



SEPTEMBRE 2018

GUIDE DE SÉANCES U7 ET U9

Ce guide a été conçu pour vous apporter de l'aide sur les séances du début de saison (sur les 3 premières minimum).

Un bon accueil dans ces catégories permet :

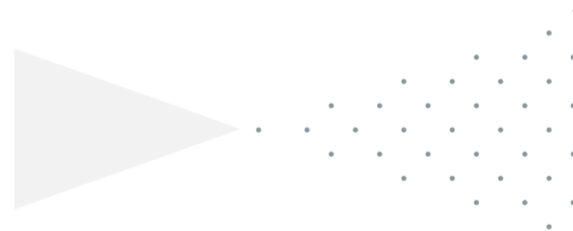
- Aux parents d'être rassurer
- Aux enfants de se sentir en sécurité

Ces 2 aspects vous permettront de fidéliser vos licenciés.

Les séances ci-dessous sont très simples à installer et à comprendre pour les enfants.

Bonne reprise à toutes et tous!

Denis Carrel
CTD DAP 36



RAPPEL

L'ENFANT A BESOIN :

- > **D'être rassuré en permanence :**
Créer un climat sécurisant, valoriser, positiver.
- > **De se repérer, d'être sollicité et d'être encouragé :**
Il exprime un besoin d'écoute et de curiosité.
- > **De se construire à travers les jeux :**
Son expression devient total lorsqu'il se déplace avec le ballon.
- > **De bouger, de mettre en œuvre ses ressources motrices :**
A horreur de l'immobilité imposée.
- > **D'être actif mais doit récupérer :**
Mettre en place une activité fractionnée (équilibrer les temps d'effort et de repos au travers des jeux).

« VALORISER ET METTRE EN CONFIANCE FAVORISE L'APPRENTISSAGE »



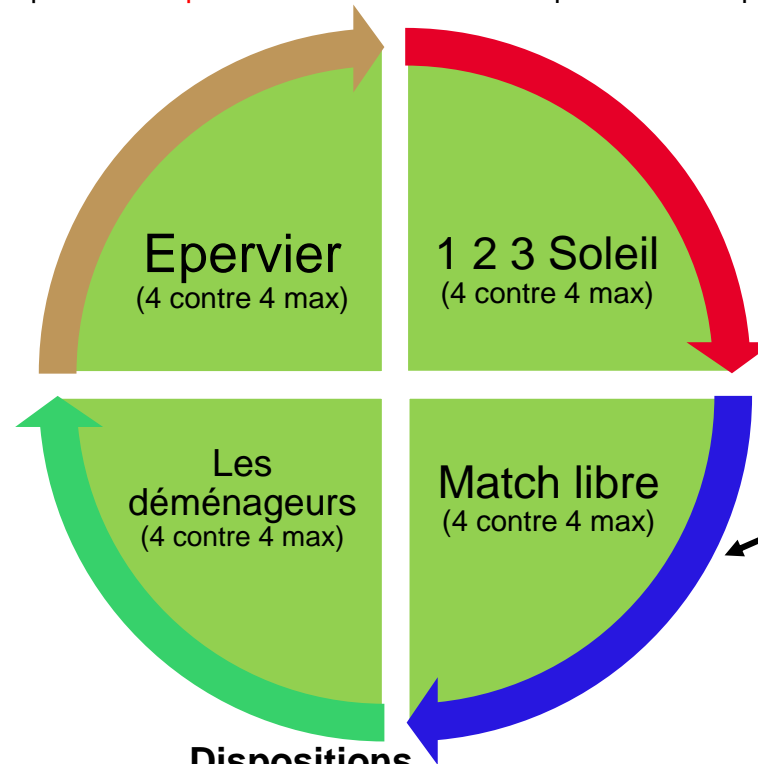
SÉANCES U7

Recommandations

- Installation 30' avant le début de séance
- Prévoir des jeux simples et connus des enfants : climat d'apprentissage positif
- Matériel nécessaire restreint
- Importance de prévoir **une personne référente Accueil** qui n'intervient pas dans la séance

Important

Ne pas oublier de prévoir des temps d'expression libre



L'objectif principal du match libre est d'apprendre les règles du jeu.

Dispositions

- Prévoir 4 espaces de jeux (mieux vaut en installer + que pas assez)
- Intégrer les enfants au fur et à mesure de leur arrivée
- Rester sur cette structuration durant 3 semaines : évolution des jeux de semaine en semaine
- S'assurer dans la structuration d'un maximum de réussite des enfants (espace + grand, nb de joueurs, buts élargis...)

Le ballon n'est pas forcément indispensable, l'enfant veut **JOUER, COURIR, SAUTER, S'EXPRIMER**

L'épervier

Découverte de la cible	Découverte de l'adversaire	Reconnaître le partenaire	Développement moteur
-------------------------------	----------------------------	---------------------------	----------------------

ORGANISATION

ESPACE



L 30m x l 20m

L = Longueur • l = largeur

EFFECTIF

7 X 
1 X 

MATÉRIEL PAR TERRAIN

8 X  | 10 X 
7 X  | 0 X |
1/7 X  

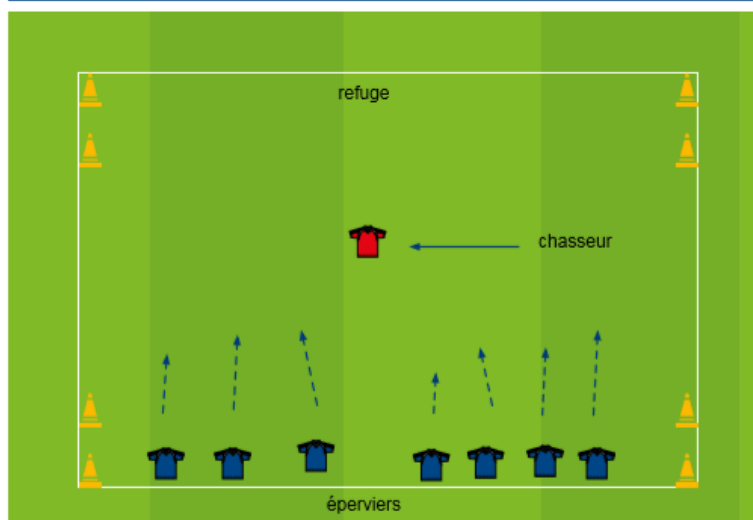
TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ

★☆☆☆☆

SCHÉMA



- > Conduite de balle 
- > Déplacement du joueur sans ballon 
- > Passe courte 
- > Passe longue 

DÉROULEMENT

CONSIGNES

Au « top » de l'éducateur, les éperviers doivent rejoindre la zone 'refuge' sans se faire toucher par le chasseur.

Dès qu'un épervier est touché, celui-ci devient chasseur et se tient par la main avec un autre chasseur.

BUTS

Le dernier joueur restant et qui n'a pas été touché, marque 1 point.

INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES

ADAPTATION DE L'EFFECTIF

• Possibilité de rajouter des joueurs mais agrandir l'espace

VARIANTES

- Ajouter un ballon pour chaque épervier à transporter avec la main
- à conduire avec le pied
- Mettre des obstacles dans l'aire de jeu

ANIMATION

- Faire répéter l'action
- Observer / Orienter
- Animer / Encourager / Valoriser

VEILLER À...

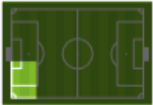
- Démontrer le jeu
- Faire identifier les zones à atteindre
- Bien compter les points et inverser les rôles
- Bien occuper l'espace dès le départ

1/2/3 Soleil

- Découverte de la cible
- Découverte de l'adversaire
- Reconnaître le partenaire
- Développement moteur

ORGANISATION

ESPACE



L 15m x l 20m

L = Longueur • l = largeur

MATÉRIEL PAR TERRAIN

- 4 X
- 10 X
- 7 X
- 0 X |
- 1/7 X

EFFECTIF

- 1 X
- 8 X

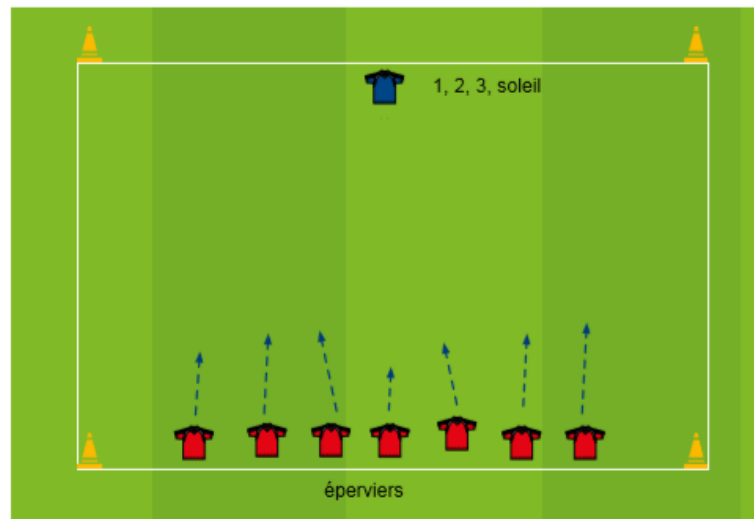
TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ



SCHÉMA



- > Conduite de balle
- > Déplacement du joueur sans ballon - - - - ->
- > Passe courte
- > Passe longue

DÉROULEMENT

CONSIGNES.

Le joueur énonce 1-2-3 soleil. Au même moment les joueurs partent en courant et doivent s'arrêter lorsque le mot soleil est prononcé. Le 1^{er} joueur arrivé sur la ligne a gagné.

Si le joueur bouge, ce dernier repart sur la ligne de départ.

BUTS

1^{er} joueur arrivé sur la ligne marque 1 point.

INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES

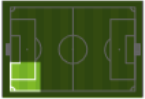
ADAPTATION DE L'EFFECTIF	VARIANTES	ANIMATION	VEILLER À...
<ul style="list-style-type: none"> • Possibilité de rajouter des joueurs mais agrandir l'espace 	<ul style="list-style-type: none"> • Ajouter un ballon à chaque joueur à la main puis au pied • Ajouter des obstacles 	<ul style="list-style-type: none"> • Faire répéter l'action • Observer / Orienter • Animer / Encourager / Valoriser 	<ul style="list-style-type: none"> • Démontrer • Compter les points et valoriser • Rythme d'énonciation de la phrase • Inverser les rôles

Les déménageurs

Découverte de la cible Découverte de l'adversaire Reconnaître le partenaire Développement moteur

ORGANISATION

ESPACE



L 20m x l 20m
L = Longueur • l = largeur

EFFECTIF

4 X 
4 X 

MATÉRIEL PAR TERRAIN

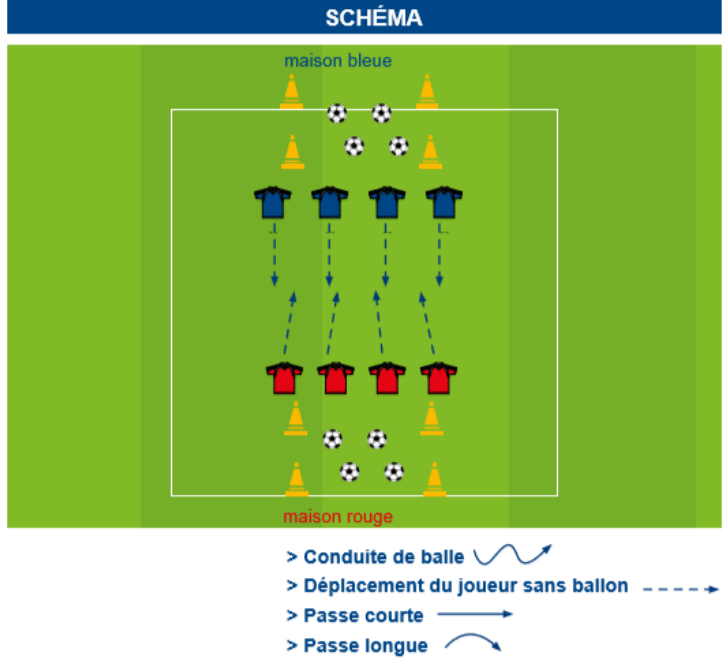
8 X  10 X 
8 X  0 X |
4/4 X  

TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ

★ ★ ★ ★ ★



DÉROULEMENT

CONSIGNES

Au signal de l'éducateur, les joueurs doivent aller récupérer des ballons dans la maison adverse et les ramener dans leur maison, à la main.

A la fin d'un temps donné, les joueurs s'immobilisent et l'éducateur compte le nombre de ballons dans chaque maison.

BUTS

L'équipe qui a ramené le plus de ballons dans sa maison = 1 point.

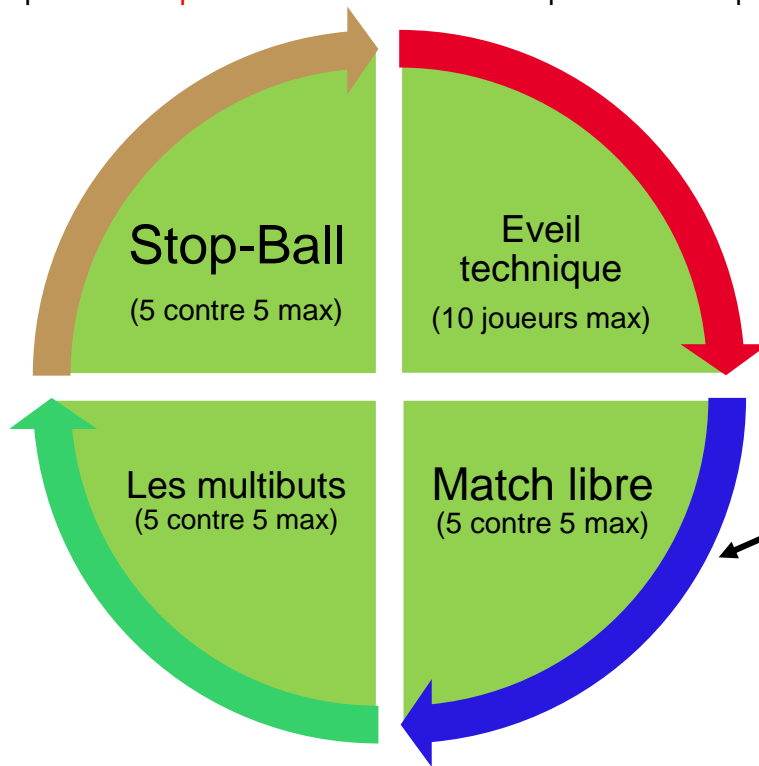
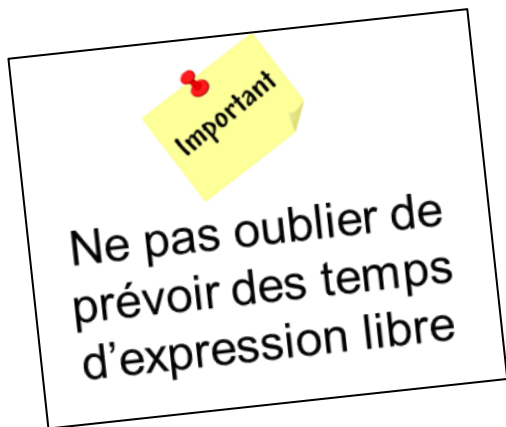
INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES

ADAPTATION DE L'EFFECTIF	VARIANTES	ANIMATION	VEILLER À...
<ul style="list-style-type: none"> • Possibilité de rajouter des joueurs par équipes mais agrandir l'espace 	<ul style="list-style-type: none"> • Le joueur ramène le ballon en conduite de balle • Mettre des obstacles sur le terrain 	<ul style="list-style-type: none"> • Faire répéter l'action • Observer / Orienter • Animer / Encourager / Valoriser 	<ul style="list-style-type: none"> • Bien compter les points • Que les joueurs arrêtent bien le ballon dans leur maison • 1 minute maximum par manche

SÉANCES U9

Recommandations

- Installation 30' avant le début de séance
- Prévoir des jeux simples et connus des enfants : climat d'apprentissage positif
- Matériel nécessaire restreint
- Importance de prévoir **une personne référente Accueil** qui n'intervient pas dans la séance



L'objectif principal du match libre est d'apprendre les règles du jeu.

Dispositions

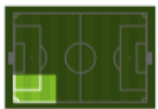
- Prévoir 4 espaces de jeux (mieux vaut en installer + que pas assez)
- Intégrer les enfants au fur et à mesure de leur arrivée
- Rester sur cette structuration durant 3 semaines : évolution des jeux de semaine en semaine
- S'assurer dans la structuration d'un maximum de réussite des enfants (espace + grand, nb de joueurs, buts élargis...)

Le Stop-Ball

Découverte de la cible Découverte de l'adversaire **Reconnaitre le partenaire** Développement moteur

ORGANISATION

ESPACE



L 25m x l 15m

L = Longueur • l = largeur

MATÉRIEL PAR TERRAIN

8 X

10 X

1 X

0 X |

4/4 X

EFFECTIF

4 X

4 X

TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ



SCHEMA



- > Conduite de balle
- > Déplacement du joueur sans ballon
- > Passe courte
- > Passe longue

DÉROULEMENT

CONSIGNES

Ballon à la main, chaque équipe doit arrêter le ballon dans une zone définie (cf schéma).

Les joueurs ne peuvent pas se déplacer ballon en main.

Pour récupérer le ballon à l'adversaire, le joueur doit toucher avec les deux mains le porteur de balle.

BUTS

1 point = arrêter le ballon dans la zone.

INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES

ADAPTATION DE L'EFFECTIF

• Possibilité de rajouter ou diminuer le nombre de joueurs par équipe

VARIANTES

• Utiliser le ballon au pied

ANIMATION

- Faire répéter l'action
- Observer / Orienter
- Animer / Encourager / Valoriser

VEILLER À...

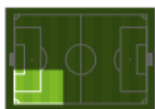
- Démontrer
- L'occupation de l'espace
- Compter les points

Les multibuts

Découverte de la cible Découverte de l'adversaire Reconnaître le partenaire Développement moteur

ORGANISATION

ESPACE



L 30m x l 20m
L = Longueur • l = largeur

MATÉRIEL PAR TERRAIN

4 X 16 X
8 X 12 X |
4/4 X

EFFECTIF

4 X
4 X

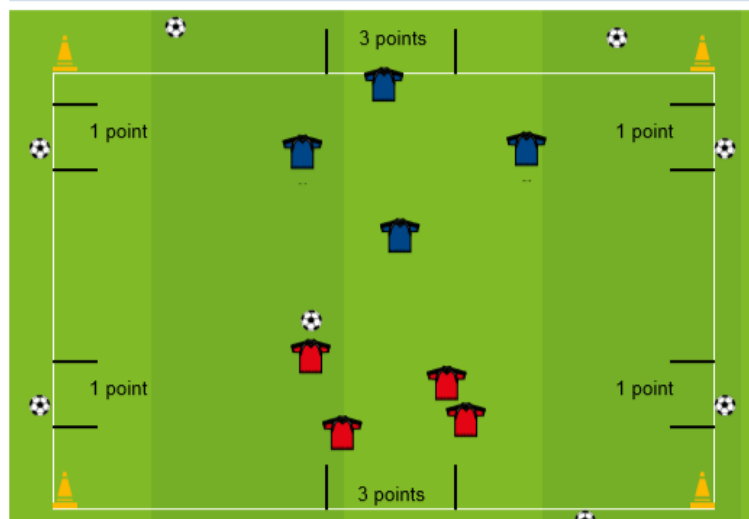
TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ



SCHÉMA



- > Conduite de balle
- > Déplacement du joueur sans ballon
- > Passe courte
- > Passe longue

DÉROULEMENT

CONSIGNES.

Il faut attaquer dans 3 buts et défendre ces 3 buts
Les touches se font au pied :

- Par une conduite de balle
- Par une passe

BUTS

1 point = but marqué dans les buts excentrés.
3 points = but marqué dans les buts axiaux.

INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES

ADAPTATION DE L'EFFECTIF

• Possibilité de rajouter ou diminuer le nombre de joueurs par équipe

VARIANTES

• Ajouter un joueur en tant que goal volant

ANIMATION

- Faire répéter l'action
- Observer / Orienter
- Animer / Encourager / Valoriser
- Mettre des ballons autour du terrain

VEILLER À...

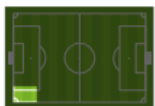
- Faire identifier les cibles à défendre et attaquer
- L'occupation de l'espace
- Compter les points

Eveil technique

On a le ballon	Conserver / Progresser	Déséquilibrer / Finir
On n'a pas le ballon	S'opposer à la progression	S'opposer pour protéger son but

ORGANISATION

ESPACE



L 15m x l 10m

L = Longueur • l = largeur

MATÉRIEL PAR TERRAIN

- 8 X
- 6 X
- 5 X
- 2 X
- 5/5 X

EFFECTIF

- 5 X
- 5 X

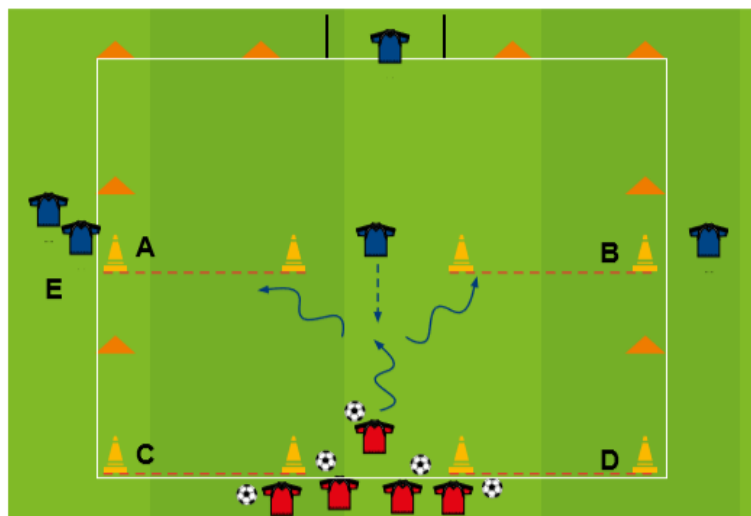
TEMPS DE JEU

10'

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ



SCHEMA



- > Conduite de balle
- > Déplacement du joueur sans ballon
- > Passe courte
- > Passe longue

DÉROULEMENT

CONSIGNES

1 c 1.

L'attaquant cherche à déséquilibrer le défenseur et marquer dans l'une des portes A ou B puis marquer dans le but.

Le défenseur tente de récupérer le ballon et l'envoyer en C ou D.

15" / duel maxi.

BUTS

- 2 points : porte A ou B franchie + but marqué.
- 1 point : porte A ou B franchie + but non marqué.
- 2 points : récupération du ballon + relance en C ou D.

INTERVENTIONS PÉDAGOGIQUES

ADAPTATION DE L'EFFECTIF

• + 1 en attente

VARIANTES

• Temps limite pour tirer au but

ANIMATION

- Active
- Faire répéter l'action
- Questionner / Orienter

VEILLER À...

- 15" par duel
- Changer les équipes de statut
- Compter les points
- Valoriser les initiatives
- Orienter conduite porte A ou B fixer
- Prendre de la vitesse, feinter, accélérer

RAPPEL DES PRINCIPALES LOIS DU JEU

Catégories - licences	U6	U7	U8	U9
Scolarité	GS	CP	CE1	CE2
Effectifs de pratique	Football à 3 (sans GB) ou à 4 (avec GB) ★		Football à 5	
Suppléant(s)	1 maximum		2 maximum	
Nombre minimal de joueurs	Adaptation des effectifs		4 par équipe	
Tacles	Non ★		Oui	
Mixité	Oui		Oui	
Surclassement			3 U7 maximum par équipe avec autorisation médicale	
Sous-classement	Possibilité 2 U8 G maximum par équipe Possibilité U8 F		Possibilité U10 F	
Dimension des terrains	Foot à 3 (sans GB) : 25 m x 15 m	★	35 à 40 m x 25 à 30 m	★
	Foot à 4 (avec GB) : 30 m x 20 m	★		
Zone Gardien de but	Zone à 8 mètres ★		Zone à 8 mètres ★	
Hors-jeu	Non		Non	
Taille des buts	Foot à 3 (sans GB) : 2 m x 1,5 m (possibilité de multi-cibles)		4 m x 1,5 m	
	Foot à 4 (sans GB) : 4 m x 1,5 m			
Taille des ballons	T3		T3	
Temps de jeu max. : rencontres + ateliers	40 minutes		50 minutes	
Durée max. des rencontres	30 minutes		40 minutes	
Engagement	Interdiction de marquer directement		Interdiction de marquer directement	
Coup de pied de but	Ballon arrêté, endroit libre dans la surface des 8 m ★		Ballon arrêté, endroit libre dans la surface des 8 m ★	
Touche	Passe au pied au sol ou conduite de balle		Passe au pied au sol ou conduite de balle	
Coup-francs	Coup-francs directs uniquement		Coup-francs directs uniquement	
Coup de pied de réparation	6 m (2 pas devant la ligne des 8 mètres)		6 m (2 pas devant la ligne des 8 mètres)	
Mise à distance des joueurs	4 m		4m	
Relance Gardien de but	Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol	★	Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol	★
	Protégée à 8 m	★	Protégée à 8 m	★
Temps de jeu par joueur	Tendre vers 100 %		Tendre vers 100 %	
Arbitrage	Extérieur terrain par 1 jeune ou 1 adulte		Extérieur terrain par 1 jeune ou 1 adulte	
Pause coaching	Non		Non	

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