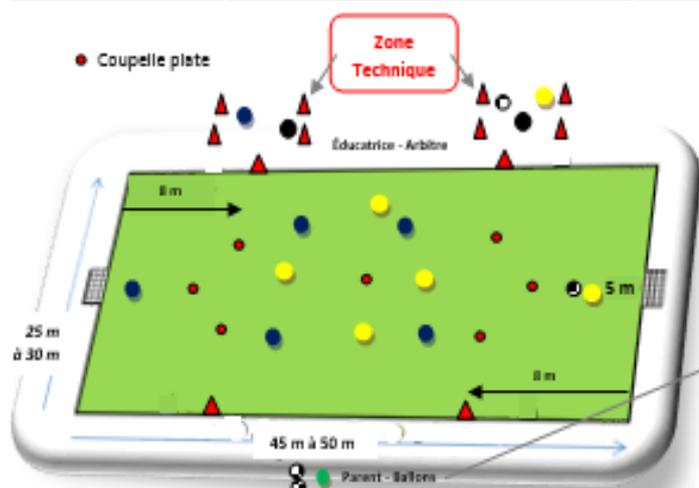
Objectif : Favoriser la construction du jeu depuis l'arrière en relançant à la main

Le coup de pied de but doit être exécuté par la gardienne de but. Les adversaires ont obligation de sortir de la zone de but.



« Parent-ballons » :

Un Parent situé(e) au pourtour de l'aire de jeu, à l'opposé des zones techniques, est équipé de ballons qu'il doit remettre aux joueuses quand celui-ci est sorti des limites du terrain. Cette disposition a pour but d'augmenter le temps effectif de jeu.



DÉPARTEMENT TECHNIQUE