U10/U11

LE GUIDE DES PARENTS U10-U11

District de l'Essonne 91 FFF

Philosophie et objectifs

- PLAISIR
- *APPRENTISSAGE*
- *JEU*
- FAIRE JOUER TOUS LES ENFANTS

Organisation

- CRITERIUM CLASSIQUE
- CHALLENGE U10 ET U11
- TOURNOI ET JOURNEE FUTSAL

CHACUN SON RÔLE U10/U11

RÔLE DES ÉDUCATEURS, PARENTS ET ACCOMPAGNATEURS

Missions de l'encadrement :

L'encadrement d'un jeune joueur est composé d'un tryptique : l'éducateur, l'accompagnateur («le dirigeant ») et les parents.

Chacun d'entre eux a un rôle à tenir auprès des jeunes joueurs. Leurs missions doivent être COMPLEMENTAIRES et chacun doit rester dans son rôle.

	RÔLES DE L'ÉDUCATEUR	RÔLES DE L'ACCOMPAGNATEUR	RÔLES DES PARENTS
EN DEHORS DE LA PRATIQUE	> Participe aux réunions techniques du club > Prépare le calendrier des rencontres > Met en place les conditions d'entraînement (lieu, jour, horaires, stages…) > Met en œuvre une programmation > Intègre le Programme Educatif Fédéral dans son fonctionnement > Prévoit des animations extra-sportives > Assure le lien avec les parents (réunion, contact…) > Met en place la charte de vie avec les joueurs	> Prépare le déplacement et les conditions matérielles (licences, ballons, équipements, feuille de match, pharmacie, voitures…) > Conçoit le livret de l'équipe à destination des parents (coordonnées, entraînements, calendrier, charte de vie…) > Aide à la mise en place d'animations extra-sportives	> 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 du footballeur soit correctement préparé > Participe à la vie du club
A L'ENTRAÎNEMENT	> Prépare et anime la séance d'entraînement > Tient la fiche de présence > Fait le point sur l'organisation des rencontres du week-end (santé, absences, transport) > S'entretient avec les joueurs si besoin	> Ouvre et fermer les vestiaires > Accueille les joueurs > Aide à la préparation du matériel > Participe à l'animation de la séance si besoin > Surveille les joueurs	> Transporte son enfant > Assiste périodiquement à l'entraînement de son enfant
LE JOUR DE LA RENCONTRE (avant, pendant, après)	> Prépare la rencontre > Organise l'équipe et donne les consignes > Noue le contact avec l'adversaire et l'arbitre > Dirige l'équipe > Fait le bilan avec les joueurs > Précise le prochain rendez-vous > Tient la fiche de présence	> Distribue les équipements > Accueille l'adversaire et l'arbitre > Seconde l'éducateur dans son rôle (échauffement, remplaçants, pharmacie…) > Prépare la collation d'après-match à domicile	> Participe au transport des joueurs de l'équipe > Accueille les parents de l'autre équipe > Encourage tous les joueurs de l'équipe > Aide à la préparation de la collation

MIEUX LE CONNAÎTRE !

L'ENFANT EST ÂGÉ DE 9 ANS/10 ANS, EN CLASSE DE CM1/CM2

> Il est curieux,
> Il a une volonté d'apprendre,
> Il est altruiste : regard tourné vers les autres,
> Il a besoin de s'affirmer,
> Il est en capacité de raisonner sur des schémas collectifs simples,
> Il acquiert ses premières responsabilités.

« L'ENFANT SE CONSTRUIT AU CŒUR DU JEU »

L'ENFANT A BESOIN :

> **D'entretenir des relations avec la famille :**
Présenter et expliquer les notions d'objectifs, de règles et de modalités de pratique.

> **D'alterner des situations d'initiative individuelle et des situations collectives :**
Prendre en compte les différences de niveaux et ne pas délaisser les plus en difficulté.
L'éducateur doit prôner un football pour toutes et tous !

> **De privilégier vitesse et endurance :**
Poursuivre le travail de réactivité et de fréquence des appuis.

> **D'améliorer les notions de choix et d'intentions tactiques :**
Intégrer des règles d'action pour développer l'intelligence de jeu et inciter à la prise de décision.

> **D'optimiser sa psychomotricité avec et sans ballon :**
Mettre en place des enchaînements de tâches permettant l'amélioration de la maîtrise du corps.

« VALORISER ET METTRE EN CONFIANCE FAVORISE L'APPRENTISSAGE »

LES COMPÉTENCES SPORTIVES

U10/U11

TACTIQUE	TECHNIQUE	PSYCHOLOGIQUE	ATHLÉTIQUE
Être capable de			
Agrandir l'espace de jeu effectif en largeur et profondeur	Contrôler des ballons au sol pied droit, pied gauche et d'enchaîner par un autre geste.	Avoir un état d'esprit exemplaire	Développer la vitesse d'exécution
Jouer vers l'avant collectivement ou individuellement entre les lignes adverses	Frapper son ballon pied droit, pied gauche avec les différentes surfaces de contacts, notamment de l'intérieur du pied.	Rester concentré	Travailler la coordination, motricité.
Sécuriser et maîtriser la possession	Conduire pied droit pied gauche sans regarder le ballon	S'engager totalement	
Changer de rythme de jeu	Conserver le ballon en utilisant son corps	Avoir confiance en soi	
Garder le temps d'avance pour finir l'action	Marquer en un contre un avec le gardien	Être persévérant	
Être réactif à la perte du ballon empêcher l'adversaire de s'organiser	Enchaîner une conduite, une feinte et un dribble en rythme	Rester déterminé	
Se replacer sur l'axe ballon/but	Récupérer le ballon dans les pieds de l'adversaire		
Reformer le bloc équipe	Réaliser 25 contacts jonglerie pied droit ou pied gauche, 15 alternés et 10 têtes.		
Récupérer le ballon proche de son but			

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	Respecter le cadre de fonctionnement collectif	Prendre une douche après l'effort	Utiliser des transports éco-responsables	S'interdire toutes formes de discriminations	Connaître les méfaits du tabac
	Découvrir et assumer le rôle de capitaine	Prioriser le projet collectif	Trier ses déchets	Jouer sans tricher	Adapter son sommeil à l'activité
	Connaître les fautes à ne pas commettre	Respecter les adversaires	Partager sa connaissance du foot	Faire preuve de volonté de progresser	S'alimenter pour jouer
			Avoir l'esprit club	Respecter et comprendre les sanctions de l'arbitre	Porter les valeurs du foot
			Maîtriser la règle du hors-jeu	S'hydrater pour jouer	

LOIS DU JEU U10-U11

U10/U11

TERRAIN - BUTS - BALLONS	Voir espace de jeu Buts : 6 m x 2 m avec filets (cf.annexe) - Ballon taille 4
NOMBRE DE JOUEURS	8 joueurs (7 + 1 GB). Nombre de remplaçants 0 à 4 - minimum 6 joueurs Chaque joueur doit démarrer 1 période 3 U9 autorisés par équipe. Possibilité d'accueillir les U12 Féminines ☺ Possibilité de rencontres spécifiques féminine avec moins de 8 joueuses
ÉQUIPEMENTS	Maillots dans le short Chaussettes relevées en dessous des genoux Protège-tibias obligatoires « Tip top » doivent être placés sous les chaussettes
TEMPS DE JEU	Critérium classique : 2x25 min Challenge U10 ou U11 : en fonction du nombre d'équipes
COUP D'ENVOI	Interdit de marquer directement sur l'engagement Adversaires à 6 m
PRISE DE BALLE À LA MAIN DU GARDIEN SUR PASSE EN RETRAIT VOLONTAIRE D'UN PARTENAIRE	Interdit. Sinon CF Indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13 m Mur autorisé à 6 m
RELANCE DU GARDIEN	Pas de frappe de volée, ou de ½ volée Sinon CF indirect ramené perpendiculaire à la ligne des 13m
TOUCHE	À la main
COUPS FRANCS	Directs ou indirects (règles du football à 11) - mur à 6 m
COUP DE PIED DE COIN	Au point de corner
COUP DE PIED DE RÉPARATION	À 9 m

COUP DE PIED DE BUT

Lors d'un coup de pied de but, le ballon sera placé dans la zone virtuelle « 6m x 9m » (délimitée par la largeur des montants de but et allant jusqu'à la hauteur du point de penalty).

Comme au football à 11, les adversaires devront se trouver à l'extérieur de la surface de réparation (26x13m) jusqu'au botté du ballon. Les joueurs de l'équipe bénéficiant du coup de pied de but peuvent se trouver à n'importer quel endroit sur le terrain.

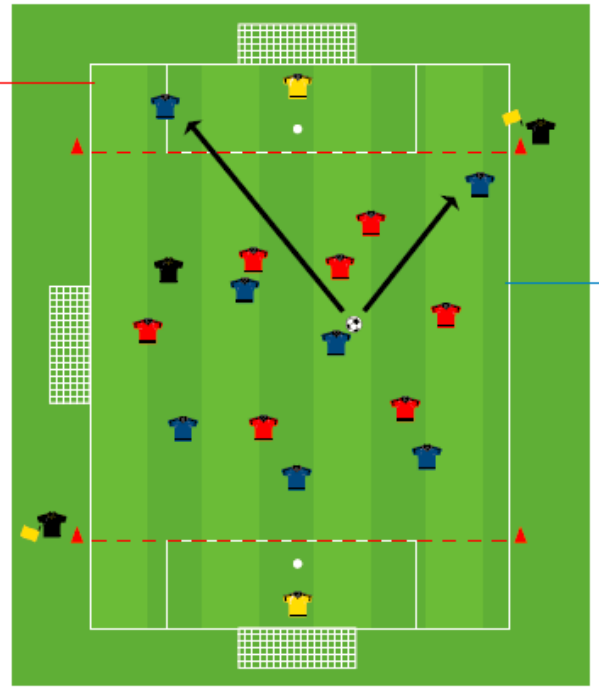
Après le botté du ballon, les adversaires ont la possibilité de pénétrer dans la surface de réparation même si celui-ci n'en est pas encore sorti.

FRANCE FFF

HORS JEU

HORS JEU

car je suis dans la zone des 13 mètres avec moins de deux joueurs entre le but et moi



PAS HORS JEU

car je ne suis pas dans la zone des 13 mètres

A partir de la ligne des 13 m sur la largeur complète du terrain.

> Le hors-jeu est jugé au départ du ballon.

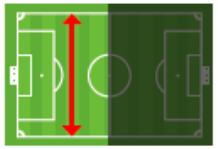
> Le receveur doit faire action de jeu.

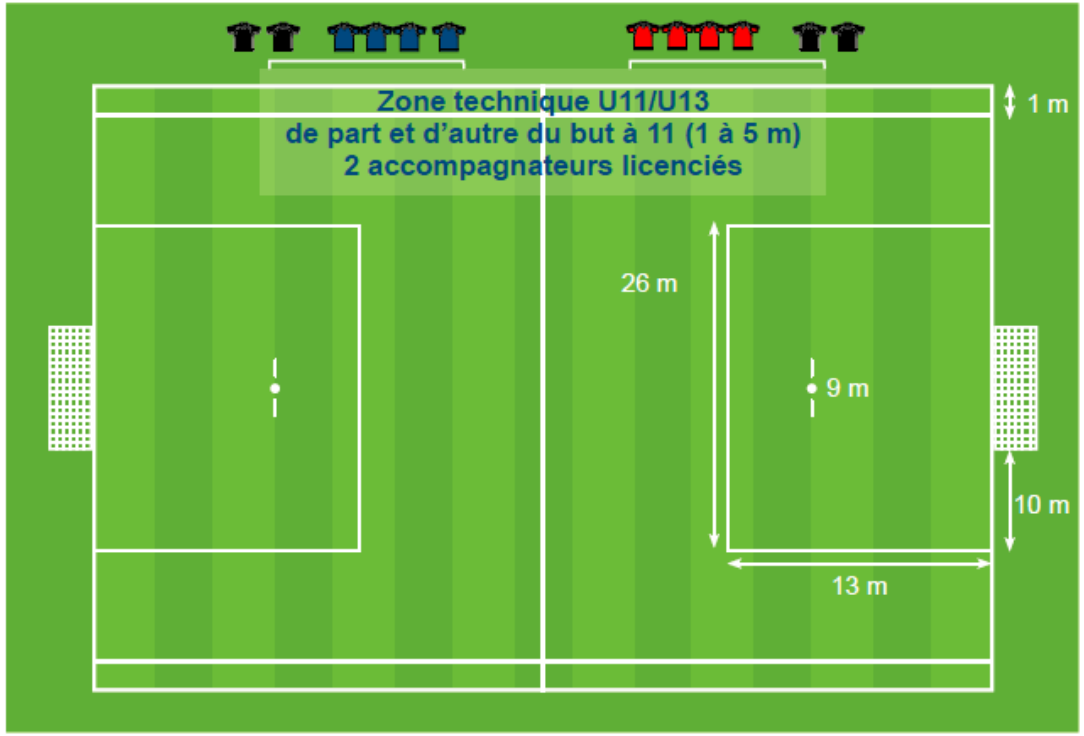
> Un joueur est en position de hors-jeu s'il est plus près de la ligne de but adverse que deux autres adversaires.

À noter : Pas de hors-jeu sur une touche ni sur une sortie de but.

ESPACES DE JEU

(1/2 terrain à 11)





COMMENT ORGANISER UN JOUR DE COUPE ?

ESPACES DE JEU

LOIS DU JEU

L’ORGANISATION DES RENCONTRES

U10/U11

CRITERIUM CLASSIQUE U10-U11

District de l'Essonne 91 FFF

Organisation

Protocole Fair-Play
Avant la rencontre

1 défi technique

RENCONTRE
2 x 25min

Protocole Fair-Play
Après la rencontre

PHILOSOPHIE ET OBJECTIFS DES RENCONTRES U10-U11

U10/U11

Permettre et garantir un temps de jeu égal à tous (tes),
Laisser jouer les enfants,
Accepter les erreurs et valoriser les réussites,
Inciter les enfants à prendre des initiatives,
Se servir de la rencontre comme d'un baromètre du progrès des enfants,
Impliquer les joueurs sur les différents postes,
Rappeler les apprentissages éducatifs et sportifs de la semaine

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs

PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT MATCH U10-U11

U10/U11

FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

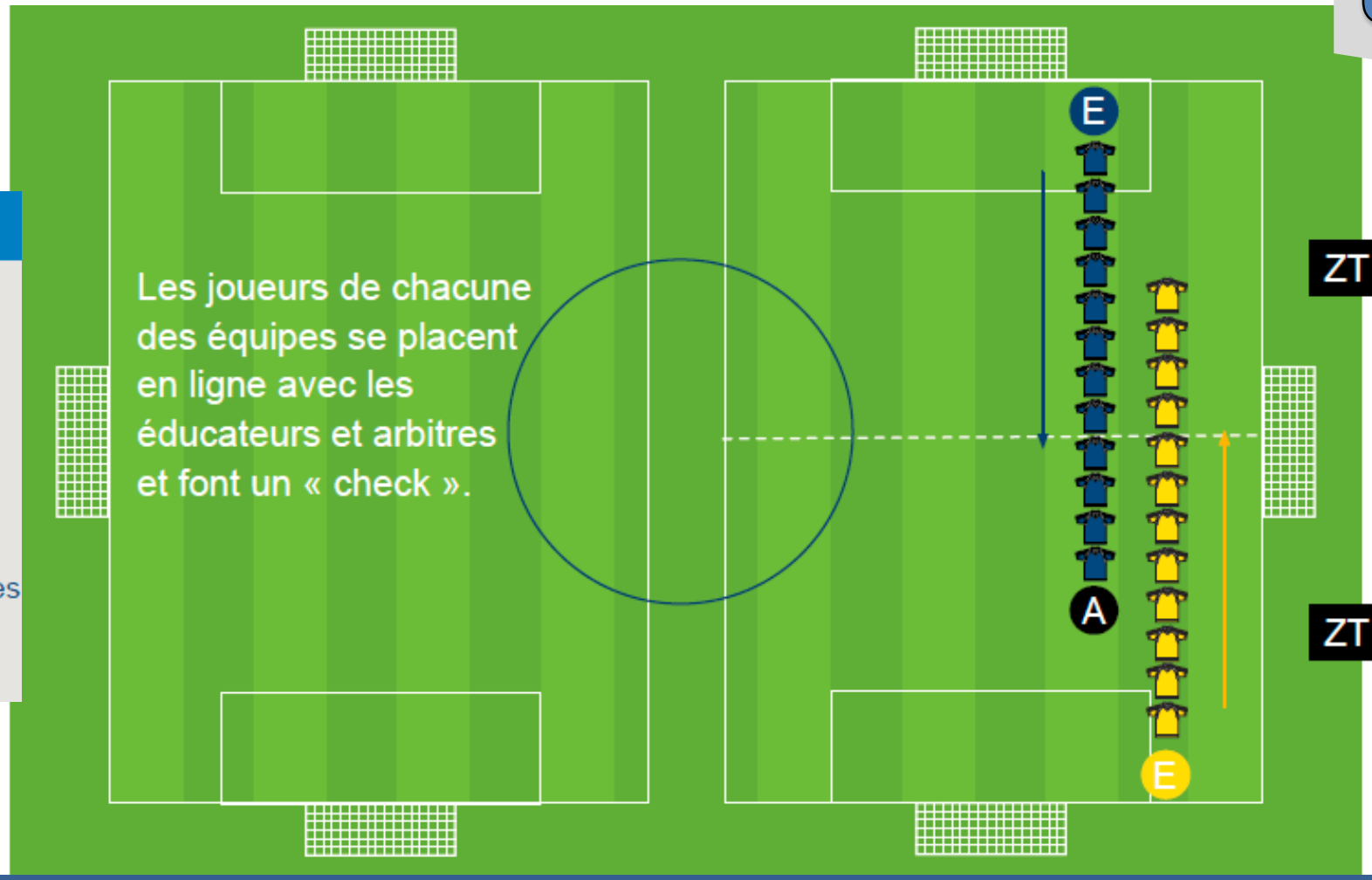
> Respecter les adversaires

> Développer et entretenir l'engagement sur le terrain

> Faire preuve de volonté de progresser

> Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques

> Jouer sans tricher



ZT : Zone Technique
A : Arbitre
E : Éducateur

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs

LE DÉFI TECHNIQUE D’AVANT MATCH

PREMIERE PHASE : DEFI JONGLERIE

U10/U11

A réaliser avant chaque rencontre, sous forme de défi:	Organisation :	Comptage des jonglages :
➢ 30 jonglages, pied libre ➢ reprise d'appuis obligatoire entre chaque jongle ➢ 2 essais (noter le meilleur score-MS) ➢ Une touche de rattrapage autorisée ➢ Départ libre	➢ 1 jeune face à 1 autre par numéro ➢ 1 ballon par binôme ➢ Répartition sur un espace suffisant pour mettre les joueurs dans le confort.	➢ Par le joueur en attente ➢ Résultats inscrits sur la feuille de rencontre par les éducateurs

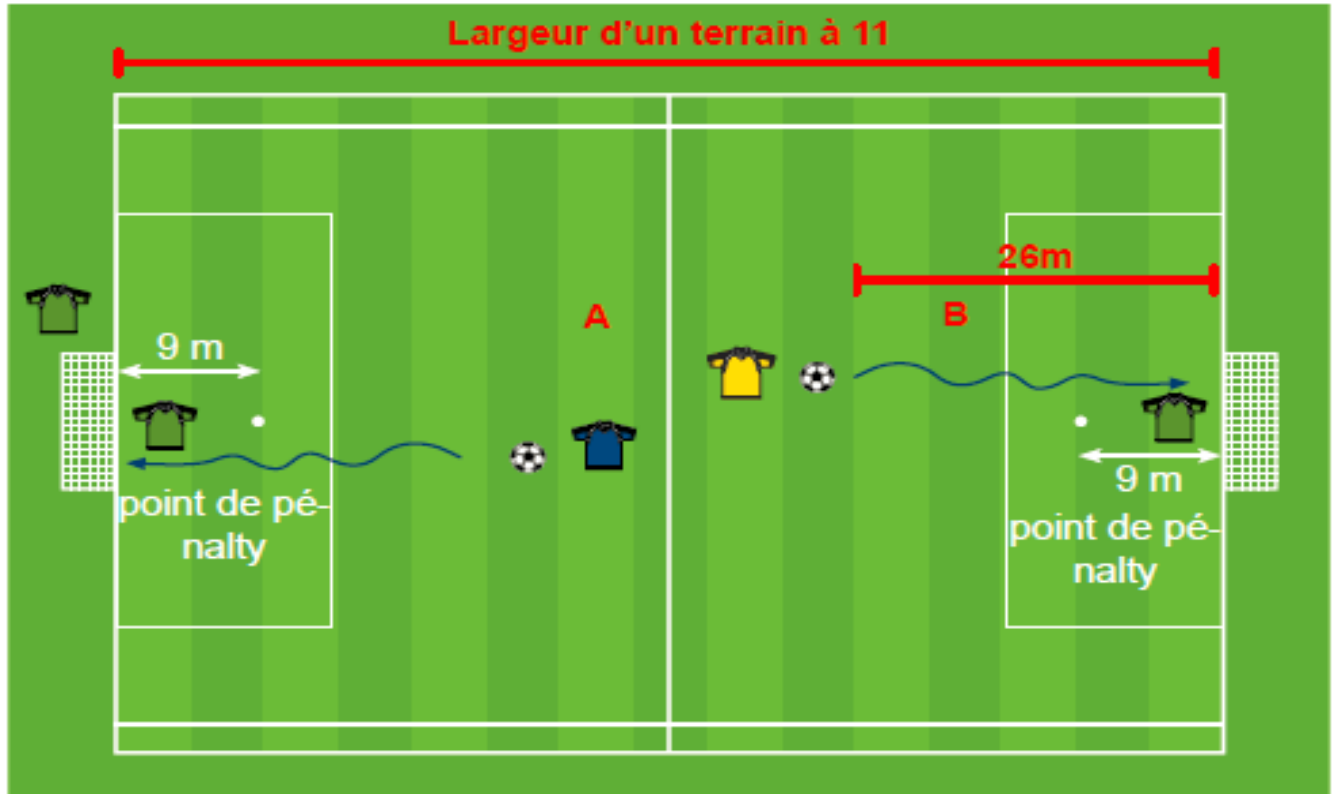
DÉFI TECHNIQUE OBLIGATOIRE A CHAQUE RENCONTRE

DEUXIEME PHASE : SHOOT OUT (1c1 AVEC LE GARDIEN)

U10/U11

Organisation :

- Départ simultané d'un joueur de chaque équipe vers le but adverse (départ à 26m du but)
- Le joueur a 6 secondes pour essayer de marquer, l'action se termine si le ballon sort du terrain, est capté par le gardien ou au bout de 6s (top donné par un des éducateurs)
- Si une équipe est en infériorité numérique, les joueurs supplémentaires passent seuls.
- Aucun joueur ne passe 2 fois.
- L'équipe qui marque le plus de buts remporte le défi.



DÉFI TECHNIQUE OBLIGATOIRE A CHAQUE RENCONTRE

PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRES MATCH U10-U11

U10/U11

FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

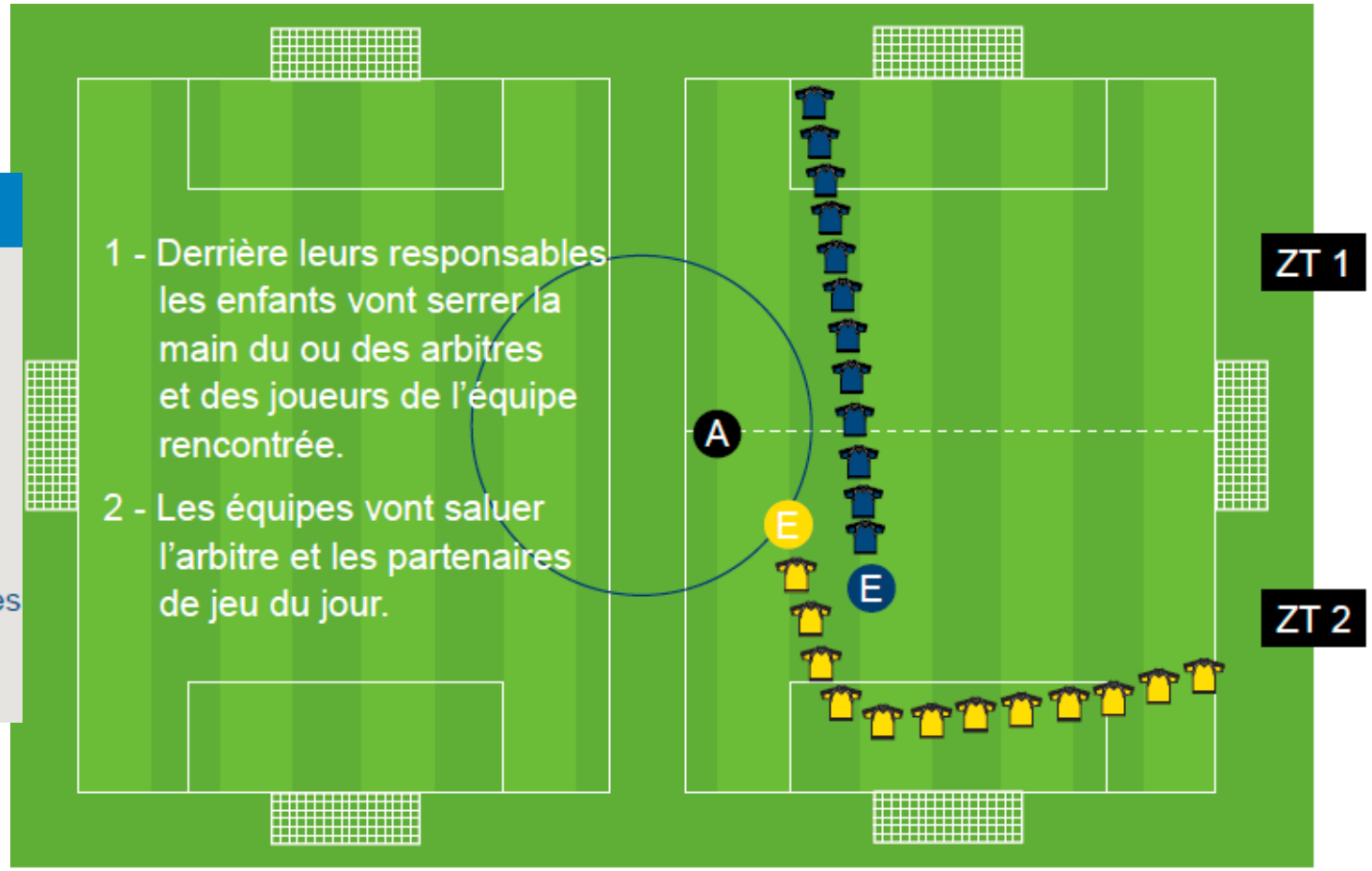
> Respecter les adversaires

> Développer et entretenir l'engagement sur le terrain

> Faire preuve de volonté de progresser

> Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques

> Jouer sans tricher



« HUMBLES ET RESPECTUEUX DANS LA VICTOIRE ET CALMES ET UNIS DANS LA DÉFAITE !! »

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs

U10/U11

CHALLENGE U10 ET CHALLENGE U11

District de l'Essonne 91 FFF

Organisation

Protocole Fair-Play
Avant la rencontre

1 défi technique

Rencontre :
Poule à 3 : 2 x 10 min
poule à 4 : 1 x 15 min
poule à 5 : 1 x 12 min

Protocole Fair-Play
Après la rencontre

PHILOSOPHIE ET OBJECTIFS DES RENCONTRES U10-U11

U10/U11

Permettre et garantir un temps de jeu égal à tous (tes),
Laisser jouer les enfants,
Accepter les erreurs et valoriser les réussites,
Inciter les enfants à prendre des initiatives,
Se servir de la rencontre comme d'un baromètre du progrès des enfants,
Impliquer les joueurs sur les différents postes,
Rappeler les apprentissages éducatifs et sportifs de la semaine

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs

PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT MATCH U10-U11

U10/U11

FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

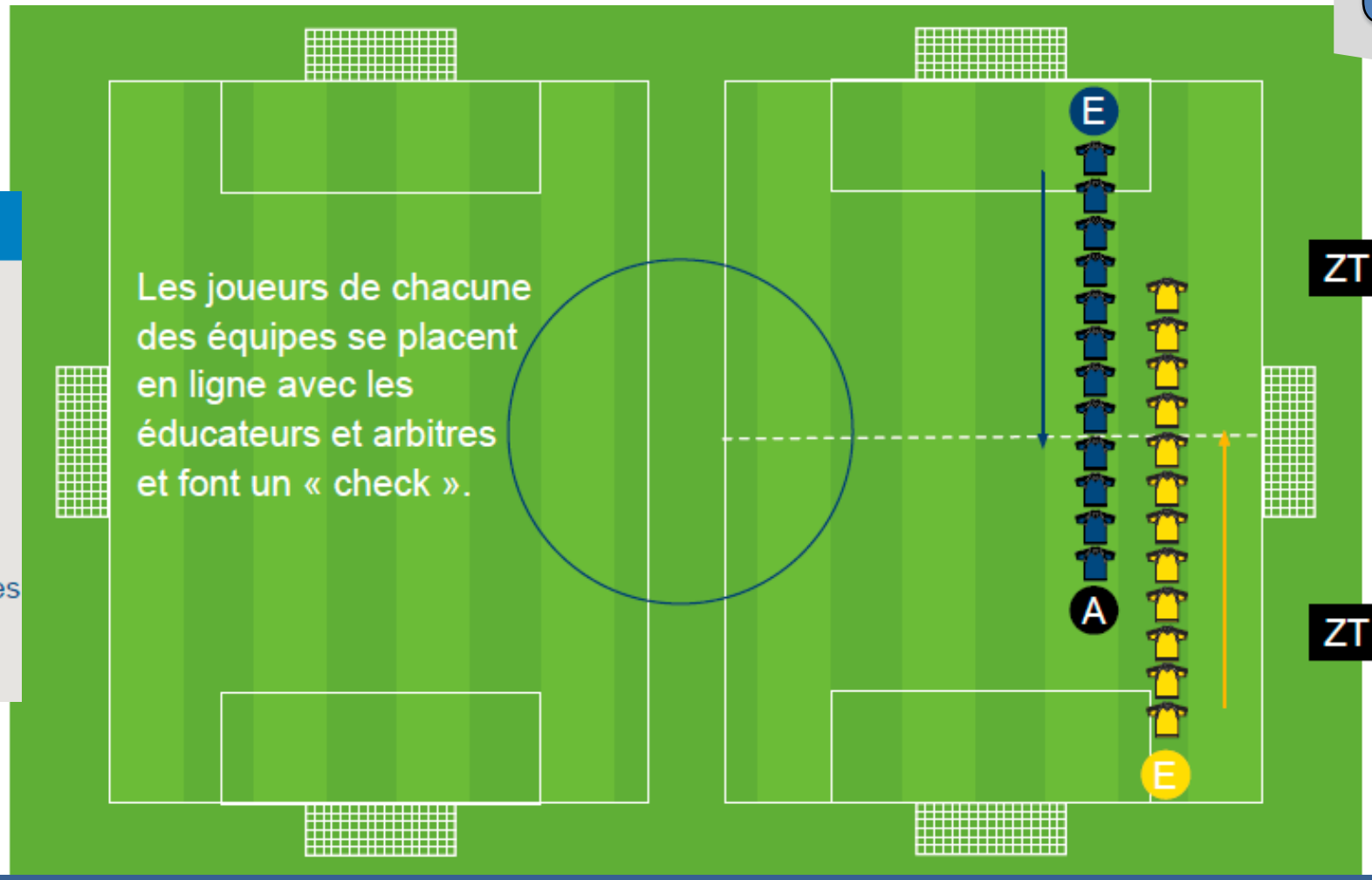
> Respecter les adversaires

> Développer et entretenir l'engagement sur le terrain

> Faire preuve de volonté de progresser

> Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques

> Jouer sans tricher



ZT : Zone Technique
A : Arbitre
E : Éducateur

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs

LE DÉFI JONGLERIE

Challenge U10 et U11: DÉFI JONGLERIE

U10/U11

A réaliser avant la première rencontre :	Organisation :	Comptage des jonglages :
➢ Pied : 30 jonglages, pied libre, reprise d'appuis obligatoire entre chaque jongle départ ballon au sol ➢ Tête : 30 jonglages, départ ballon à la main ➢ 2 essais ➢ Une touche de rattrapage autorisée	➢ 1 jeune face à 1 autre par numéro ➢ 1 ballon par binôme ➢ Répartition sur un espace suffisant pour mettre les joueurs dans le confort.	➢ Par le joueur en attente ➢ Résultats inscrits sur la feuille de jonglerie par les éducateurs

Le défi technique départage les équipes en cas d'égalité

PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRES MATCH U10-U11

U10/U11

FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

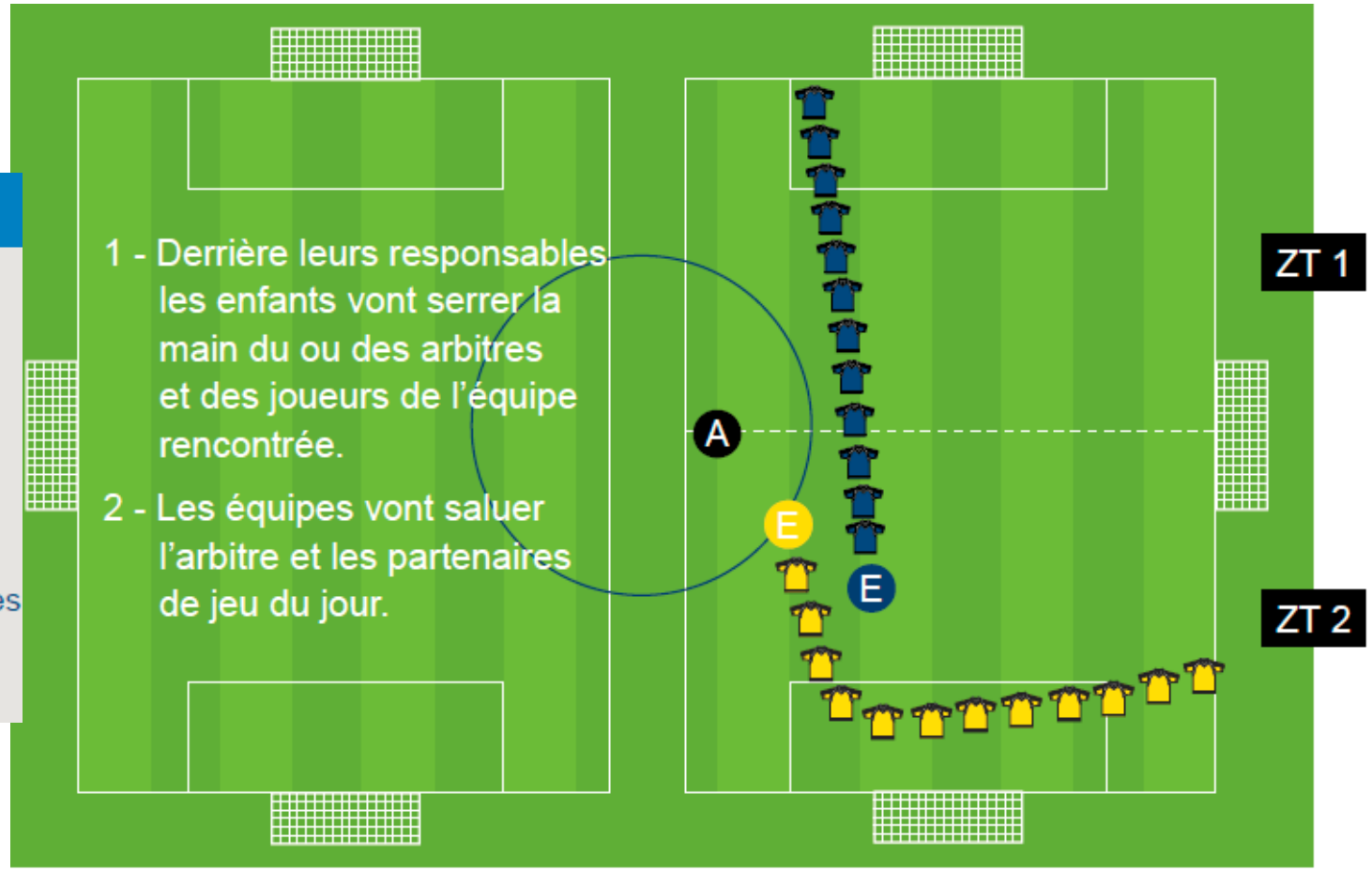
> Respecter les adversaires

> Développer et entretenir l'engagement sur le terrain

> Faire preuve de volonté de progresser

> Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques

> Jouer sans tricher



« HUMBLES ET RESPECTUEUX DANS LA VICTOIRE ET CALMES ET UNIS DANS LA DÉFAITE !! »

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs

FAIRE SON SAC DE FOOT

U10/U11

CONSEILS POUR LES PARENTS DE JEUNES FOOTBALLEURS

U6/U7

Je n'aime pas que tu dis à mon entraineur ce qu'il doit faire

MAMAN, PAPA, LAISSEZ-MOI JOUER !

Je n'aime pas que tu accuse mon équipe si nous perdons un match et que tu dis des gros mots si fort que je les entends depuis le terrain

Par contre, j'aime :

Vos encouragements pendant que je suis en train de jouer.

J'ai besoin de réconfort après une défaite

LES ENFANTS PRENNENT LA PAROLE !

Nous avons tellement honte de nos parents

Je n'aime pas que mes parents se disputent avec les parents de mes adversaires

Pour ta papa ♡

Dans mes yeux tu peux lire
ce qui me fait plaisir
sur mes lèvres tu peux lire
ce qui me fait sourire
et dans mon coeur
tu peux lire
ces mots qui veulent
dire
je t'aime

Dessins réalisés par le F.C Saint-Éloi dans le cadre du concours Foot Citoyen 2018-2019

MAMAN, PAPA, LAISSEZ-MOI JOUER !

Quand je participe à un match ou une compétition sportive, je n'aime pas que mes parents :

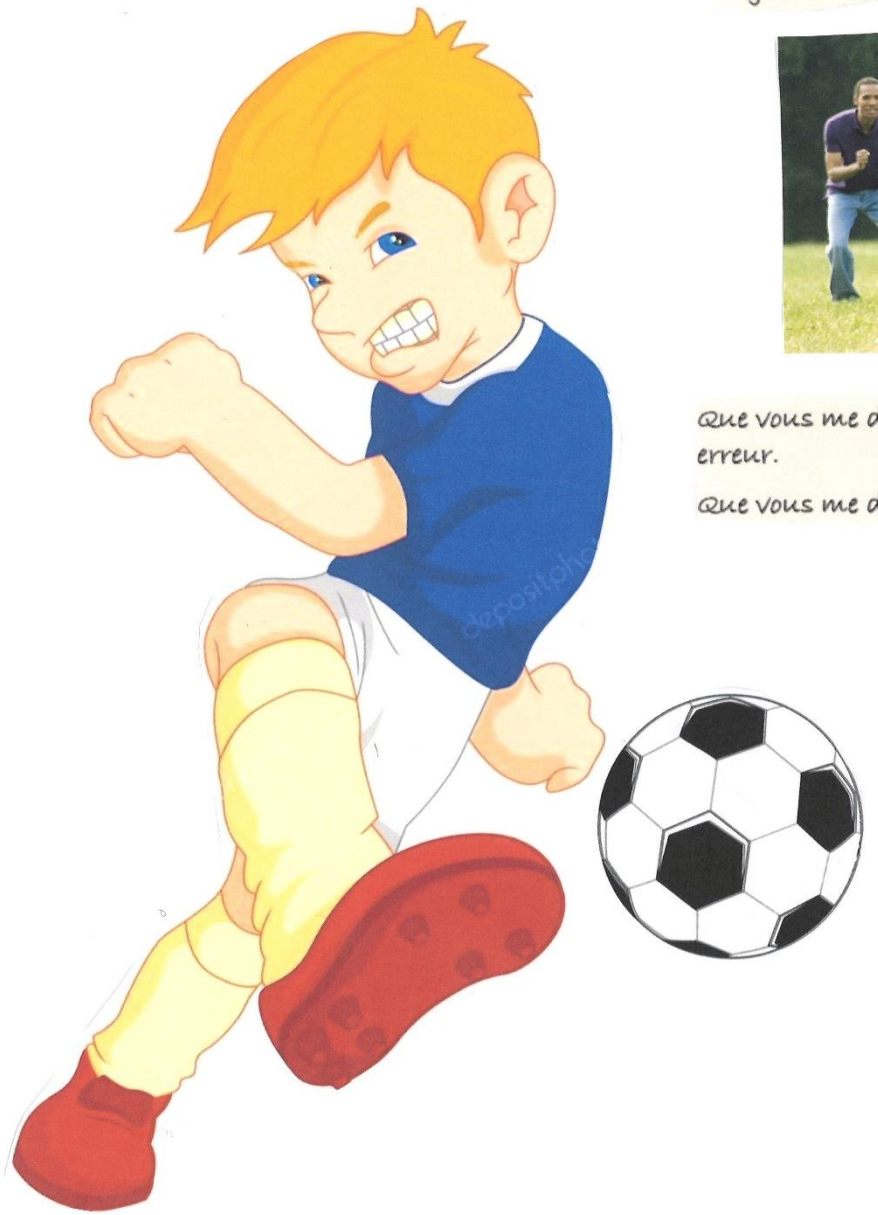
Me disent de tricher.

Disent des gros mots si fort que je les entends depuis le terrain.

Disent des choses méchantes à l'équipe adverse.

Entrent sur le terrain pendant le match.

Se disputent avec les parents de mes adversaires.



Par contre, j'aime :

Vos encouragements pendant que je suis en train de jouer.

Que vous me disiez « bien essayé ! » si je fais une erreur.

Que vous me disiez que j'ai fait du bon boulot !

Dessins réalisés par le F.C Saint-Éloi dans le cadre du concours Foot Citoyen 2018-2019

ET VOUS, QUEL PARENT ÊTES-VOUS?

Quel est votre ressenti lorsque votre enfant ne joue pas? **1**

A – Triste. Je suis très préoccupé(e) par la victoire ou la défaite de mon enfant
B – Humble. J'accepte que mon enfant soit aussi remplaçant
C – Neutre. J'ai beaucoup de mal à m'intéresser à sa discipline sportive
D – Colère. Mon enfant m'a déjà dit que je mon attitude l'embarrassait et que mes conseils le distrayaient

Encouragez-vous votre enfant lorsqu'il perd? **2**

A – Oui, mais lorsque mon enfant échoue, j'ai honte de lui mais également un peu de moi
B – Oui, j'encourage toujours mon enfant pendant les temps morts et avant/après la compétition
C – Non, pendant une compétition j'encourage peu, je suis distrait.
D – Non, mon enfant préfère que je ne vienne pas le voir en compétition

Savez-vous quelle activité précise pratique votre enfant? **3**

A – Peu importe. Si mon enfant fait du sport, c'est parce qu'il aime gagner des médailles et des trophées, dans n'importe quelle discipline.
B – Bien-sûr, je connais l'activité pratiqué par mon enfant et les règles du jeu
C – Oui, mais je ne connais pas les règles du jeu de l'activité qu'il pratique
D – Oui, je peux alors donner des conseils à mon enfant pendant l'entrainement ou la compétition

Êtes-vous pour que votre enfant pratique le sport en compétition? **4**

A – C'est une évidence, mon enfant a tout à fait le potentiel pour devenir sportif professionnel
B – Je laisse mon enfant décider s'il veut pratiquer sa discipline sportive en compétition
C – Comme il souhaite. Mais je n'ai pas le temps de participer aux déplacements collectifs organisés par le club, ni aux moments conviviaux de l'association.
D – Bien-sûr, le sport en compétition est obligatoire à la maison

Comparez-vous les autres enfants au votre? **5**

A – Bien-sûr, après un an de pratique, mon enfant joue déjà mieux que d'autres enfants plus expérimentés que lui
B – Non, ce qui compte c'est qu'il se sente bien dans l'équipe. Je lui transmet les valeurs du sport collectif, de respect et de fair-play
C – Non, je ne connais pas les partenaires de jeu, ni même l'entraineur de mon enfant
D – Oui, il m'arrive parfois également de donner des conseils et instructions aux entraineurs et arbitres

Acceptez-vous que votre enfant soit sous l'autorité de l'entraineur pendant la compétition ? **6**

A – Un peu. J'espère juste qu'il soit assez compétent pour que mon enfant aille plus loin que moi dans sa carrière sportive
B – Oui, je respecte les décisions prises par l'entraineur, et les arbitres
C – Tout à fait, j'assiste aux compétitions uniquement si mon enfant me le demande
D – Non, s'il se blesse, il m'arrive de rentrer immédiatement sur le terrain pour m'occuper de lui, sans prendre en compte l'avis de l'entraineur.

Analyse. Si vous avez une majorité de :

A : Parent Fanatique
B : Parent Supporter
C : Parent Absent
D : Parent Excité

NOTRE ADN

P — **PLAISIR**
Plaisir de jouer à tout âge et tout niveau

R — **RESPECT**
Respecter l'adversaire, l'arbitre, l'encadrement

Ê — **ENGAGEMENT**
Engagement du corps et du coeur

T — **TOLÉRANCE**
Exemplaire dans l'accueil de toutes les aptitudes

S — **SOLIDARITÉ**
Solidarité du football français et du sport d'équipe

FRANCE FFF

Tous « P.R.E.T.S. » pour la saison 2020/2021

District de l'Essonne 91 FFF

CONTACT DISTRICT :
DAMIEN ROY - *CTD DAP*

Tél: 01 60 84 93 23
Mail : footanimation@essonne.fff.fr