



# La Pratique des U6- U7

## Le Contenu du Plateau

Saison  
2025/2026



Organisation  
Plateau

## Plateaux « Plein air » U6 & U7

La Pratique U6-U7 :  
Foot à 4 ou à 3(U6)

**Protocole  
Accueil**  
*Avant le  
plateau*

**1 Jeu :  
Ballon Magic**

 1 x 10'

**3 Matches**

 3 x 10'

**1 Défi Technique  
Relais**

 1 x 10''

**Protocole  
Clôture**  
*Après le  
plateau*



Modèle fédéral



# CONTENU PLATEAUX SAISON 2025/2026

U6

U7

OPTIMISATION DES TEMPS D'ACTIVITÉ ET DES CONTENUS PROPOSÉS

## LE PLATEAU

Ordre à respecter pour toutes les équipes

### Protocole DEBUT DE PLATEAU

Séquence n°1	<b>Ballon Magique évolutif par période</b> De 1c1 (sans GdB) à 3c3 (dont GdB)
Séquence n°2	<b>Match</b> 3c3 U6 / 4c4 U7
Séquence n°3	<b>Match</b> 3c3 U6 / 4c4 U7
Séquence n°4	<b>Match</b> 3c3 U6 / 4c4 U7
Séquence n°5	<b>Défi Jeu évolutif par période</b>

### Protocole FIN DE PLATEAU

### EVOLUTION DES REGLES DU BALLON MAGIQUE EN FONCTION DES PÉRIODES

Passage du terrain  
21 x 20 (U6)  
au terrain 28 x 20  
pour les U7  
En fonction des plateaux  
programmés sur la saison

### EVOLUTION DES REGLES DU DEFI JEU EN FONCTION DES PÉRIODES

## LA SAISON 2025/2026

Période n°1	Sept. à Nov.
Période n°2	Nov. à Déc.
Période n°3*	Janv. à Février
Période n°4*	Mars à Avril
Période n°5*	Mai à Juin

\* Évolution du ballon magique et des défis pour les périodes 3, 4 et 5



U6

U7

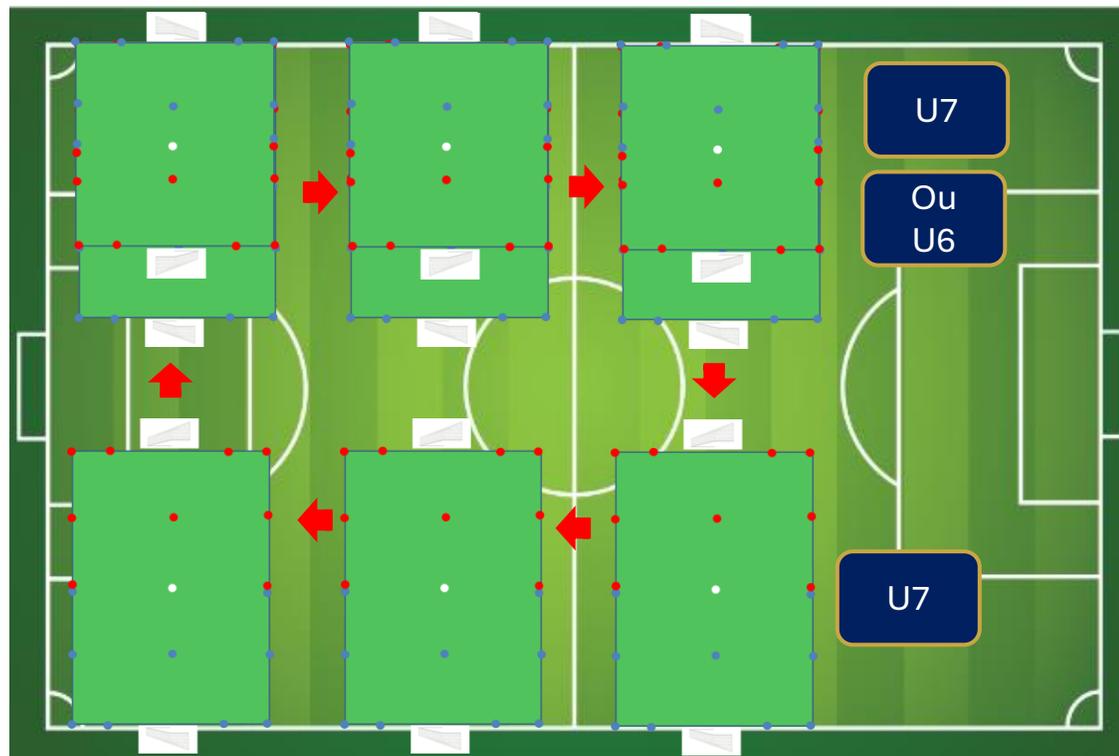
# ORGANISATION D'UN PLATEAU

## OPTIMISATION DES TEMPS D'ACTIVITÉ ET DES CONTENUS PROPOSÉS



### L'ORGANISATION D'UN PLATEAU 6 À 12 ÉQUIPES (6 TERRAINS)

- Plateau sans dissociation :  
U6-U7 associées
- Dissociation possible des U6 et des U7 sur le même terrain
  - 3 terrains U6 (possibilité d'intégrer des U7 débutants)
  - 3 terrains U7
- Simplification possible des rotations :
  - Les équipes camp bleu restent sur place et **Les équipes camp rouge tournent dans le sens des aiguilles d'une montre**
  - **Ou utilisation des fiches de rotations existantes qui tiennent compte du niveau des équipes et permettent de ne pas jouer 2 fois le même adversaire**



- Mise en place de formes jouées : Le ballon magique et le défi jeu sur le même espace de jeu
  - Peu d'installations de matériel (2 ballons par équipe = 4 par terrain)
- Rotations : 5 temps de pratique de 10' soit 50'
  - 1 ballon magique + 3 rencontres + 1 défi jeu



# Les Plateaux « Plein air » U6/U7

Des Fiches de Rotations spécifiques à compléter sont à votre disposition  
**sur le site internet du DYF - Rubrique : « Pratique - Foot Animation – U6-U7 »**

DISTRICT DES YVELINES DE FOOTBALL

Feuille de Rotation Plateau U7

3 Clubs - 12 équipes (4 Equipes U7 / Club)

Football à 4



2 plateaux à 6 équipes  
 Par niveau ou par année d'âge

Plateau N° :	Horaires de Début du plateau :	Date de plateau :				
Plateau U7 à 6 équipes niveau 1						
Durée : 10' / séquence						
Equipe U7	Nom Equipe	Séquence 1 Jeu	Séquence 2 Rencontre 1	Séquence 3 Rencontre 2	Séquence 4 Rencontre 3	Séquence 5 Défi-Jeu
Equipe 1	U7 - A1	T1	T1	T1	T2	T3
Equipe 2	U7 - A2	T2	T2	T2	T1	T1
Equipe 3	U7 - B1	T1	T1	T3	T3	T1
Equipe 4	U7 - B2	T3	T3	T1	T1	T2
Equipe 5	U7 - C1	T2	T2	T3	T2	T2
Equipe 6	U7 - C2	T3	T3	T2	T3	T3

Déterminer les clubs qui porteront les lettres A - B - C - D

Plateau U7 à 6 équipes niveau 2 (ou joueurs U6)

Equipe U6-U7	Nom Equipe	Séquence 1 Jeu	Séquence 2 Rencontre 1	Séquence 3 Rencontre 2	Séquence 4 Rencontre 3	Séquence 5 Défi-Jeu
Equipe 1	U7 - A3	T4	T4	T4	T5	T6
Equipe 2	U7 - A4	T5	T5	T5	T4	T4
Equipe 3	U7 - B3	T4	T4	T6	T6	T4
Equipe 4	U7 - B4	T6	T6	T4	T4	T5
Equipe 5	U7 - C3	T5	T5	T6	T5	T5
Equipe 6	U7 - C4	T6	T6	T5	T6	T6

**Rencontres :** Objectif : Permettre aux enfants de prendre du plaisir à pratiquer.

Choisir une thématique à travailler : 1 à 2 consignes par joueur(se) au maximum.

**Pédagogie :** Laisser les enfants jouer librement : ne pas les téléguider... Ils doivent être libres de décider seul.

Observer et Valoriser la maîtrise individuelle et collective du ballon. Encourager sans être dans l'excès !

**Rappel lois du jeu :** Lorsqu'un gardien de but se saisit du ballon dans sa zone de but (7 m) ou effectue un coup de pied de but (à 5 m),

tous les adversaires ont obligation de sortir de cette surface. Seul ces partenaires peuvent y rester.

Les adversaires ne pourront y pénétrer que si le ballon sort de la surface où s'il est expédié en dehors du terrain (en touche par exemple).

Un joueur partenaire du gardien peut également demander le ballon dans sa propre zone de but, il est alors inattaquable tant qu'il n'a pas touché le ballon.

**Besoins matériels :**

24 (= 6x4) jalons ou contri-foots pour les buts (espacés de 4 m) ou but spécifique U7/U9

96 (= 6x16) coupelles pour délimiter les terrains

24 (= 6x4) coupelles (plates si possible) pour délimiter les zones de but (7m)

6 (= 6x1) coupelles (plates si possible) pour marquer le point central des terrains.

Ballons : 24 (= 12 taille 3 en U6 et 12 taille 3 en U7)

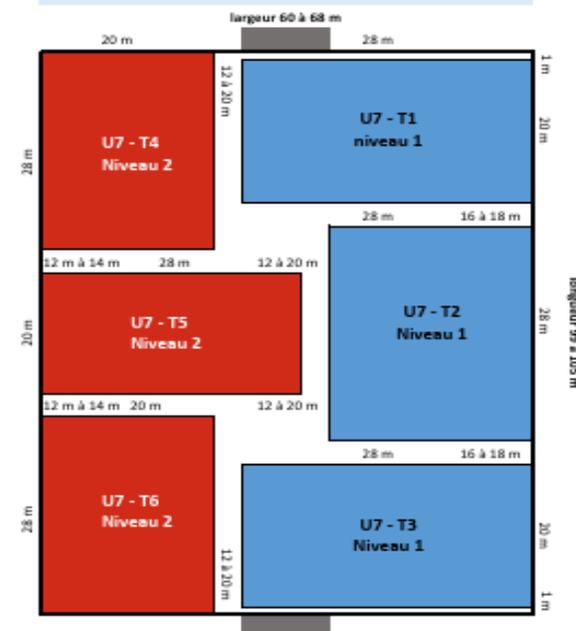
Utiliser les ballons des clubs invités : Chaque équipe doit fournir 2 ballons

4 ballons par terrain de rencontre (2 par équipes)

Prévoir 4 jeux de 6 chasubles en cas de besoin (couleurs identiques)

Plan type Implantation Terrains

dimension minimum 100 m x 60 m  
 dimension maximum 105 m x 68 m





# La Gestion du Plateau & Le Coaching

**Procédure : « Mieux vaut prévenir que guérir »**

## Avant le match

- ▶ Briefing sur le terrain
- ▶ **Protocole d'accueil et de Fair-Play**

## Pause(s) Coaching

En U6 à U9 : toutes les 10'

- ▶ Regroupement sur le terrain :
  - ▶ **Echange avec les joueurs sur leur perception du jeu**
  - ▶ Consignes auprès des joueurs : vérification consolidation, modifications...
  - ▶ Durée 2' max : 2 consignes : 1 off & 1 déf. / rencontre

## Pendant le match

- ▶ Limiter les Interventions et Interactions
- ▶ Les encadrants sont situés dans leur maison d'accueil (zone technique) marquée par une coupelle minimum
- ▶ **Port de la chasuble pour les joueurs suppléants**

## Après le match

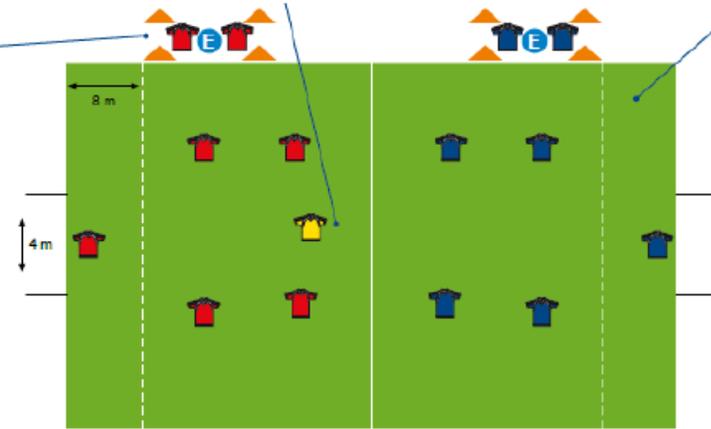
- ▶ **Protocole Fair-Play de clôture**
- ▶ Débriefing succinct sur le terrain
- ▶ **Hydratation pendant toute la durée du plateau : gourde ou bouteille d'eau individuelle**



# Protocole Rencontres

## **Organisation :** **Rôle de** ***l'Éducatrice*** ***en charge d'une l'Équipe***

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



Les coaches de chaque équipe sont habilités **uniquement** à se positionner dans les maisons d'accueil pour animer (valorisation) ou à se déplacer pour interagir avec les joueurs (respect des lois du jeu).

**Besoins en Matériel Pédagogique par équipe : obligatoire 2 ballons par équipe,**

Soit si 4 équipes engagées :

**8 ballons** minimum à fournir pour les équipes d'un même club par chaque responsable de club.  
Numéroter les ballons, si possible, afin d'éviter les échanges entre les terrains.

**Soit au total 24 ballons par plateau**

Le club d'accueil pourra pallier l'absence de matériel en cas d'impondérable.



# PAUSES COACHING catégories U6 à U9

## Objectif pour l'Éducateur.trice

### Limitation des interventions de l'Éducateur au cours de la partie :

Faire preuve de modération sur les conseils prodigués aux joueurs U6 à U9 lors de chaque rencontre : observer, prendre des notes, valoriser, encourager ;

#### Limiter le nombre de consignes par joueur :

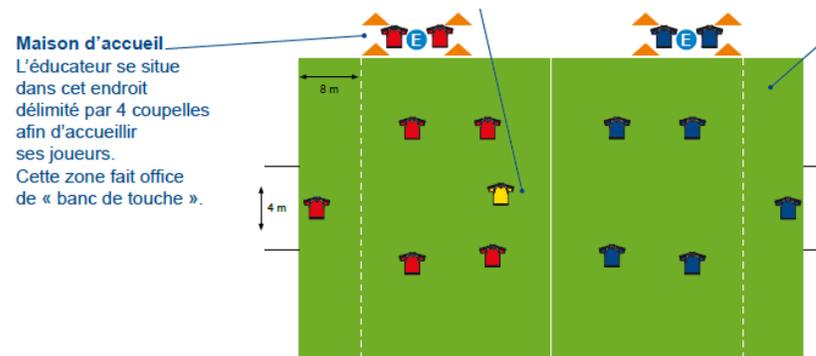
- 1 offensive :

« Que fait le joueur lorsqu'il a le ballon »

+1 défensive :

« Que fait le joueur lorsqu'il n'a pas le ballon »

**Endiguer les dérives des encadrants qui téléguident les joueurs ;**



### Optimisation des conseils donnés :

- Être **précis** et **concis** (utiliser un vocabulaire adapté à leur âge) ;
- Uniquement des **encouragements** et des **renforcements positifs** relatifs aux tentatives et aux attitudes des joueurs ;
- **Ne pas être directif** mais **questionner le joueur pour le faire réfléchir**, en cours de jeu si besoin.



U6

U7

# JEU ÉVOLUTIF : BALLON MAGIQUE

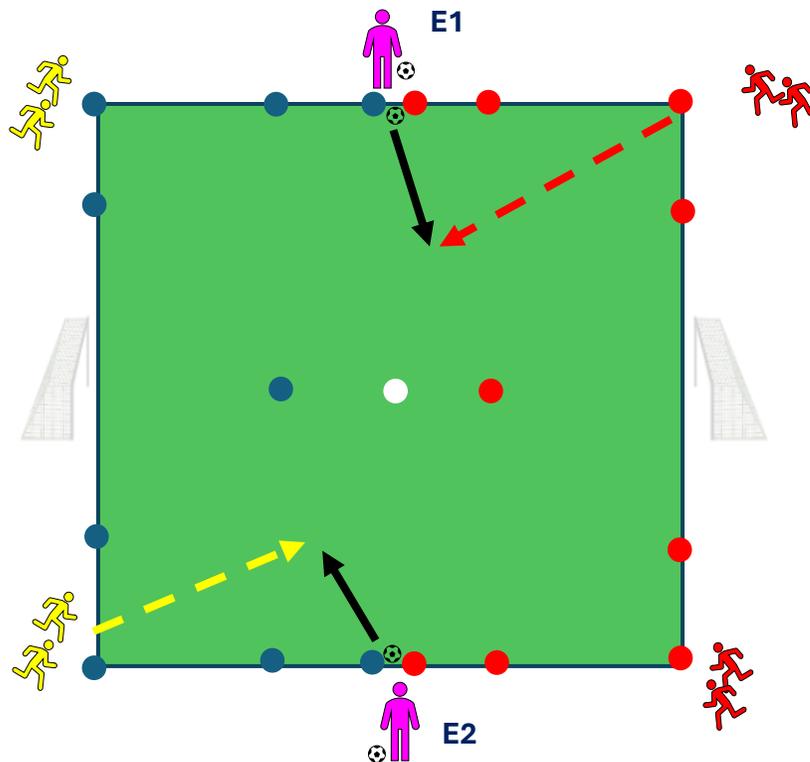
PÉRIODE 1 – SEPTEMBRE &amp; OCTOBRE



## LE BALLON MAGIQUE : DU 1 CONTRE 0

### GRANDS PRINCIPES

- **Educateur équipe 1 (E1) transmet le ballon au 1er joueur rouge** (passe dans les pieds du joueur).
- **Le joueur ayant le ballon doit aller marquer dans le but adverse sans gardien : tir à proximité de la ligne (coupelles) des 7 m :**
  - Si le ballon franchi la ligne, le but est marqué et donne 1 point à son équipe.
  - Si le ballon sort en sortie de but, le jeu se termine.
- **A la fin de la séquence**, l'enfant récupère son ballon pour le rapporter à l'éducateur E1 puis retourne à son emplacement initial.
- L'Éducateur équipe 1 (E2) peut alors injecter un 2<sup>ème</sup> ballon en criant « Ballon magique » en transmettant le ballon à un 1er joueur de la couleur opposée jaune
- **Après 1 premier passage pour chaque joueur, faire partir simultanément un joueur de chaque équipe, puis passer à l'étape suivante 1 c 1.**



### CONSEILS pour E1 & E2 :

- Ne pas dépasser 30 secondes de jeu (1 ballon)
- Ne pas donner le ballon toujours à la même équipe
- Donner correctement le ballon (à la main ou aux pieds) pour favoriser le contrôle de la part des enfants.
- donner le ballon à un joueur/joueuse de chaque équipe alternativement.

### ROLE DE E1 & E2 :

- Conseiller, guider les joueurs
- Contrôler le temps de la séquence pour favoriser le nombre de passage des joueurs dans le temps imparti de la séquence de 10'
- Contrôler les passages pour passer à l'étape suivante



U6

U7

# JEU ÉVOLUTIF : BALLON MAGIQUE

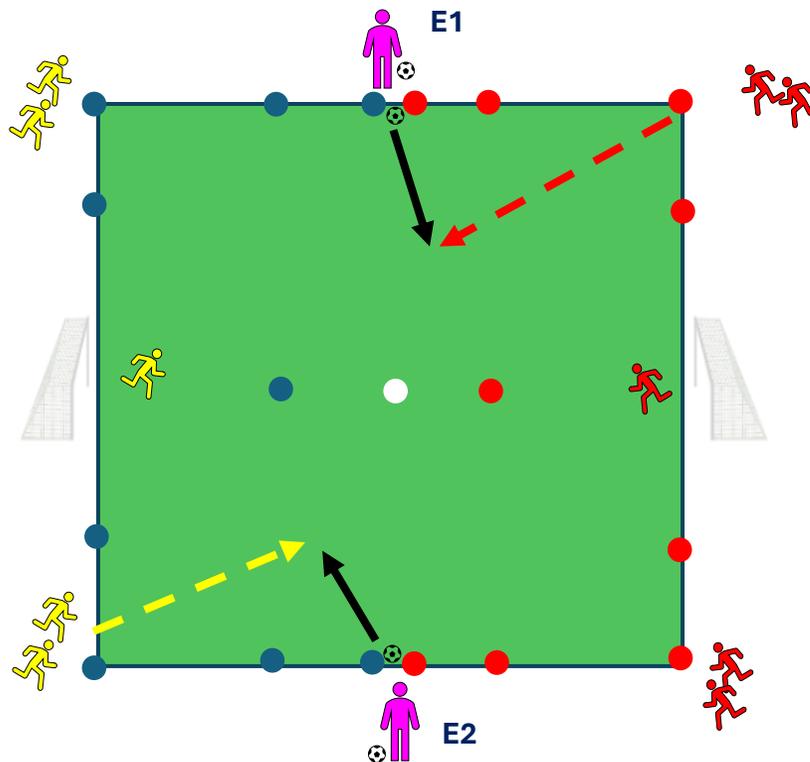
PÉRIODE 2 - NOVEMBRE



## LE BALLON MAGIQUE : DU 1 CONTRE 1

### GRANDS PRINCIPES

- **Educateur équipe 1 (E1) transmet le ballon au 1er joueur rouge** (passe dans les pieds du joueur).
- **Le joueur ayant le ballon doit aller marquer dans le but adverse face au gardien :**
  - Si le ballon est récupéré par le GB, le jeu se termine.
  - Si le ballon sort en touche ou en sortie de but, le jeu se termine.
  - Si le Gardien repousse le ballon, possibilité de tirer une seconde fois au but.
- **A la fin de la séquence**, l'enfant récupère son ballon pour le rapporter à l'éducateur E1 puis retourne à son emplacement initial.
- L'Educateur équipe 2 (E2) peut alors à son tour injecter un 2<sup>ème</sup> ballon en criant « Ballon magique » en **transmettant le ballon à un 1er joueur de la couleur opposée jaune**



### CONSEILS pour E1 & E2 :

- Ne pas dépasser 30 secondes de jeu (1 ballon)
- Ne pas donner le ballon toujours à la même équipe
- Transmettre, donner correctement le ballon (à la main ou aux pieds) pour favoriser le contrôle de la part des enfants.
- donner le ballon à un joueur/joueuse de chaque équipe alternativement.

### ROLE DE E1 & E2 :

- Conseiller, guider les joueurs
- Contrôler le temps de la séquence
- Au bout de 4 passages, changer les GB



# RELAIS DÉFI-JEU U6-U7 ÉVOLUTIF

U6

U7

PÉRIODE 1 – SEPTEMBRE - OCTOBRE



## **Consignes :**

Conduite de balle, pour tirer au but à l'entrée de la zone protégée (7 m) sans gardien de but. Départ du joueur dès que le joueur précédent a tiré. Retour du tireur au départ avec le ballon pour le joueur suivant. Si absence de parents ballon, mettre un joueur de chaque équipe en récupération qui permute dans la rotation avec le tireur

## **But :**

L'équipe qui a marqué le plus de buts gagne le défi.

## **Variante :**

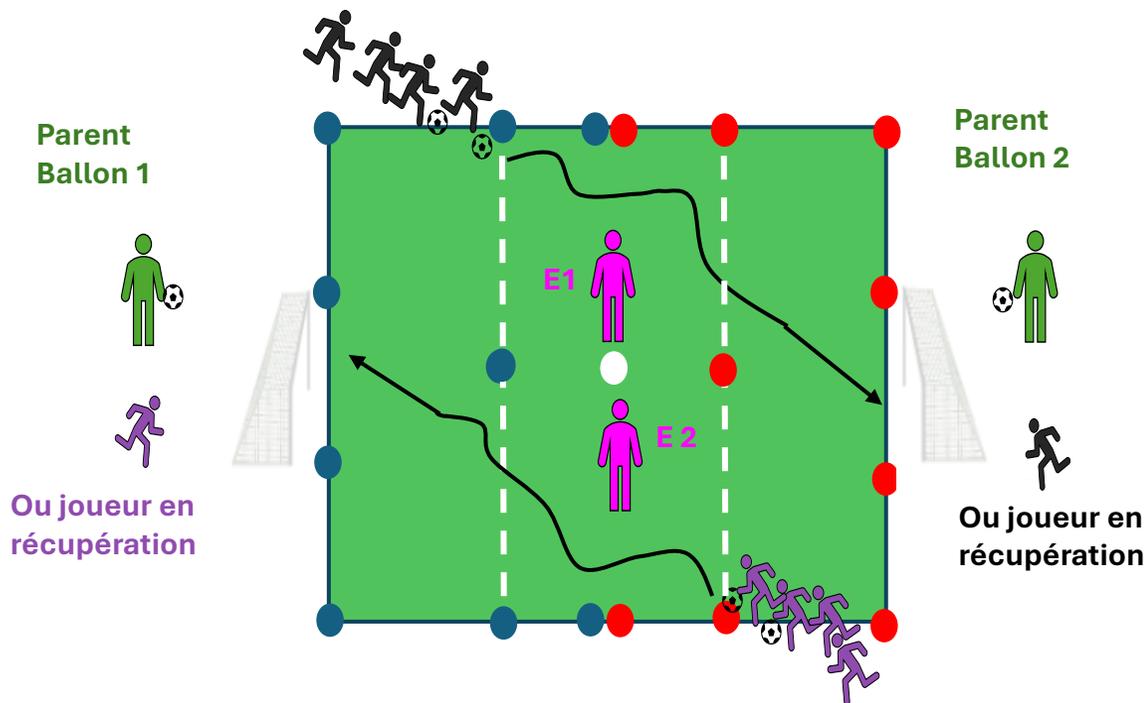
Départ depuis la ligne de touche opposée.

## **Animation :**

Encourager/valoriser – Faire répéter – Compter les buts

## **Matériel :**

- 2 ballons par équipe au minimum





U7

# RELAIS DÉFI-JEU U7 ÉVOLUTIF

PÉRIODE 2 - NOVEMBRE



## Consignes :

Conduite de balle, pour tirer au but **dans** la zone protégée **avec** gardien de but. Départ du joueur dès que le joueur précédent a tiré. Retour du tireur au départ avec le ballon pour le joueur suivant. Si absence de parents ballon, mettre un joueur de chaque équipe en récupération qui permute dans la rotation avec le tireur

## But :

L'équipe qui a marqué le plus de buts gagne le défi.

## Variante :

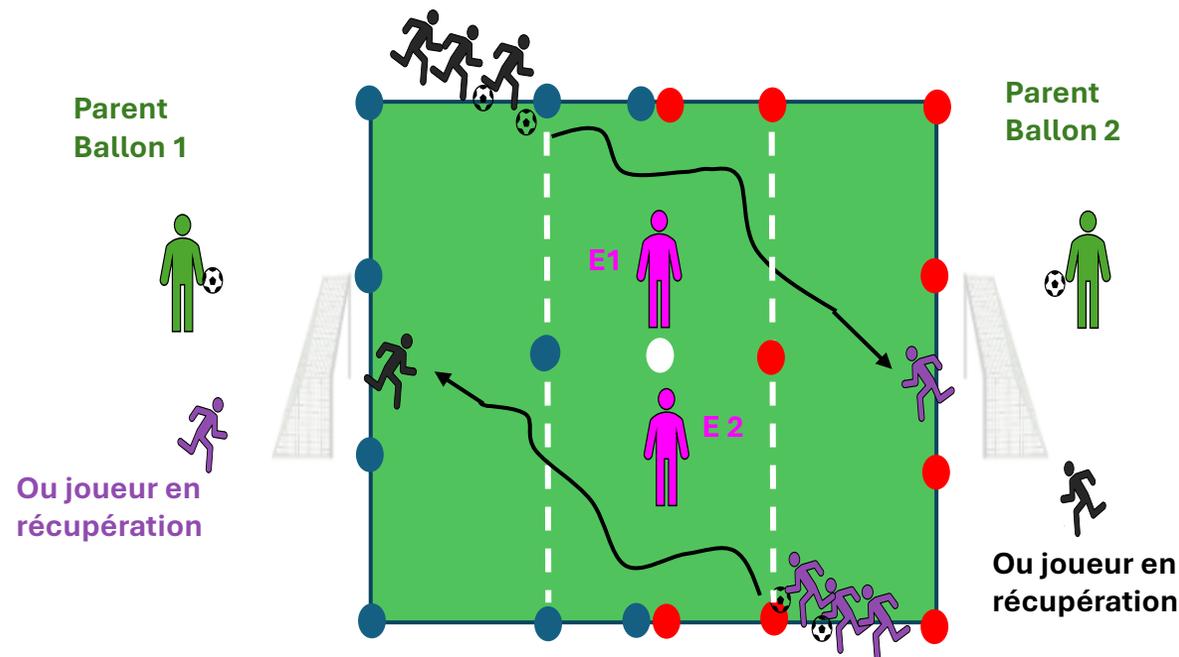
Départ depuis la ligne de touche opposée.

## Animation :

Encourager/valoriser – Faire répéter – Rotation des gardiens de but – Compter les buts

## Matériel :

- 2 ballons par équipe au minimum





# PROTOCOLES FAIR-PLAY

U6

U9

RESTAURATION DU CLIMAT ET MISE EN PLACE D'ÉVÈNEMENTS FESTIFS



## AVANT-MATCH OU/ET APRES-MATCH

- Regrouper les Enfants :  
Applaudissement des enfants  
puis Ola OU INVERSEMENT
- ⇒ Objectif : Remerciements aux adultes  
de les laisser jouer **LIBREMENT SANS  
LES TÉLÉGUIDER**



## 2 PROTOCOLES POSSIBLES



## AVANT-MATCH OU/ET APRES-MATCH

- Regrouper les Enfants :  
Clapping par l'ensemble  
des personnes présentes
- ⇒ Objectif : Remerciements aux  
adultes de les laisser jouer  
**LIBREMENT SANS LES TÉLÉGUIDER**





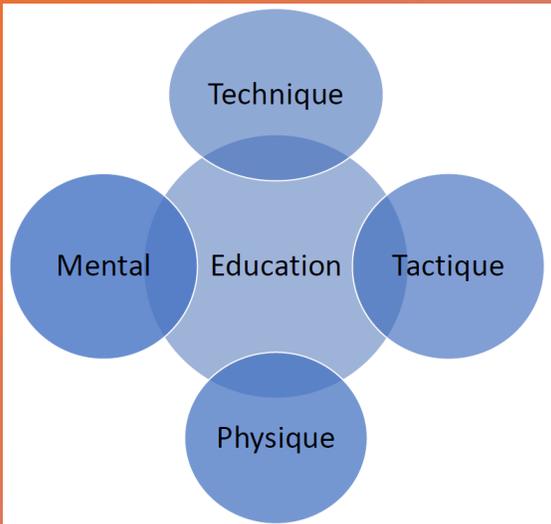
**U6/U7**

**Lois du Jeu inchangées**



## LOIS DU JEU U6-U7

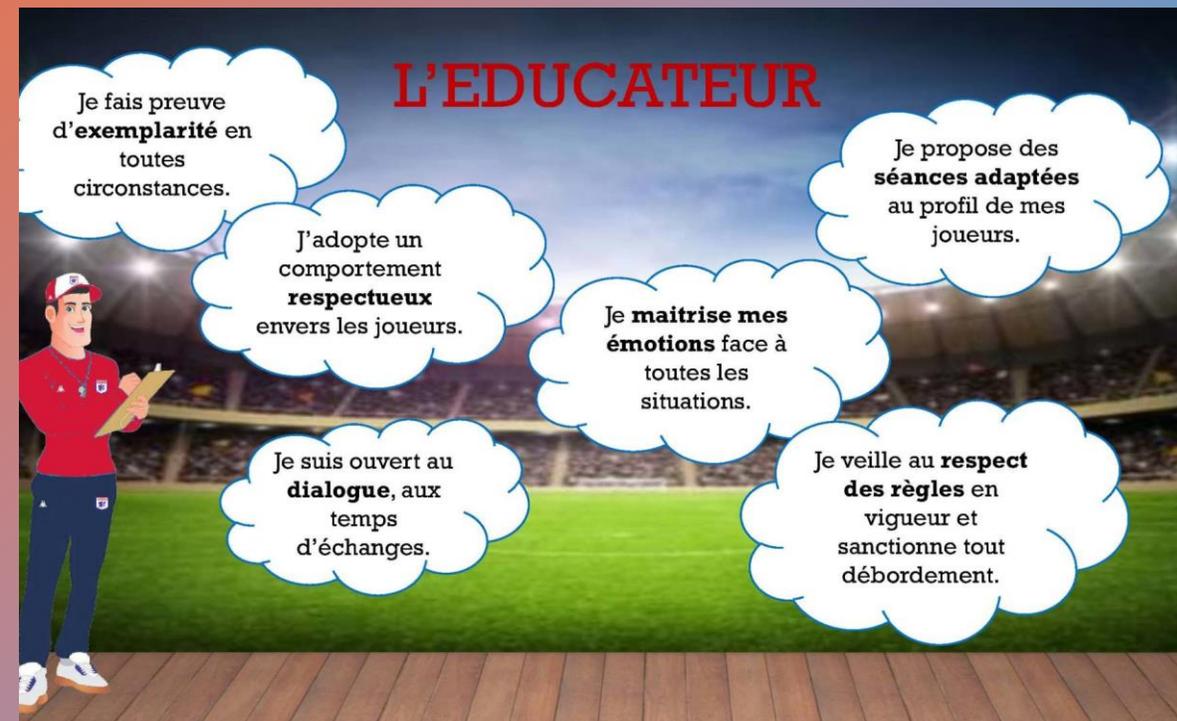
<b>Terrain foot à 4 ou à 3</b>	<p>Largeur : 20 mètres   Longueur : 28 mètres = Pratique : 4 c 4(U7) avec GB          Largeur : 20 mètres   Longueur : 21 mètres = Pratiques 3 c 3 (U6) avec GB          Surface de réparation = 7 mètres (nouveau 2022/2023)</p>		
<b>Buts</b>	4 m x 1,5 m (constri-foot) ou but spécifique FFF	<b>Ballon</b>	<b>Taille N°3</b>
<b>Nombre de joueurs</b>	4 c 4 (avec gardien) ou 3 c 3 (avec gardien) interdiction : 5 c 5 / 6 c 6... (1 à 2 remplaçants maxi)	<b>Le Tacle</b>	<b>Interdit - sanction :</b> Coups francs direct
<b>Remise en jeu sortie en touche</b>	<p><b>Remise en jeu effectuée au pied sur une passe au sol ou en conduite de balle adverse à 4 mètres - Possibilité de marquer directement en conduite</b></p>		
<b>Temps de jeu</b>	<b>50 min (discontinu) = 2 x 10' de jeu/défi technique + 3 x 10' de match</b>		
	Participation de tous les joueurs : tendre vers 100 % du temps de jeu <b>Tous les joueurs débutent au moins une fois une rencontre en tant que titulaires</b>		
<b>Hors-jeu</b>	<b>Non</b>	<b>Coup d'envoi</b>	<b>Interdit de marquer sur l'engagement</b> Adversaires à 4 mètres
<b>Arbitrage</b>	Encadrants des 2 équipes sur le côté. <b>Expliquer les décisions (apprentissage des lois du jeu)</b>	<b>Parents Ballon</b>	Alimenter le jeu en ballon lorsque ce dernier sort des limites du terrain
<b>Gardien de but</b>	<p><b>Obligation : Relance à la main ou au pied ballon posé au sol</b>  <b>Interdiction de relancer de volée ou ½ volée</b>          Le gardien peut se saisir du ballon à la main sur la passe volontaire d'un partenaire</p>		
<b>Relance Protégée (7 mètres)</b>	<p><b>Sur sortie de but (relance au pied ballon arrêté au sol dans la zone des 7 m et en amont de la ligne) et sur la relance du Gardien de but (GB) à la main,</b>  <b>les adversaires ont obligation de sortir de la zone de but, zone protégée (7 m).</b>          Ils pourront y pénétrer lorsque le ballon sera parvenu (touché) à un partenaire du GB ou aura franchi la zone protégée ou une ligne de touche.</p>		



# Education Intégrée

« L'éducateur.trice doit être un modèle pour les enfants, les jeunes d'aujourd'hui et de demain...  
L'éducateur.trice a une obligation d'exemplarité ! »

Direction Technique Nationale





# Le foot est une fête POUR et PAR tous



## « Ensemble soyons P.R.E.T.S »

### A faire vivre nos valeurs



## « APPRENDRE À ÊTRE ... ENSEMBLE »

# pour favoriser l'ACCUEIL EDUCATIF et combattre les INCIVILITES

