

REVUE



LE LIVRET DE L'ACCOMPAGNATEUR "FOOT EDUCATIF"

LE CALENDRIER DE LA SAISON

LA CONNAISSANCE DE L'ENFANT

LES COMPÉTENCES À DÉVELOPPER

RIRE-APPRENDRE-JOUER

Le plaisir de jouer !

EDITION
U8/U9

SOMMAIRE

Le calendrier de la saison.....	Page 4
La connaissance de l'enfant.....	Page 5
Les compétences à développer.....	Page 6
La politique éducatif fédérale.....	Page 7
Rôle des éducateurs, accompagnateurs et parents....	Page 8
Le plateau du samedi.....	Page 10
Les règles de jeu du Foot à 5 Evolution	Page 12
La séance en U8-U9.....	Page 14

Cette brochure est éditée pour les accompagnateurs de la catégorie « U8-U9 ». Elle doit constituer pour eux un outil de travail indispensable au bon encadrement des enfants de 7 et 8 ans.

L'accompagnateur y puisera des informations sur l'organisation de la saison, des connaissances sur les particularités des U8/U9 des outils pour l'organisation des plateaux du samedi et des séances d'entraînements.

L'accompagnateur y trouvera la philosophie de l'encadrement qui repose sur trois mots clefs : **RIRE - APPRENDRE - JOUER**

RIRE : *S'engager à avoir une posture qui soit favorable à l'épanouissement de l'enfant.*

APPRENDRE : *S'engager à proposer des séances d'entraînements et des plateaux structurés et adaptés aux U8-U9.*

JOUER : *S'engager à faire jouer tous les enfants 100% du temps de jeu.*



LE CALENDRIER DE LA SAISON

CALENDRIER
FOOTBALL EDUCATIF

DATES	2023-2024				Foot à 5	Foot à 5 Evolution	Foot à 4 Découverte
	U 13 D1 (u13/u12 et u13f/u12f)	U 13 F (u13f/u12 f)	U 11 (u11/u10 et u11f/u10f)	U 11 F (10f/u11f)			
02-sept	Interclubs/Journée Festive pour présenter l'Ecole de Foot et le programme de la saison						
09-sept	Interclubs/Journée Festive pour présenter l'Ecole de Foot et le programme de la saison						
16-sept	BRASSAGE 1	JOURNÉE 1	Rentrée du foot	JOURNÉE 1	Rentrée du foot		
23-sept	BRASSAGE 2	JOURNÉE 2	JOURNÉE 1	JOURNÉE 2	JOURNÉE 1		
30-sept	BRASSAGE 3	JOURNÉE 3	JOURNÉE 2	JOURNÉE 3	JOURNÉE 2		Rentrée du foot
07-oct	BRASSAGE 4	JOURNÉE 4	JOURNÉE 3	JOURNÉE 4	JOURNÉE 3		JOURNÉE 1
14-oct	BRASSAGE 5	JOURNÉE 5	JOURNÉE 4	JOURNÉE 5	JOURNÉE 4		JOURNÉE 2
11-nov	JOURNÉE 1	1er tr Pitch	JOURNÉE 1	JOURNÉE 1	JOURNÉE 3		JOURNÉE 3
18-nov	JOURNÉE 2	JOURNÉE 1	JOURNÉE 2	JOURNÉE 2	JOURNÉE 4		JOURNÉE 4
25-nov	JOURNÉE 3	JOURNÉE 2	JOURNÉE 3	JOURNÉE 3	JOURNÉE 5		JOURNÉE 5
02-déc	JOURNÉE 4	JOURNÉE 3	JOURNÉE 4	JOURNÉE 4	JOURNÉE 6		JOURNÉE 6
09-déc	JOURNÉE 5	JOURNÉE 4	JOURNÉE 5	JOURNÉE 5	JOURNÉE 7		Plateaux de Noël
16-déc	FUTSAL J1	JOURNÉE 5	JOURNÉE 5	JOURNÉE 5	JOURNÉE 8		Plateaux de Noël
13-Janv	FUTSAL J2	Manifestation clubs	Manifestation clubs	Manifestation clubs	Manifestation clubs		Manifestation clubs
20-Janv	JOURNÉE 6	JOURNÉE 6	JOURNÉE 6	JOURNÉE 6	JOURNÉE 1		JOURNÉE 1
27-Janv	JOURNÉE 7	JOURNÉE 7	JOURNÉE 7	JOURNÉE 7	Carnaval		Carnaval
03-févr	FUTSAL J3	JOURNÉE 8	JOURNÉE 8	JOURNÉE 8	JOURNÉE 2		JOURNÉE 2
10-févr	FUTSAL J4	JOURNÉE 8	JOURNÉE 8	JOURNÉE 8	JOURNÉE 3		JOURNÉE 3
17-févr	JOURNÉE 8	JOURNÉE 1	JOURNÉE 1	JOURNÉE 1	JOURNÉE 4		JOURNÉE 4
16-mars	2e tr Pitch	2e tr Pitch	JOURNÉE 2	JOURNÉE 2	JOURNÉE 5		JOURNÉE 5
23-mars	JOURNÉE 2	JOURNÉE 2	JOURNÉE 3	JOURNÉE 3	JOURNÉE 6		JOURNÉE 6
06-avr	FOOT A 11 J1	JOURNÉE 3	JOURNÉE 3	JOURNÉE 3	JOURNÉE 7		JOURNÉE 7
13-avr	FINALE DEPTAL PITCH	FINALE DEPTAL PITCH	JOURNÉE 4	JOURNÉE 4	JOURNÉE 8		JOURNÉE 8
04-mai	FOOT A 11 J2	JOURNÉE 4	JOURNÉE 4	JOURNÉE 4	JOURNÉE 9		JOURNÉE 9
11-mai	FINALE RGALE PITCH	FINALE RGALE PITCH	FINALE RGALE PITCH	JOURNÉE 5	JOURNÉE 10		JOURNÉE 10
18-mai	JOURNÉE 9	JOURNÉE 6	JOURNÉE 6	JOURNÉE 6	JOURNÉE 11		JOURNÉE 11
25-mai	JOURNÉE 10	JOURNÉE 7	JOURNÉE 7	JOURNÉE 7	JOURNÉE 12		JOURNÉE 12
01-juin	FOOT A 11 J3	JOURNÉE 8	FESTIVAL OU JOURNÉE 8	JOURNÉE 8	JOURNÉE 13		JOURNÉE 13
08-juin	FOOT A 11 J4	JOURNÉE 9	FESTIVAL OU JOURNÉE 8	JOURNÉE 8	JOURNÉE 14		JOURNÉE 14
15-juin	Beach Soccer				Journée Nationale des Débutants		Journée Nationale des Débutants

LE CALENDRIER DE LA SAISON

FOOT À 5 ÉVOLUTION

C'est quoi une réunion de secteur ?

C'est le moment où se réunissent les responsables des clubs pour définir ensemble le calendrier de la 1ère et 2ème phase. C'est lors de ces réunions que sont données les feuilles de rencontre pour l'organisation des plateaux.

Les dates : le 19, 20 et 21 septembre 2023 et Février 2024

C'est quoi un plateau ?

C'est ce qui désigne les rencontres du samedi pour les U8/U9. Des équipes de plusieurs clubs se retrouvent sur un même terrain. Les enfants jouent au ballon-magique, à des matchs 5 contre 5. Pour la saison 2023-2024, le District Oise Football met en place, deux niveaux de pratique afin de répondre au mieux aux possibilités des enfants et de leurs évolutions.



LE CALENDRIER DE LA SAISON

C'est quoi « la rentrée du foot » et « la journée nationale des débutants » ?

Ce sont deux manifestations organisées par la Fédération Française de Football pour baliser la saison.

La rentrée du foot marque le lancement de la saison avec un rassemblement par secteur. Elle a pour objectif de montrer comment fonctionne un plateau U8-U9. C'est le moment pour les clubs de prévoir en même temps une réunion avec les parents pour présenter le fonctionnement de la catégorie avec ses droits et devoirs

La journée nationale ponctue l'année footballistique lors d'un grand rassemblement départemental.

Les dates : Samedi 23 septembre 2023 pour la rentrée du foot U8-U9
Samedi 8 juin 2024 pour la JND

BRAVO À TOUS



LA CONNAISSANCE DE L'ENFANT

FOOT À 5 ÉVOLUTION

Age : 7 et 8 ans (enfants nés en 2015 et 2016)

Sexe : Fille et Garçon

Classe : C.E.1 et C.E.2

Caractéristiques et incidences pédagogiques

Au plan morphologique :

Peu ou pas de différence entre fille et garçon.

- Accepter et encourager la mixité

Os non consolidés, cartilage de croissance avec fragilité des zones d'insertion musculaire, hyper laxité articulaire et ligamentaire naturelle :

- Ne proposer aucune activité en surcharge mécanique.

Faible régulation thermique, se fatigue vite...mais récupère vite :

- Respecter l'activité fractionnée

Mauvaise coordination générale et maîtrise difficile du ballon :

- Développer toutes les formes de motricité de base

- Privilégier les parcours de motricité d'évolution

Mauvaise perception de l'espace et du temps

- Délimiter toujours les espaces de jeu



LA CONNAISSANCE DE L'ENFANT

FOOT À 5 ÉVOLUTION

Sur le plan psychologique

Appropriation des personnes, des objets, très égocentrique

- Individualiser la relation dans le groupe

Le jeu est son centre d'intérêt

- Proposer des situations ludiques et variées

Notion de copain peu développée, début d'une attirance sociale

- Proposer des activités de coopération pour stimuler l'intégration de l'autre avec confiance

Attention peu soutenue et de courte durée

- Privilégier les séquences courtes

Tout début d'une capacité d'analyse, il agit sur un mode intuitif et affectif

- Inciter l'enfant à explorer librement et à s'adapter aux situations proposées
- Privilégier l'action à l'explication
- Inciter l'enfant à parler de son action

Passage de l'activité isolée à l'activité collective

- Privilégier une pédagogie active
- Montrer et laisser réaliser

Besoin d'affection incluant une relation directe

- Accorder de l'attention à chaque enfant

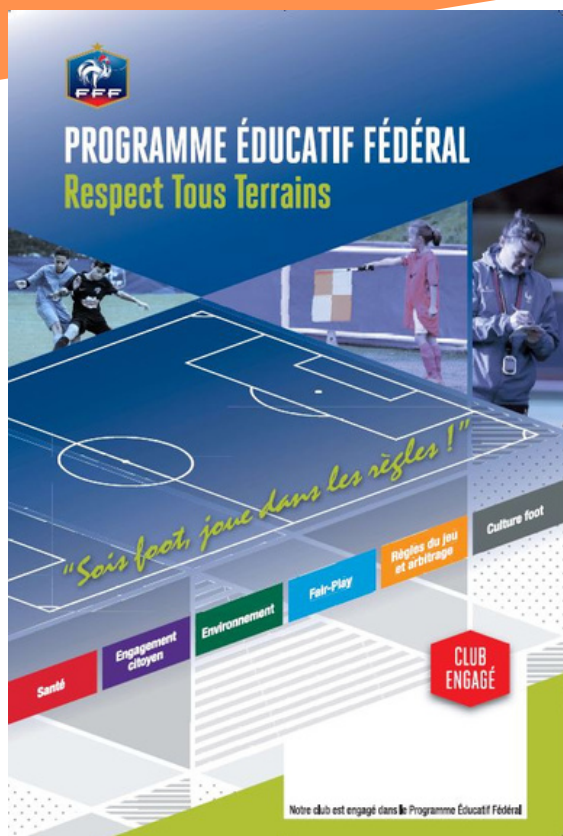


LES COMPETENCES A DEVELOPPER

LES COMPETENCES SPORTIVES			
JEU	TECHNIQUE	COMPORTEMENT	MOTRICITE
Être capable de			
Agrandir l'espace de jeu effectif	Contrôler des ballons au sol et d'enchaîner par un autre geste	Avoir un état d'esprit exemplaire	Travailler la vitesse de réaction et gestuelle
Sécuriser et maîtriser la possession	Frapper son ballon avec l'intérieur du pied	Rester concentré	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	<u>E</u> tre persévérant	Maîtriser les différents déplacement et rythmes
Se replacer sur l'axe ballon/but	Tirer pour marquer	Avoir en confiance en soi	
Réformer le bloc équipe	Récupérer le ballon	S'engager totalement	
	Réaliser 10 contacts jonglerie pied gauche ou pied droit, 10 alternés, et 4 contacts de la tête		

LES COMPETENCES EDUCATIVES					
Périodes	Septembre /Octobre	Novembre /Décembre	Janvier/février	Mars/Avril	Mai/Juin
Valeurs de la FFF	PLAISIR	RESPECT	ENGAGEMENT	TOLERANCE	SOLIDARITE
COMPETENCES	Faire son sac et bien s'équiper	Economiser l'eau	Réduire sa consommation d'énergie	S'enrichir de la diversité au sein de son 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 football

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL



La Fédération Française de Football met en place une politique éducative fédérale afin de promouvoir les valeurs éducatives du football. Elle porte sur deux aspects, les règles de vie qui portent sur le bon comportement sur et en dehors du terrain, et les règles du jeu qui permettent à l'enfant de mieux connaître les règles du football pour une meilleure compréhension de son sport.

Retrouver ci-joint des exemples d'objectif à atteindre pour les catégories U8/U9.

LES REGLES DU JEU		
FAIR-PLAY	REGLES DU JEU ET ARBITRAGE	CULTURE FOOT
<p>Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu</p> <ul style="list-style-type: none"> - Respecter ses partenaires et son éducateur. - Respecter l'adversaire. - Savoir encourager son équipe respectant les autres. 	<p>Connaître les fautes à ne pas commettre</p> <ul style="list-style-type: none"> - Connaître les règles essentielles du jeu. 	<p>Conduire l'enfant à connaître l'histoire et l'actualité de son club et du football.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Partager sa connaissance du football. - Connaître les valeurs de son club.

LES REGLES DE VIE		
SANTÉ	ENGAGEMENT CITOYEN	ENVIRONNEMENT
<p>Apprendre à préserver le capital santé</p> <ul style="list-style-type: none"> - Faire son sac et bien s'équiper - L'hydratation 	<p>Faire adopter un comportement exemplaire</p> <ul style="list-style-type: none"> - Saluer les personnes de son environnement. - Connaître les codes de politesse et s'assurer qu'ils sont respectés. - S'enrichir de la diversité au sein de l'équipe. - Faire du club un lieu de convivialité et de solidarité. 	<p>Inciter à l'utilisation des transports verts.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Economiser l'eau - Réduire sa consommation d'énergie. - Sensibiliser au tri des déchets. - Identifier la nature des déchets.

Vous pouvez vous inscrire au Programme Éducatif Fédéral en suivant la démarche suivante sur Footclubs : Onglet Organisation à Identité club à Codé la case « demandé » face à la ligne « engagement dans l'application du programme éducatif fédéral.

Une fois inscrit, votre demande sera validée par le district. Et vous recevrez en échange le classeur du Programme Éducatif Fédéral, un poster et les incollables du foot.

RÔLE DES EDUCATEURS, ACCOMPAGNATEURS ET PARENTS

LE LIVRET
U8/U9

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

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

LE RÔLE DE L'ÉDUCATEUR

En dehors de la pratique

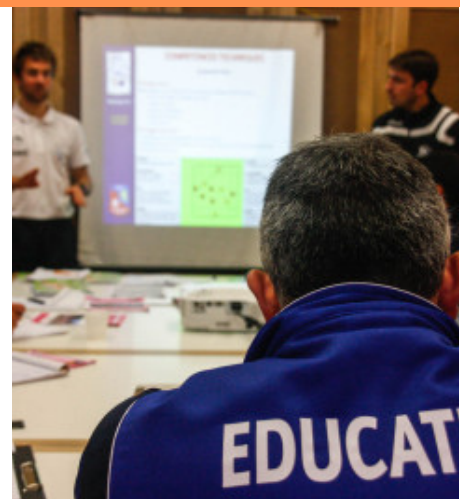
- Participe aux réunions techniques du club
- Prépare le calendrier des rencontres
- Met en place les conditions d'entraînement (lieu, jour, horaires, stages...)
- Met en œuvre une programmation
- Intègre le Programme Educatif Fédéral dans son fonctionnement
- Prévoit des animations extra-sportives
- Assure le lien avec les parents (réunion, contact...)

A l'entraînement

- Prépare et anime la séance d'entraînement
- Tient à jour la fiche de présence
- Fait le point sur l'organisation des rencontres du week end
- S'entretient avec le joueur si besoin

Le jour de la rencontre (Avant, pendant, après)

- Prépare la rencontre
- Organise l'équipe ou les équipes et donne les consignes
- Notifie le contact avec l'adversaire et l'arbitre
- Laisse jouer les enfants et donne le même de jeu à tous
- Fait un bilan rapide avec les joueurs
- Précise le prochain rendez-vous
- Tient la fiche de présence à jour.



RÔLE DES EDUCATEURS, ACCOMPAGNATEURS ET PARENTS

LE LIVRET
U8/U9

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

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

LE ROLE DE L'ACCOMPAGNATEUR

En dehors de la pratique

- Prépare le déplacement et les conditions matérielles (licences, ballons, équipements, feuille de match...)
- 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.

A l'entraînement

- Ouvre et ferme les vestiaires
- Accueille les joueurs
- Aide à la préparation du matériel
- Participe à l'animation de la séance si besoin

Le jour de la rencontre (Avant, pendant, après)

- Distribue les équipements
- Accueille les équipes adverses
- Seconde l'éducateur dans son rôle
- Prépare le goûter



RÔLE DES EDUCATEURS, ACCOMPAGNATEURS ET PARENTS

LE LIVRET
U8/U9

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

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

LE ROLE 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 du footballeur soit correctement préparé
- Participe à la vie du club

A l'entraînement

- Transporte son enfant
- Assiste périodiquement à l'entraînement de son enfant.

Le jour de la rencontre (Avant, pendant, après)

- Participe au transport des joueurs de l'équipe
- Accueille les parents des autres équipes
- Encourage tous les joueurs de l'équipe
- Aide à la préparation de la collation



ETAT D'ESPRIT DES EDUCATEURS ET ACCOMPAGNATEURS

ES-TU **P.R.E.T.S** A FAIRE JOUER TOUS LES ENFANTS ??

Plaisir

Respect

Engagement

Tolérance

Solidarité

TU AS LE DROIT...

TU AS LE DEVOIR...

1) D'accueillir les enfants au football

1) D'être bienveillant et souriant

2) D'entraîner les enfants

2) D'être organisé et d'animer la séance

3) D'accompagner les enfants

3) De laisser jouer et d'encourager tous les enfants, sans discrimination, lors des séances et du plateau

4) D'éduquer les enfants

4) D'inculquer des valeurs

*Le même temps de jeu pour tous :
Un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs.*



POSTURE DES EDUCATEURS, ACCOMPAGNATEURS LORS DES PLATEAUX

LE LIVRET
U8/U9

Avoir une posture qui corresponde à la philosophie des plateaux en U8 U9

P
L
A
I
S
I
R

Permettre et garantir un temps de jeu égal à tous(tes)

Laisser jouer les enfants

Accueillir les erreurs et valoriser les réussites

Inciter les enfants à prendre des initiatives

Se servir de la rencontre comme un baromètre du progrès des enfants

Impliquer les joueurs sur différents postes

Rappeler les apprentissages sportifs et éducatifs de la semaine



LE PLATEAU DU SAMEDI

L'ESPRIT

- . Rassembler plusieurs clubs d'un même secteur
- . Instaurer et préserver un esprit festif
- . Alternier matches et jeux afin de répondre aux besoins des enfants

L'AVANT

- . Préparer, avec l'aide des parents, 4 terrains de 5 c 5, avec chacun une partie de terrain "bleu" et une partie de terrain "rouge".
- . Désigner un responsable de plateau qui aura pour rôle de gérer les rotations.
- . Prévoir les parents ballon
- . Préparer le goûter en demandant aux parents de venir avec des gâteaux.

LE PENDANT

- . S'assurer du nombre d'équipes présentes.
- . Il réunit les accompagnateurs et les enfants présents et leurs explique le fonctionnement de l'après-midi.
- . Il lance la première rotation et régule le temps de jeu.
- . A chaque fin de rotation l'équipe sur le terrain bleu reste sur le terrain, l'équipe sur le terrain rouge tourne dans le sens des aiguilles d'une montre.

L'APRÈS

- . Regrouper les enfants et leurs accompagnateurs pour faire un bilan.
- . Offrir le goûter.
- . Remplir collégalement la feuille de plateau.

PLATEAUX



LES RÈGLES DU JEU



LES RÈGLES DU JEU DU FOOT À 5 ÉVOLUTION



Dimension du terrain : 35 x 25 m

Dimension du but : 4 x 1.5 m.

Une ligne de surface de réparation est délimitée à 8 m du but.



L'équipe se compose de 5 joueurs dont le gardien.

La licence est obligatoire.



Le ballon est de taille n°4

Le port des protège-tibias est obligatoire

L'arbitrage se fait à l'extérieur du terrain.



La durée des rotations : 10' minutes maximum.

Il n'y a pas de hors-jeu.

Les coups francs sont directs. L'adversaire doit se trouver à 4 m.

Les rentrées de touches se font par une passe ou par une conduite de balle.



La relance du gardien est protégée dans la zone des 8 m, les adversaires doivent se trouver en dehors de cette zone. Seuls les partenaires du gardien peuvent rentrer dans la zone pour recevoir le ballon. Les adversaires peuvent rentrer dans la zone, une fois qu'un partenaire du gardien a contrôlé le ballon. La relance de volée ou de ½ volée est interdite.



Zones éducateurs : délimitez une zone pour repérer l'emplacement de l'éducateur et des joueurs remplaçants.

Les parents ballons : placez les parents avec un ballon autour du terrain pour alimenter le match.

RECOMMANDATIONS:

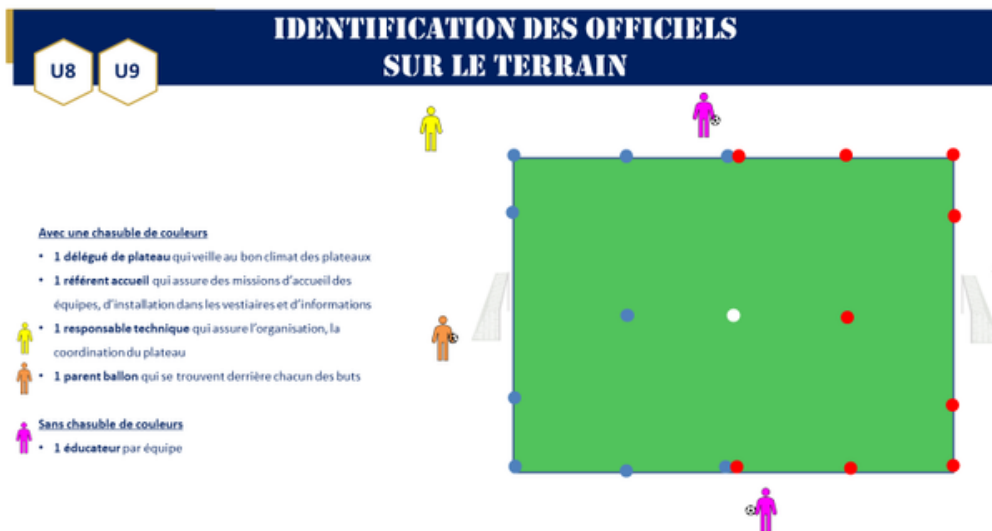
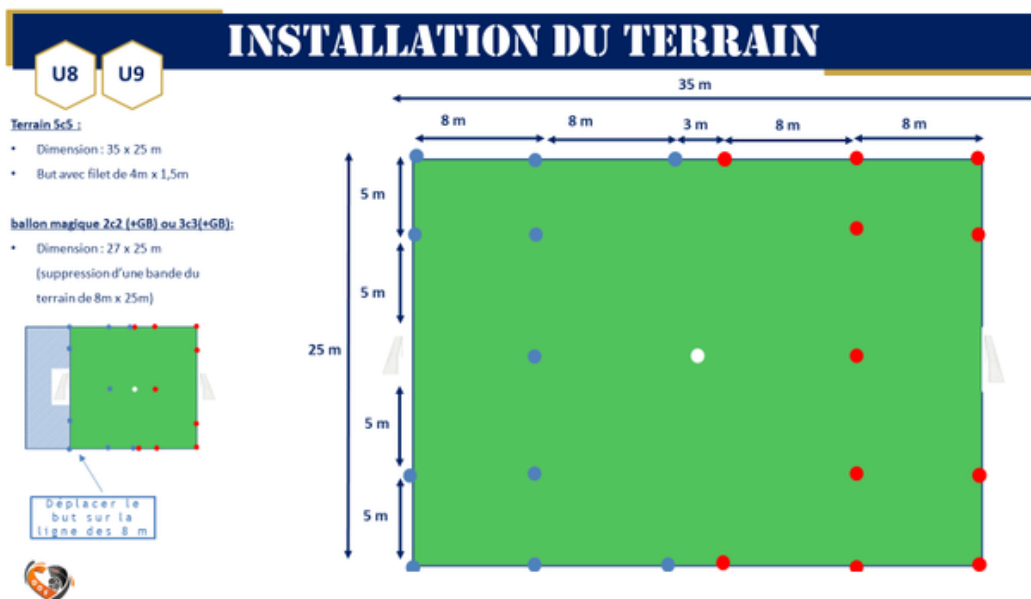


Le prêt de joueur entre club pour compléter des équipes ou constituer des ententes, est fortement incité afin d'augmenter le temps de jeu de chaque enfant.



LE PLATEAU

L'ORGANISATION



Direction Technique Nationale - La pratique U6-U7 - Saison 2022-2023

PERFORMANCES
2024

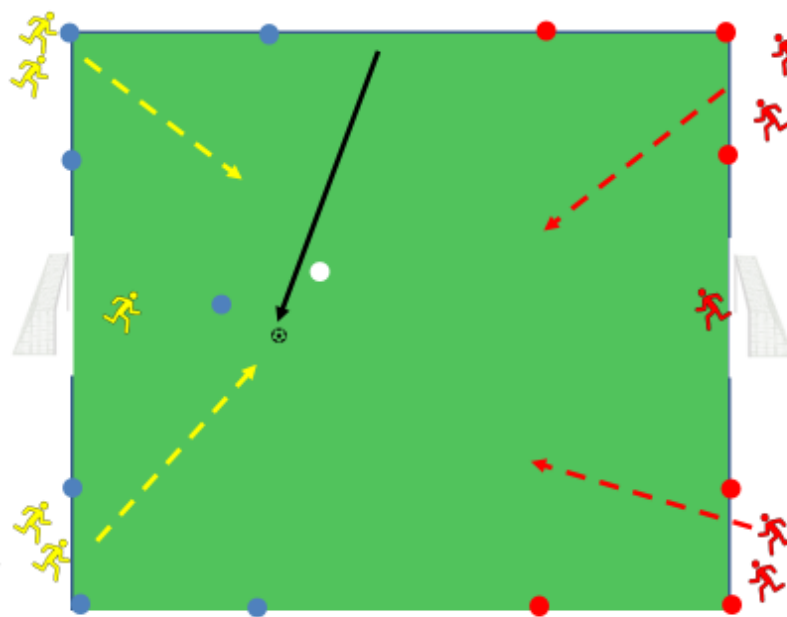


U8

U9

LE BALLON MAGIQUE – 3 CONTRE 3

OPTIMISATION DES TEMPS D'ACTIVITÉ ET DES CONTENUS PROPOSÉS



GRANDS PRINCIPES

- Educateur équipe 1 (E1) transmet le ballon à un des deux joueurs rouge ou jaune (passe dans les pieds du joueur).
- L'équipe ayant le ballon doit aller marquer dans le but adverse en éliminant son adversaire.
 - Si l'adversaire récupère le ballon, il tente de marquer à son tour.
 - Si le ballon est récupéré par le GB; relance à son partenaire.
 - Si le ballon sort en touche ou en sortie de but, E1 injecte un 2^{ème} ballon en criant « Ballon magique ». Les joueurs se disputent alors ce ballon.
 - A la fin de la séquence, les enfants quittent le terrain par les portes latérales et on recommence avec 4 autres.

CONSEILS pour E1 :

- Ne pas dépasser 30 secondes de jeu (1 à 2 ballons)
- Ne pas donner le ballon toujours à la même équipe
- Sur le ballon magique, donner correctement le ballon (à la main ou aux pieds) pour favoriser le contrôle de la part des enfants.
- Essayer de donner le ballon à un joueur/joueuse l'ayant eu le moins souvent.

ROLE DE E2 :

- Conseille, guide les joueurs
- Contrôle le temps de la séquence
- Au bout de 4 passages, changer les GB



LE BALLON MAGIQUE – 4 CONTRE 4

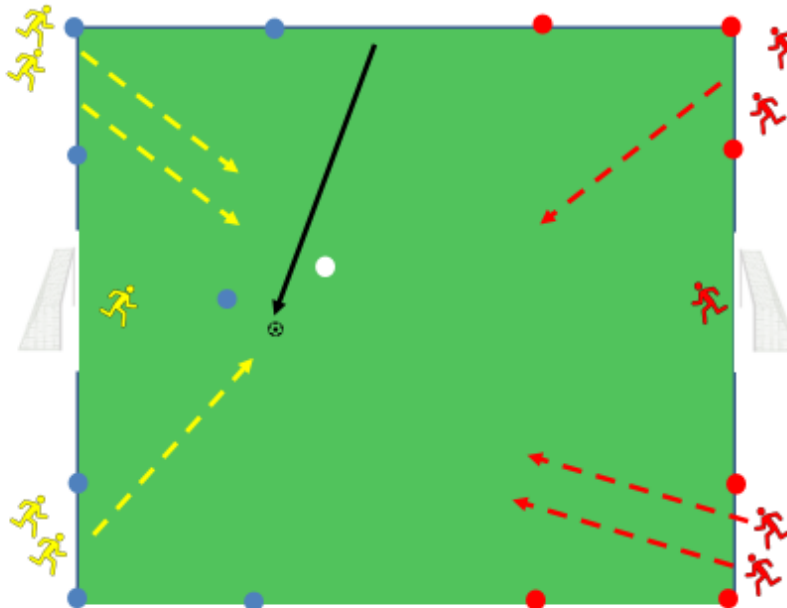
U8

U9

OPTIMISATION DES TEMPS D'ACTIVITÉ ET DES CONTENUS PROPOSÉS

GRANDS PRINCIPES

- Educateur équipe 1 (E1) transmet le ballon à un des deux joueurs rouge ou jaune (passe dans les pieds du joueur).
- L'équipe ayant le ballon doit aller marquer dans le but adverse en éliminant son adversaire.
 - Si l'adversaire récupère le ballon, il tente de marquer à son tour.
 - Si le ballon est récupéré par le GB; relance à son partenaire.
 - Si le ballon sort en touche ou en sortie de but, E1 injecte un 2^{ème} ballon en criant « Ballon magique ». Les joueurs se disputent alors ce ballon.
 - A la fin de la séquence, les enfants quittent le terrain par les portes latérales et on recommence avec 4 autres.



CONSEILS pour E1 :

- Ne pas dépasser 30 secondes de jeu (1 à 2 ballons)
- Ne pas donner le ballon toujours à la même équipe
- Sur le ballon magique, donner correctement le ballon (à la main ou aux pieds) pour favoriser le contrôle de la part des enfants.
- Essayer de donner le ballon à un joueur/joueuse l'ayant eu le moins souvent.

ROLE DE E2 :

- Conseille, guide les joueurs
- Contrôle le temps de la séquence

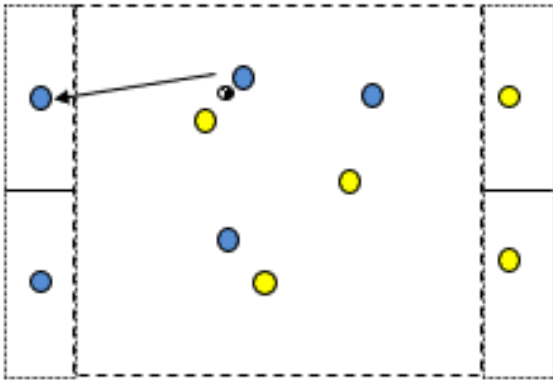
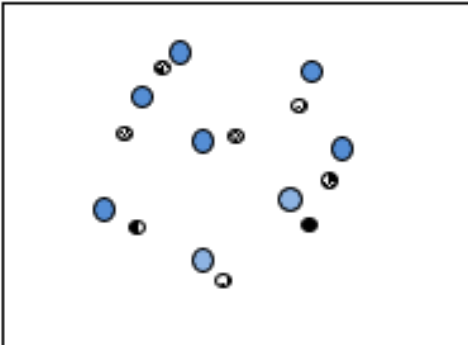


LE DÉROULEMENT DE LA SÉANCE

LA SÉANCE U8/U9

PARTIE	DUREE	PROCEDES D'ENTRAINEMENT	OBJECTIFS
1	12'	Un jeu	S'approprier les règles d'action collectives
2	10'	Un exercice	Perfectionner les moyens athlétiques (Psychomotricité)
5'		Hydratation	
3	12'	Une situation	S'approprier les règles d'action individuelles et collectives
4	12'	Un exercice	Perfectionner les moyens techniques
5'		Hydratation	
5	15'	Match	Jouer !
5'		Bilan de la séance	

EXEMPLE DE SÉANCE

Partie	Durée	Procédés d'entraînement	Déroulement du jeu
1	12'	Jeu	Balle au capitaine <u>But</u> : Transmettre le ballon à l'un des deux capitaines de son équipe <u>Consignes</u> : 3 contre 3 au milieu. Chaque capitaine occupe la moitié de la largeur du terrain. Changer les capitaines toutes les 2' environ. <u>Variables</u> : Interdiction de rejouer avec le passeur. <u>Espace</u> : 20x 15
		Thème de la séance	
		Conserver/Progresser : Avoir des solutions de passes	
			
Partie	Durée	Procédés d'entraînement	Déroulement de l'exercice
2	10'	Exercice	Un ballon par joueur. <u>Consignes</u> :
		Thème de la séance	1'30 : Réaliser 1 touche du pied après 1 rebond x 4 = 1 point 1'30 : Réaliser 2 touches du pied après un rebond x 4 = 1 point 1'30 : Réaliser 3 touches du pied sans rebond = 1 point 2' : Réaliser 1 touche puis 2 touches puis 3 touches puis 4 touches, ballon récupérer à la main = 1 point 1'30 : 2 touches de la tête = 1 point
		Amélioration de la coordination : La jonglerie	
			

EXEMPLE DE SÉANCE

Partie	Durée	Procédés d'entraînement	Déroulement de la situation
3	12'	Situation	<p>But : Transmettre le ballon aux capitaines de son équipe = 1 pt</p> <p>Consignes : 1 c 1 au milieu. Le joueur du milieu peut utiliser 2 appuis de côté et un joueur soutien.</p> <p>Libre pour les appuis mais ne peuvent transmettre au capitaine.</p> <p>1 point si l'adversaire récupère le ballon.</p> <p>Espace : 10 x 5 m</p>
		<p>Thème de la séance</p> <p>Conserver/Progresser : Avoir des solutions de passes</p>	
Partie	Durée	Procédés d'entraînement	Déroulement de l'exercice
4	12'	Exercice	<p>But : Réaliser un maximum d'<u>aller retour</u> en 2'</p> <p>Consigne : Par groupe de 4, libre dans les touches de balles, les deux joueurs du milieu doivent toucher le ballon pour valider le point.</p> <p>Veiller à la bonne exécution du geste technique.</p>
		<p>Thème de la séance</p> <p>Conserver/Progresser : Prise de balle et enchaînement</p>	
Partie	Durée	Procédés d'entraînement	Déroulement du jeu
5	15'	Jeu	<p>Consigne : Match 5 c 5. Règles du foot à 5.</p>

LES FORMATIONS

FORMATION DE CADRE

CFI U6 U9

Objectif : Accueillir en sécurité des enfants de 5 à 8 ans, accompagner et diriger une équipe le samedi.



LES FORMATIONS :

*LE 16/09 ET 21/10/2023,
À GOUVIEUX*

*LE 24/10 ET 25/11/2023,
A SENLIS*

*LE 13/01 ET 10/02/2024,
A CHEVRIERES*

*LE 16/03 ET 22/04/2024,
LIEU A DETERMINER*

Les inscriptions aux formations se font sur le site du District Oise Football (oise.fff.fr) onglet Formations puis inscriptions !

SUIVEZ NOUS

L'ACTUALITÉ DU FOOTBALL



[DISTRICTOISE](#)



[DISTRICT OISE DE FOOTBALL](#)



[DISTRICT OISE DE FOOTBALL](#)



[DISTRICT_OISE](#)



[OISE.FFF.FR](#)

