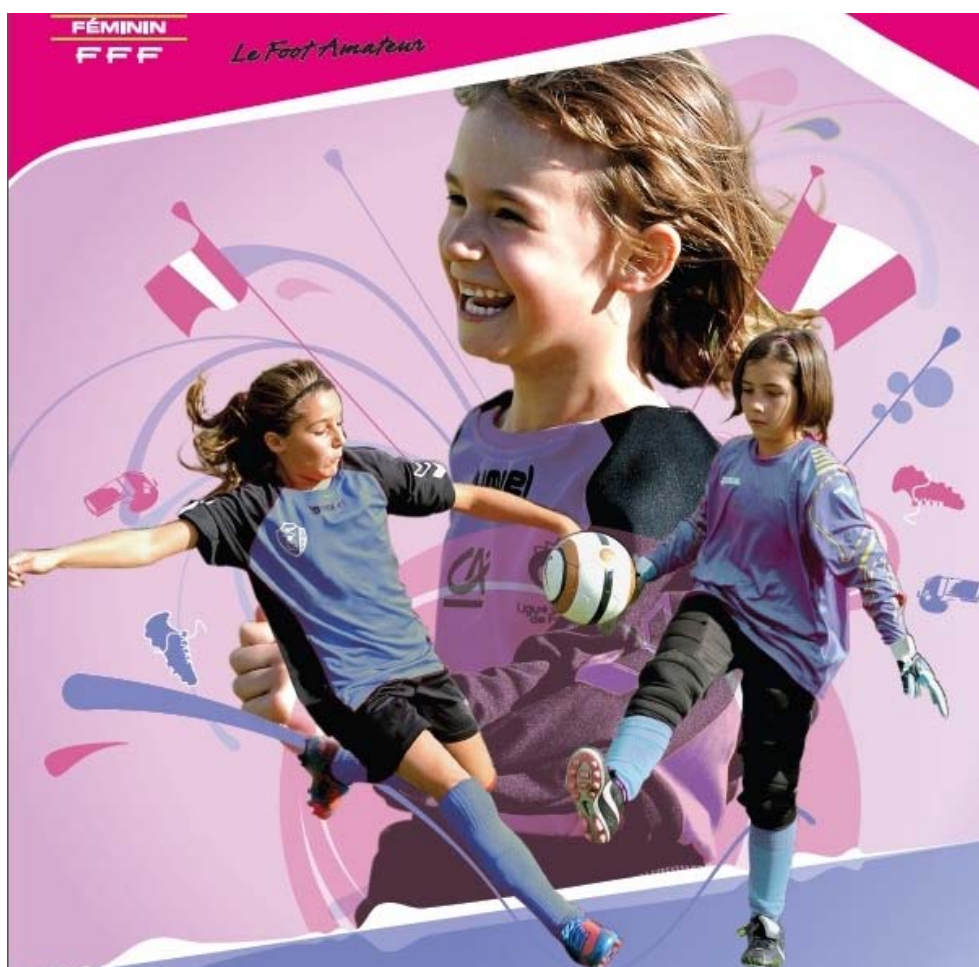


# PLATEAUX U13 F A 5

DOCUMENTATION A L'ATTENTION  
DU RESPONSABLE U13F





# PRÉSENTATION

## Plateau U13 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 U13F à 5 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 ou 1 terrain de football à 11 = deux ou quatre 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.

<b>DÉROULEMENT DU PLATEAU U11 F</b>	
Nombre Équipes	De 3 à 6 équipes
Nbre de Joueuses	5 (dont une gardienne)
PHASE	Séquence/ Durée
<b>ATELIER JONGLERIE : 10' (cf. Règlement annexe)</b>	
<b>Procédure de courtoisie à instituer avant et après chaque Séquence</b>	
PHASE 1	Rencontres : 12' (6 Eq.), 15' (5 Eq.), 20' (4 Eq.), 2x15' (3 Eq.)
Pause boisson - Récupération : 3'	
PHASE 2	Rencontres : 12' (6 Eq.), 15' (5 Eq.), 20' (4 Eq.), 2x15' (3 Eq.)
Pause boisson - Récupération : 3'	
PHASE 3	Rencontres : 12' (6 Eq.), 15' (5 Eq.), 20' (4 Eq.), 2x15' (3 Eq.)
Pause boisson - Récupération : 3'	
PHASE 4	Rencontres : 12' (6 Eq.), 15' (5 Eq.), 20' (4 Eq.), 2x15' (3 Eq.)
Pause boisson - Récupération : 3'	
PHASE 5	Rencontres : 12' (6 Eq.), 15' (5 Eq.), 20' (4 Eq.), 2x15' (3 Eq.)
Retour au calme, Rangement du matériel & Douche	
<b>Préconisation : Collation offerte par le club d'accueil</b>	
<b>Durée totale du temps de jeu / équipe sur cette journée :</b> <b>5 x 12 = 60' pour 6 équipes</b> <b>2 x 30' (2x15') ou 3 x 20' ou 4 x 15' = 60' pour 3, 4 ou 5 équipes</b>	

### **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 de façons différentes suivant le nombre d'équipes présentes :
  - ⇒ **pair** : 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 de 2 équipes différentes sont associées par 2 et sont chargées mutuellement de compter les jongles effectuées.
  - ⇒ **impair** : en parallèle des rencontres pendant leur temps de pause. L'épreuve est à réaliser en associant 2 coéquipières.
  - ⇒ 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 « **Directives plateaux U13F saison 2022-2023** »  
**Etre capable de réaliser les objectifs suivants :**  
Départ ballon en main ou au sol. Comptabiliser la totalité des jongles consécutifs réalisés (*repartir à zéro lorsque le ballon touche le sol, la joueuse peut jongler à nouveau tant que le temps n'est pas écoulé mais en reprenant le comptage à 0*)
  - ⇒ **Du 01/10 au 03/12/2022 : 4 journées (Défi No 1)**
  - ⇒ **Sur 1 minute : réaliser le maximum de jonglerie pied Droit ou/et pied Gauche**  
*Après chaque touche de balle, obligation de reposer le pied au sol*  
*1 Seule surface de rattrapage autorisée*
  - ⇒ **Du 28/01 au 01/04/2023 : 4 journées (Défi No 2)**
  - ⇒ **Sur 1 minute : réaliser le maximum de jonglerie pied Droit**  
*Après chaque touche de balle, obligation de reposer le pied au sol*
  - ⇒ **Sur 1 minute : réaliser le maximum de jonglerie pied Gauche**  
*Après chaque touche de balle, obligation de reposer le pied au sol*
  - ⇒ **Du 15/04 au 03/06/2023 : 3 journées (Défi No 3)**
  - ⇒ **Sur 1 minute : réaliser le maximum de jonglerie pied Droit ou/et pied Gauche**  
*Après chaque touche de balle, obligation de reposer le pied au sol*
  - ⇒ **Sur 30 secondes : réaliser le maximum de fois jonglerie tête**
- ◆ 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 (nombre d'équipes paires) ou sur un espace dédié en dehors du terrain en parallèle des rencontres (nombre d'équipes impaires)

La fiche équipe ci-jointe est à imprimer en plusieurs exemplaires, en fonction du nombre d'équipes prévues sur le plateau, afin de reporter les jongles effectués par les joueuses.

Veillez à ne pas associer si possible deux équipes du même Club sur cette épreuve (sauf nombre d'équipes impair).

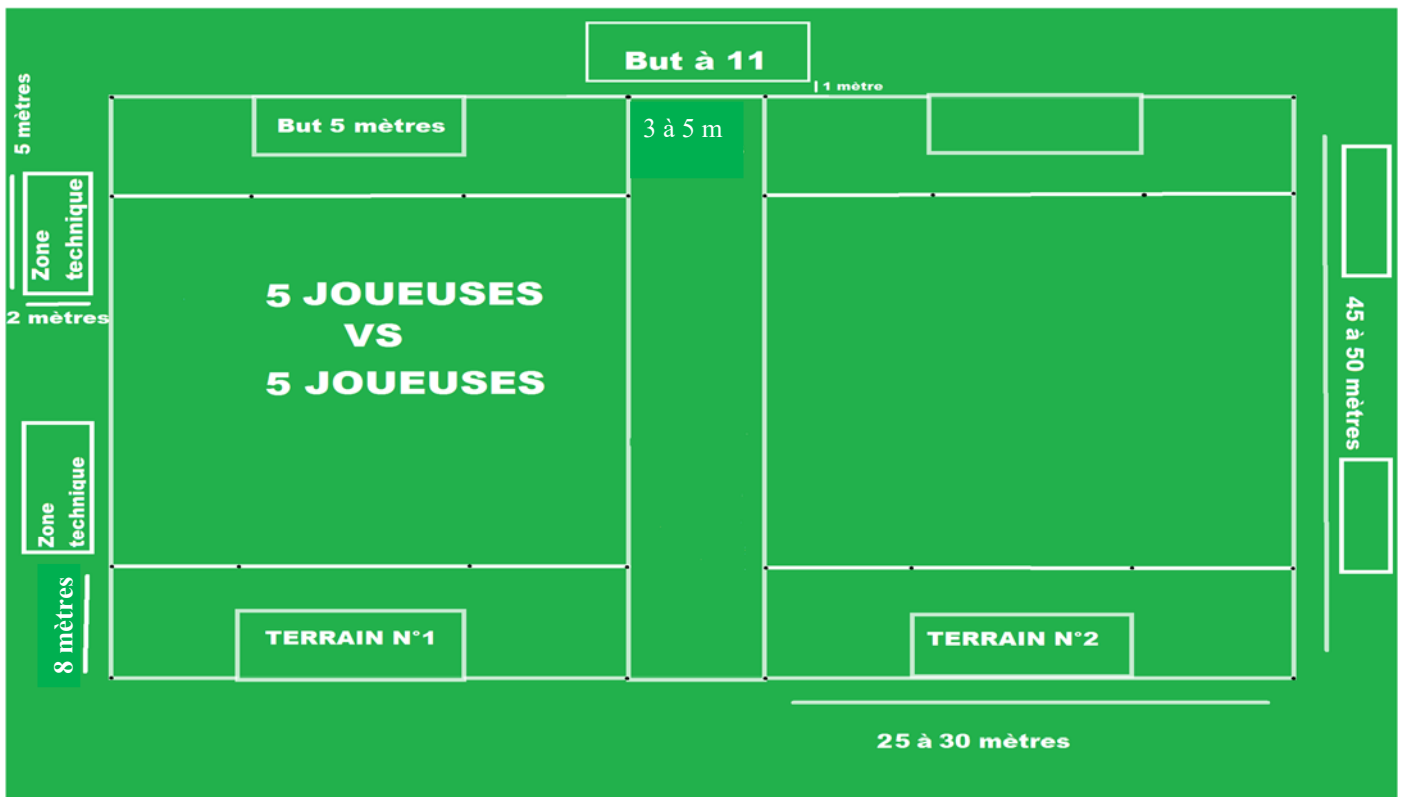


## Dimension du Terrain



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 (Défi No 1 et 3)

Catégorie/Poule : U 13 F A 5

Date de la journée de plateau :

Lieu :

<b>NOM DU CLUB :</b>		
N° de la Joueuse	JONGLAGE PIEDS EN 1 MINUTE	TOTAL
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
<b>TOTAL DES PARTICIPANTES</b>		
Fiche établie par :		n° de licence :

Nom responsable :  
Signature pour approbation

<b>NOM DU CLUB PRESENT :</b>		
N° de la Joueuse	JONGLAGE PIEDS EN 1 MINUTE	TOTAL
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
<b>TOTAL DES PARTICIPANTES</b>		
Fiche établie par :		n° de licence :

Nom responsable :  
Signature pour approbation

# Fiche Équipe - Épreuve de Jonglerie (Défi No 2)

Catégorie/Poule : U 13 F A 5

Date de la journée de plateau :

Lieu :

<b>NOM DU CLUB :</b>		
N° de la Joueurse	JONGLAGE PIEDS EN 1 MINUTE	TOTAL
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
<b>TOTAL DES PARTICIPANTES</b>		
Fiche établie par :		n° de licence :

Nom responsable :  
Signature pour approbation

<b>NOM DU CLUB PRESENT :</b>		
N° de la Joueurse	JONGLAGE PIEDS EN 1 MINUTE	TOTAL
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
<b>TOTAL DES PARTICIPANTES</b>		
Fiche établie par :		n° de licence :

Nom responsable :  
Signature pour approbation

# Fiche Équipe - Épreuve de Jonglerie (Défi No 3)

Catégorie/Poule : U 13 F A 5

Date de la journée de plateau :

Lieu :

NOM DU CLUB :		
N° de la Joueuse	JONGLAGE TETES EN 30 SECONDES	TOTAL
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
<b>TOTAL DES PARTICIPANTES</b>		
Fiche établie par :		n° de licence :

Nom responsable :  
Signature pour approbation

NOM DU CLUB PRESENT :		
N° de la Joueuse	JONGLAGE TETES EN 30 SECONDES	TOTAL
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
<b>TOTAL DES PARTICIPANTES</b>		
Fiche établie par :		n° de licence :

Nom responsable :  
Signature pour approbation





## Commission Football Féminin

**CRITERIUM DEPARTEMENTAL U13 F A 5**  
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	30'	Equipe 1 VS Equipe 2	
		Equipe 3 Jonglerie	
2	30'	Equipe 1 VS Equipe 3	
		Equipe 2 Jonglerie	
3	30'	Equipe 2 VS Equipe 3	
		Equipe 1 Jonglerie	

**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	10'	<b>JONGLERIE</b> (10' équipe 1 à équipe 4)	
1	20'	Equipe 1 VS Equipe 2	
		Equipe 3 VS Equipe 4	
2	20'	Equipe 1 VS Equipe 4	
		Equipe 2 VS Equipe 3	
3	20'	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	15'	Equipe 1 VS Equipe 2	
		Equipe 3 VS Equipe 4	
		Jonglerie Equipe 5	
2	15'	Equipe 1 VS Equipe 5	
		Equipe 2 VS Equipe 4	
		Jonglerie Equipe 3	
3	15'	Equipe 3 VS Equipe 5	
		Equipe 1 VS Equipe 4	
		Jonglerie Equipe 2	
4	15'	Equipe 2 VS Equipe 5	
		Equipe 1 VS Equipe 3	
		Jonglerie Equipe 4	
5	15'	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

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

Phase	Horaires indicatifs	Programme rencontres	Scores
0	10'	<b>JONGLERIE (10' Eéquipe 1 à 6)</b>	
1	12'	Equipe 1 VS Equipe 4	
		Equipe 2 VS Equipe 5	
		Equipe 3 VS Equipe 6	
2	12'	Equipe 1 VS Equipe 2	
		Equipe 3 VS Equipe 5	
		Equipe 4 VS Equipe 6	
3	12'	Equipe 1 VS Equipe 5	
		Equipe 2 VS Equipe 6	
		Equipe 3 VS Equipe 4	
4	12'	Equipe 1 VS Equipe 6	
		Equipe 2 VS Equipe 3	
		Equipe 4 VS Equipe 5	
5	12'	Equipe 1 VS Equipe 3	
		Equipe 2 VS Equipe 4	
		Equipe 5 VS Equipe 6	



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

CLUB ACCUEIL	REFERENT COVID				SIGNATURE
	NOM	PRENOM	LICENCE	N° TELEPHONE	

### CONFIRMATION & APPROBATION DES RESULTATS DU PLATEAU :

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](mailto: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



## Plateau à 8 équipes ( 4 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	NOM EQUIPE 7	NOM EQUIPE 8

0	10'	JONGLERIE (10' Eéquipe 1 à 6)	
1	12'	Equipe 1 VS Equipe 5	
		Equipe 2 VS Equipe 6	
		Equipe 3 VS Equipe 7	
		Equipe 4 VS Equipe 8	
2	12'	Equipe 1 VS Equipe 6	
		Equipe 2 VS Equipe 7	
		Equipe 3 VS Equipe 8	
		Equipe 4 VS Equipe 5	
3	12'	Equipe 1 VS Equipe 7	
		Equipe 2 VS Equipe 8	
		Equipe 3 VS Equipe 5	
		Equipe 4 VS Equipe 6	
4	12'	Equipe 1 VS Equipe 8	
		Equipe 2 VS Equipe 5	
		Equipe 3 VS Equipe 6	
		Equipe 4 VS Equipe 7	
5	12'	Equipe 1 VS Equipe 3	
		Equipe 2 VS Equipe 4	
		Equipe 5 VS Equipe 7	
		Equipe 6 VS Equipe 8	



## Plateau à 8 équipes : Fiche Récapitulative des Résultats 2/2

CLUB ACCUEIL	REFERENT COVID				SIGNATURE
	NOM	PRENOM	LICENCE	N° TELEPHONE	

### CONFIRMATION & APPROBATION DES RESULTATS DU PLATEAU :

Nom Club	Nom Educateur (trice)	N° de Licence	Signature OBLIGATOIRE
EQUIPE 1 :			
EQUIPE 2 :			
EQUIPE 3 :			
EQUIPE 4 :			
EQUIPE 5 :			
EQUIPE 6 :			
EQUIPE 7 :			
EQUIPE 8 :			

REMARQUES EVENTUELLES (ORGANISATION):

Contact : Commission du **Football Féminin**  
Messagerie : [administration@dyf78.fff.fr](mailto: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



Terrains – Buts – Ballon	Longueur: 35/40m x Largeur: 30/35m – buts:4m x1.80m – Surface de réparation 8m - Ballon Taille 4.
Nombre de joueuses	5 joueuses (4+1GB) - Nb de remplaçantes: 0 à 3 – rotations libres. 4 joueuses minimum - 2 U7F max. autorisées en même temps sur le terrain en U9F 4 joueuses minimum - 2 U9F max. autorisées en même temps sur le terrain en U11F 4 joueuses minimum - 2 U11F max. autorisées en même temps sur le terrain en U13F
Equipements	Maillot dans le short – chaussettes relevées en dessous des genoux protège-tibias obligatoires – Tip-top placés sous les chaussettes.
Temps de jeu	U9F: 50 mn de rencontres maximum ( ex: 2 matchs de 2x12mn) - U11F: 50 mn de rencontres maximum ( ex: 2 matchs de 2x12mn) - U13F: 60 mn de rencontres maximum ( ex: 2 matchs de 2x15mn) Temps de jeu par joueuse : 50% minimum. Chaque joueuse doit démarrer une période.
Coup d'envoi	Interdit de marquer sur l'engagement – Adversaire à 5m.
Gardiennne de but	Prise de balle de la gardienne à la main interdite sur passe volontaire d'une partenaire sinon CF à la ligne des 9m (surface de réparation à 9 m : sur toute la largeur du terrain) sauf en U9F Relance de la Gardienne de But à la main et au pied sur une mise au sol.
Coup de pied de réparation	A 9m. L'adversaire se tient à l'extérieur de la zone des 9 m.
Touche	Au pied sur passe au sol. Distance adversaire 5m. Possibilité de rentrer en conduite de balle. Impossible de marquer sur une touche
Coup-franc	Tous les coup-francs sont directs. Distance 5m. Tacles et charges interdites
Hors-jeu	Pas de hors-jeu.