



Foot Animation

Guide de pratique – catégorie U11

Saison 2025-2026



PLAISIR



RESPECT



ENGAGEMENT



TOLÉRANCE



SOLIDARITÉ



SOMMAIRE :



- [Organisation de la pratique](#)
- [Le plateau U10-U11](#)
- [Réglementation de la pratique](#)
- [Feuille de licences & plateau](#)
- [Documents à télécharger](#)
- [Contacts](#)
- [Annexes](#)



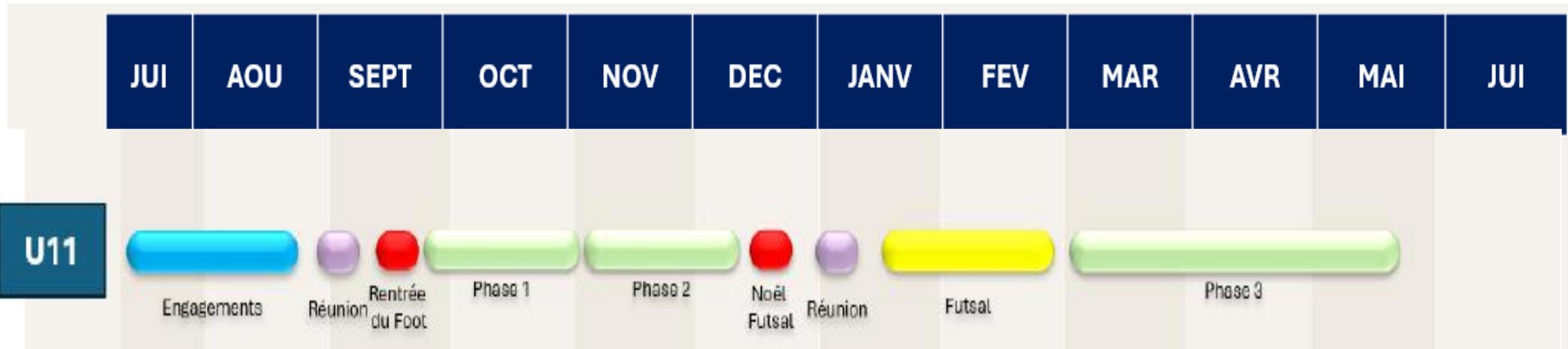
C A T E G O R I E
U11





Organisation de la pratique :

Informations Générales



DATES – JOUR – HORAIRES :

- Dates** : celles-ci sont spécifiées dans les calendriers transmis au clubs (cf « planification annuelle » en cliquant [ici](#)).
- Jour & horaires** : samedi – 10h00 à 12h00.

CATEGORIES AUTORISEES :

- U9G/F (3 maximum) + U10G/F + U11G/F + U12F (illimité).**

NIVEAUX DE PRATIQUE :

- 3 niveaux de pratique** sont proposés par la commission des Jeunes (N1, N2 et N3).

RASSEMBLEMENTS :

- 15 plateaux + 1 journée fédérale (Rentrée du Foot) + 1 journée événementielle (Noël Futsal) + 1 épreuve Futsal (Challenge Fétis-Lahitte).**



Organisation de la pratique :

Informations Pratiques

MODIFICATION PLATEAU :

- Changement de date ou d'horaire** : le club demandeur doit obtenir l'accord de l'ensemble des clubs participants ; Un mail doit être formulé dans ce sens à la commission pour que l'accord soit donné (*le mercredi précédant le plateau au plus tard*).
- Important** : l'horaire initial reste le samedi à 10h00 et les dates de plateaux ont été fixées par la commission.

VOLET ADMINISTRATIF :

- Club accueil : obligation de remplir la feuille de plateau, de récupérer les feuilles de plateau des clubs participants (*si ces derniers les ont avec eux le jour du plateau*) et de déposer l'ensemble des documents sur le F.A.L.
- Club participant : obligation de remplir la feuille de licence, de la remettre au responsable du plateau le jour J ou de la déposer directement sur le F.A.L.
- Important** : les pièces doivent être déposées sur le F.A.L au plus tard le mercredi soir suivant le plateau ; En cas d'irrégularité repérée, les clubs seront informés (*toute non-conformité fera l'objet d'une amende conformément au barème défini*).

EQUIPEMENT SPORTIF :

- Joueur ou joueuse** : protège-tibia + chaussettes longues + chaussures à crampons + short + maillot + licence F.F.F en cours de validité sont **obligatoires** pour pouvoir participer aux rassemblements.
- Encadrement** : la personne officiant sur le bord du terrain doit avoir une **licence F.F.F** en cours de validité.
- Matériel** : nécessité pour l'encadrement d'avoir **4 ballons T.4** sur les rassemblements.



RETOUR ACCUEIL



Le plateau U10-U11 :

La philosophie

ESPRIT DU PLATEAU

- ❑ **Rassembler** plusieurs clubs et équipes d'un même secteur sur un site.
- ❑ **Instaurer** un esprit festif harmonisant volets sportif et éducatif.
- ❑ **Proposition** de séquences courtes afin de répondre aux besoins des enfants.

LES INCONTOURNABLES

- ❑ **Respecter** le temps de pratique préconisé par la F.F.F (50 minutes).
- ❑ **Faire jouer** tous les enfants → tendre vers 100% du temps de jeu (50% du temps de jeu minimum pour chaque joueur(se)).
- ❑ **Laisser** les enfants jouer le plus librement possible en adoptant une posture éducative avant tout.
- ❑ **Epreuve** à finalité non compétitive (pas de prise en compte des résultats et absence de classement).



PLAISIR

- ✓ PERMETTRE ET GARANTIR UN TEMPS DE JEU EGAL A TOUS
- ✓ LAISSER JOUER LES ENFANTS
- ✓ ACCEPTER LES ERREURS ET VALORISER LES REUSSITES
- ✓ INCITER LES ENFANTS A PRENDRE DES INITIATIVES
- ✓ SE SERVIR DE LA RENCONTRE COMME D'UN BAROMETRE DU PROGRES DES ENFANTS
- ✓ IMPLIQUER LES JOUEURS SUR DIFFERENTS POSTES
- ✓ RAPPELER LES APPRENTISSAGE EDUCATIFS ET SPORTIFS DE LA SEMAINE





Le plateau U10-U11:

Le canevas de plateau

Protocole DEBUT DE PLATEAU

9h30 à 10h00

Ouverture rassemblement
(accueil équipes)

10h00 à 10h15

Défi technique
(10 minutes maximum)

10h15 à 11h45

Contenu : 2 à 4 rencontres / équipe *(60 minutes maximum)*
+ 1 session « arbitrage »

11h45 à 12h00

Clôture rassemblement
(protocole + goûter)

Protocole FIN DE PLATEAU



RETOUR ACCUEIL

Le plateau U10-U11 :

Organisation du plateau

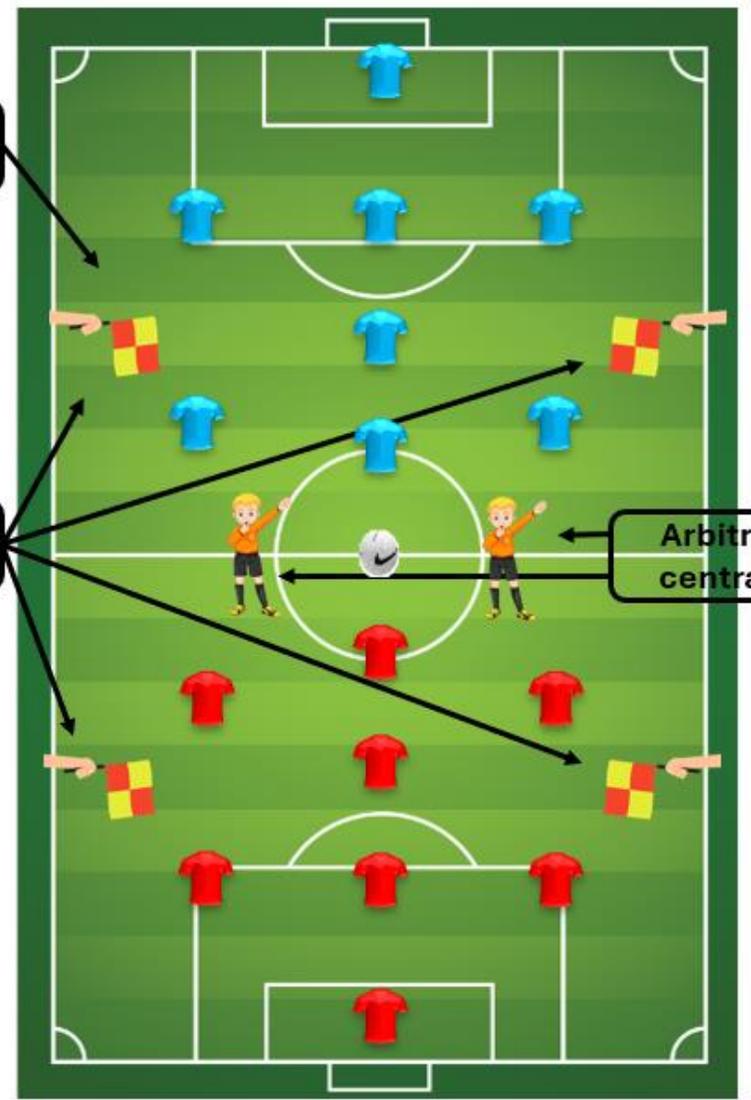
Epreuve	Rôle du joueur ...	Rôle de l'encadrant ...
Arbitrage « touche » & « centre »	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Signaler les sorties de balle. ✓ Voir et siffler les fautes. ✓ Siffler avec autorité. ✓ Compter les points. ✓ ... 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Présenter le rôle de l'arbitre. ✓ Faire arbitrer tous ses joueurs. ✓ Accompagner et valoriser. ✓ Sécuriser en prenant la décision si l'enfant est en difficulté.
Rencontre	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ecouter les consignes de l'encadrant. ✓ Jouer librement. ✓ Respecter partenaires et adversaires. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Donner une ou deux consignes aux joueurs. ✓ Intervenir à bon escient. ✓ Eduquer ses joueurs (interroger et valoriser).

Terrain 1

Rencontre 8x8

Arbitre de touche

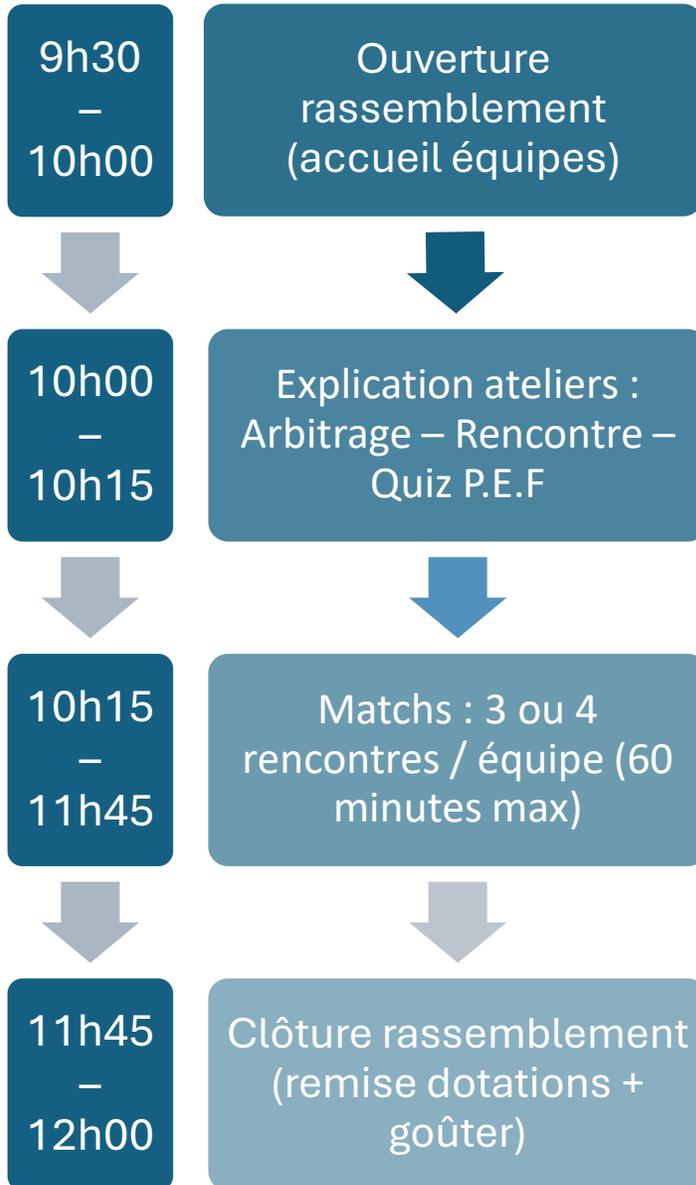
Arbitre central





Le plateau U10-U11 :

Rôles et missions



Responsable technique	Délégué de plateau	Référent accueil
Briefing avant plateau pour les accompagnateurs d'équipe	Se rendre « identifiable » pour les joueurs et encadrements	Se rendre « identifiable » pour les clubs participants
Préparation matériel (ballons, sifflets, chrono, drapeaux de touche, chasubles, ...)	Briefing avant plateau pour les parents et spectateurs	Accueillir et orienter les joueurs(es), parents, ...
Gestion du timing du plateau (chrono, respect rotations, ...)	Gestion du climat du plateau	Préparer café d'accueil (parents et encadrement)
Faire respecter le sens de rotation des équipes		Préparer goûter des enfants
X		Récupérer les feuilles de licence et remplir la feuille de plateau



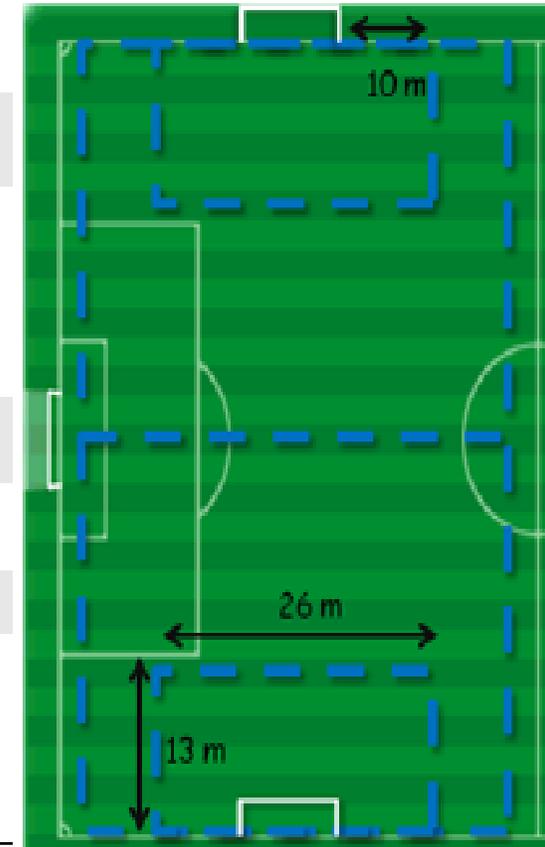


Réglementation de la pratique :



RETOUR ACCUEIL

Terrain de jeu	Dimensions : ½ terrain à 11 (Longueur → 60 à 70m // Largeur → 45 à 55m). Surface de réparation : 26 x 13m (buts : 6 x 2,10m avec filets). Point de pénalty : 9m.
Ballon	Taille n°4
Nombre de joueurs	1 équipe = 7 joueurs(es) + 1 gardien(ne) de but (minimum de 6 joueurs(ses) pour jouer une rencontre). 4 remplaçants maximum autorisés (remplacements illimités + obligation pour chaque joueur de démarrer une rencontre). Licence obligatoire ! Sont autorisés : <ul style="list-style-type: none">• U10 et U11 en illimités (garçons et filles).• Sur-classement = 3 U9 maximum par équipe.• Sous-classement = U12F en illimité.
Equipement des joueurs	Maillot dans le short. Chaussettes relevées avec protèges-tibias obligatoires.
Temps de jeu	60 minutes maximum. 3 équipes = 2 rencontres de 2 x 15 minutes. 4 équipes = 3 rencontres de 20 minutes. 5 équipes = 4 rencontres de 12 minutes. Pas de mi-temps, pause coaching sur les rencontres de 2 x 12 minutes !
Fautes et incorrections	Coups francs : directs et indirects (adversaire à 6m).
Rentrée de touche	Réalisation à la main.
Arbitrage	Arbitrage éducatif ou proposition aux jeunes pour initiation aux rôles
Autres	Règles majeures : <ul style="list-style-type: none">• Hors-jeu aux 13m.• Prise du ballon à la main du GB interdit sur une passe en retrait d'un partenaire.• Relance du GB : main ou ballon au sol (volée ou ½ volée interdite).• Remise en jeu : adversaire à 6m.





Programme :

Modèle 3 équipes (1)



RETOUR ACCUEIL

HORAIRES	ROTATION (2 x 15 minutes)	TERRAIN 1	TERRAIN 2	ARBITRAGE
10h00 – 10h15	Accueil, explication du fonctionnement et lancement du plateau			
10h15 – 10h30	N°1	A – B	X	C
10h30 – 10h45	N°2	A – C	X	B
10h45 – 11h00	N°3	C – B	X	A
11h00 – 11h15	N°4	A – B	X	X
11h15 – 11h30	N°5	A – C	X	X
11h30 – 11h45	N°6	C – B	X	X
11h45 – 12h00	Distribution du goûter et clôture rassemblement			

LETTRES EQUIPES
A
B
C



Programme :

Modèle 3 équipes (2)



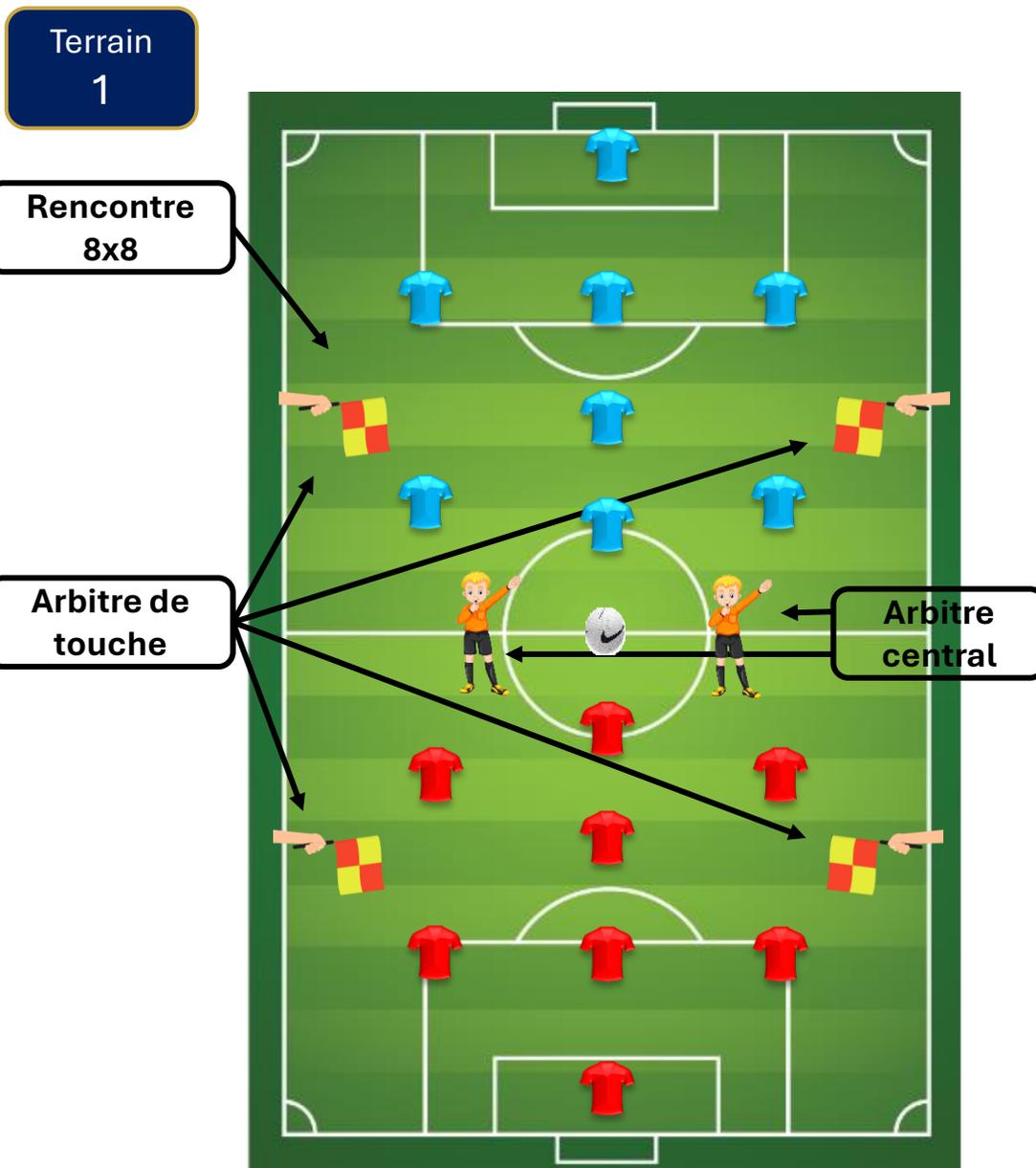
RETOUR ACCUEIL

HORAIRES	ROTATION (2 x 15 minutes)	TERRAIN 1	TERRAIN 2	ARBITRAGE
10h00 – 10h15	<i>Accueil, explication du fonctionnement et lancement du plateau</i>			
10h15 – 10h45	N°1	A – B	X	C
10h45 – 11h15	N°2	A – C	X	B
11h15 – 11h45	N°3	C – B	X	A
11h45 – 12h00	<i>Distribution du goûter et clôture rassemblement</i>			

LETTRES EQUIPES
A
B
C

Organisation :

Modèle 3 équipes (1) et (2)



RETOUR ACCUEIL



Programme :

Modèle 4 équipes



RETOUR ACCUEIL

HORAIRES	ROTATION (15 minutes)	TERRAIN 1	TERRAIN 2	ARBITRAGE
10h00 – 10h15	Accueil, explication du fonctionnement et lancement du plateau			
10h15 – 10h30	N°1	A / B	C / D	Joueurs remplaçants
10h30 – 10h45	N°2	A / C	B / D	Joueurs remplaçants
10h45 – 11h00	N°3	A / D	B / C	Joueurs remplaçants
11h00 – 11h15	N°4	A / B	C / D	Joueurs remplaçants
11h15 – 11h30	N°5	A / C	B / D	Joueurs remplaçants
11h30 – 11h45	N°6	A / D	B / C	Joueurs remplaçants
11h45 – 12h00	Distribution du goûter et clôture rassemblement			

LETTRES EQUIPES
A
B
C
D



Organisation :

Modèle 4 équipes

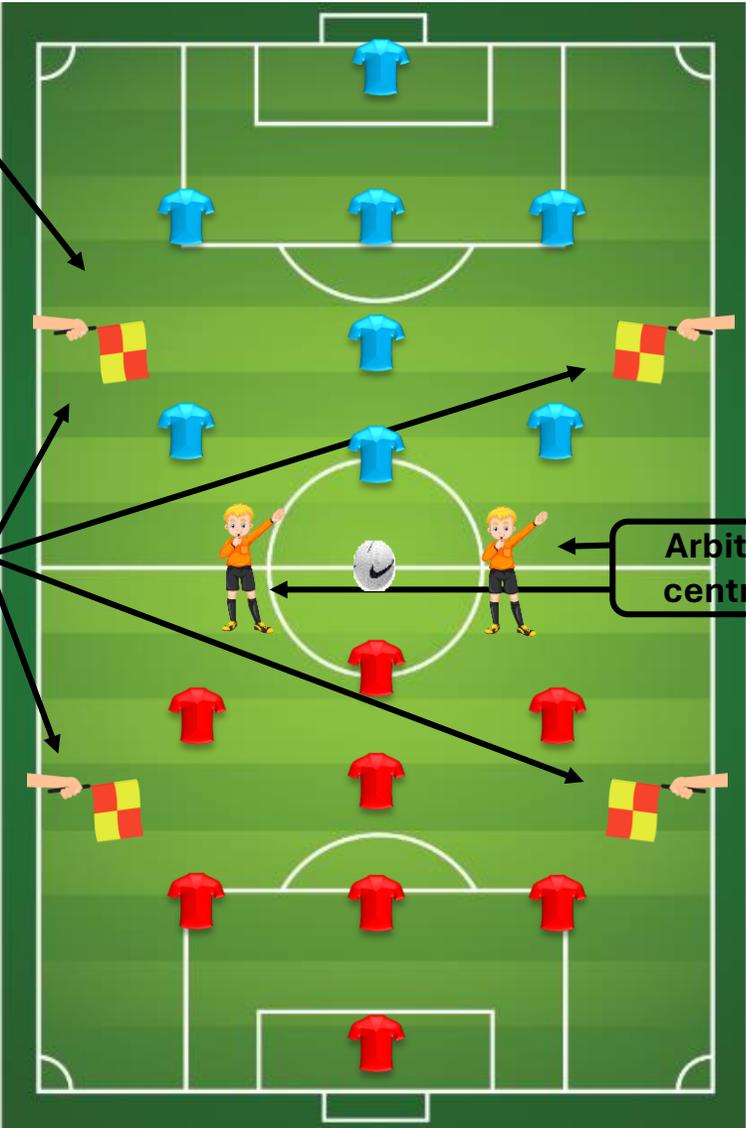
Terrain 1

Terrain 2

Rencontre 8x8

Arbitre de touche

Arbitre central



RETOUR ACCUEIL



Programme :

Modèle 5 équipes



RETOUR ACCUEIL

HORAIRES	ROTATION (15 minutes)	TERRAIN 1	TERRAIN 2	ARBITRAGE
10h00 – 10h15	Accueil, explication du fonctionnement et lancement du plateau			
10h15 – 10h30	N°1	A – B	C – D	E
10h30 – 10h45	N°2	B – D	C – E	A
10h45 – 11h00	N°3	A – C	D – E	B
11h00 – 11h15	N°4	A – D	E – B	C
11h15 – 11h30	N°5	A - E	B - C	D
11h45 – 12h00	Distribution du goûter et clôture rassemblement			

LETTRES EQUIPES
A
B
C
D
E



Organisation :

Modèle 5 équipes

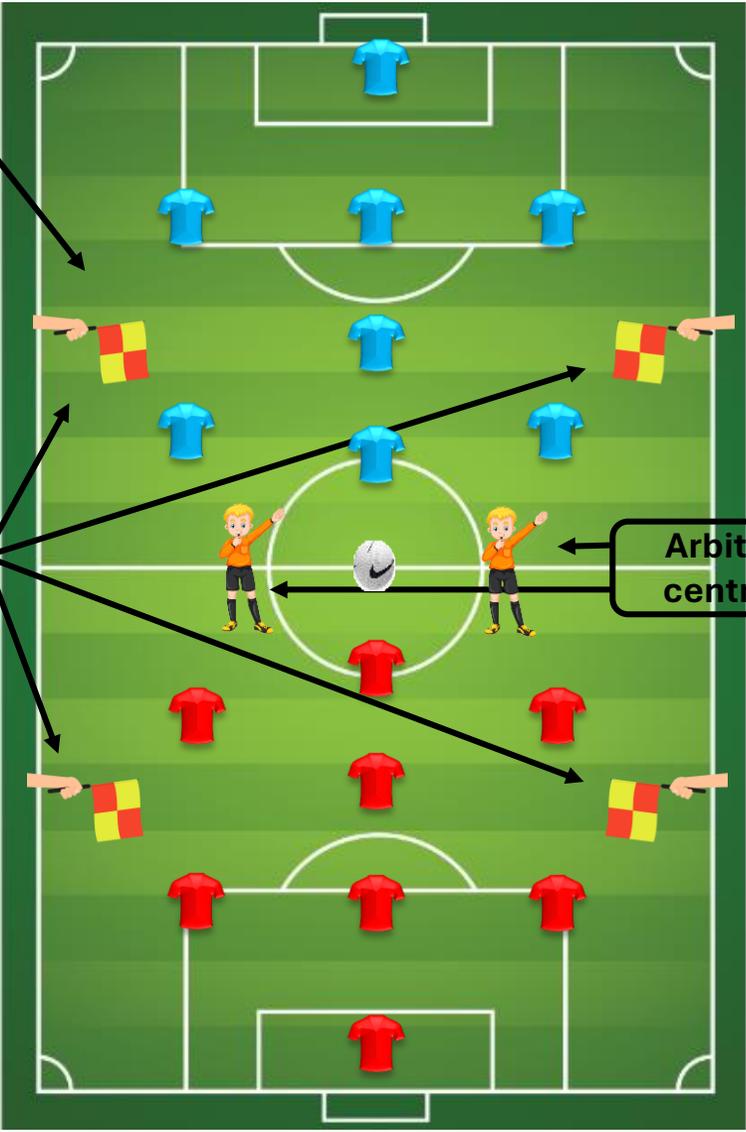
Terrain 1

Terrain 2

Rencontre 8x8

Arbitre de touche

Arbitre central



RETOUR ACCUEIL

Feuille de licences :

Renseigner les informations demandées (date, lieu, club, ...)

FEUILLE DE LICENCES - CATEGORIE U11 - 2025_2026							
CLUB :			DATE :				
NB EQUIPES PARTICIPANTES :			LIEU :				
ENCADREMENT :							
NOM - PRENOM	DIPLÔME F.F.F (le plus élevé)	NUMERO DE LICENCE	TYPE DE LICENCE				SIGNATURE
			J*	D*	A*	E*	

Renseigner l'identité du responsable d'équipe ou de catégorie

Renseigner les informations pour chaque joueur(se) (nom, prénom, numéro de licence, présence, ...)

EQUIPE									
N°	NOM	PRENOM	N° LICENCE	CATEGORIE					PRESENCE
				U9 G/F	U10G	U10F	U11G	U11F	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									

Signer le document

Astuce

Remplissez le document une fois et conservez-le (photocopie, sauvegarde ordinateur, ...).

Comment indiquer les joueurs(es) présent(es) ?
Cochez les présents dans la colonne !

EQUIPE									
N°	NOM	PRENOM	N° LICENCE	CATEGORIE					PRESENCE
				U9 G/F	U10G	U10F	U11G	U11F	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									

RAPPEL : chaque jeune doit obligatoirement être licencié pour pouvoir participer (hormis « Rentrée du Foot »).

Remettre le document au responsable de plateau ou le déposer sur le F.A.L

IMPORTANT : une fois rempli, le document doit être remis au responsable de plateau ou déposé directement sur le F.A.L ; ce dernier se chargera de le faire suivre à la Commission des Jeunes. En cas de difficulté ou de problème rencontré, merci de contacter le secrétariat ou le CTD en charge de l'action.



Feuille de plateau :

Renseigner les informations demandées (date, lieu, club, ...)

Renseigner le nombre de joueurs(es) participants pour chaque club

Noter les résultats des rencontres

Important

Pensez à préciser si le club participant vous a remis en mains propres sa feuille de licence ou a fait le choix de la déposer de lui-même sur le F.A.L.

N.B : en cas de relance, la commission s'adressera au club accueil si cela n'est pas précisé.

FEUILLE DE PLATEAU - CATEGORIE U11 - 2025_2026

Modèle : 3 équipes (proposition n°1)

CLUB ACCUEIL :		NB EQUIPES PRESENTES :	
DATE :		LIEU :	
PLATEAU REALISE (O/N ; Si Non, merci d'indiquer le motif) :			

RESPONSABLE(S) PLATEAU :							
NOM - PRENOM	DIPLOME F.F.F (le plus élevé)	NUMERO DE LICENCE	TYPE DE LICENCE				SIGNATURE
			J*	D*	A*	E*	

(* : "J" = joueur / "D" = dirigeant / "A" = Animateur / "E" = Educateur)

1/ Réaliser le tirage au sort des équipes avant le début du plateau (possibilité de positionner manuellement les équipes) :

EQUIPE	EFFECTIF		SIGNATURE	FEUILLE DE LICENCE	
	Nb de joueurs	Nb de joueuses		Dépôt plateau	Dépôt F.A.L
A					
B					
C					

2/ Respecter l'ordre des rencontres indiquées et la répartition des rôles pour chaque équipe + notation des résultats :

RENCONTRES (match = 2 x 15 minutes)			SCORE :	ARBITRAGE :
A	B	=		C
A		=		B
B	C	=		A

3/ Noter "nombre de points inscrits" par rencontre pour chaque équipe :

1 victoire = 4 points / 1 nul = 2 points / 1 défaite = 1 point

REMARQUES ou OBSERVATIONS :	M1	M2	M3	M4	TOTAL POINTS	CLASSEMENT

IMPORTANT : une fois rempli, le document doit être signé par l'ensemble des éducateurs/trices ; le responsable de plateau se chargera ensuite de le faire suivre à la Commission des Jeunes. En cas de difficulté ou de problème rencontré, merci de contacter le secrétariat ou le CTD en charge de l'action.

Renseigner l'identité du responsable du plateau

Faire signer le document par l'ensemble des responsables d'équipes



RAPPEL : chaque Feuille de Plateau doit être déposée le mardi suivant le plateau (vérification de la commission).

Indiquer des observations ou remarques (facultatif)

Déposer le document en plus des feuilles de plateau récupérées sur le F.A.L



RETOUR ACCUEIL



Documents à télécharger :

**FEUILLE DE LICENCES
& PLATEAU U6_U7**



**FEUILLE DE LICENCES
& PLATEAU U8_U9**



**FEUILLE DE LICENCES
& PLATEAU U10_U11**



**TUTORIEL F.A.L
(ENGAGEMENT)**



**TUTORIEL F.A.L
(DEPOT DOCUMENTS)**



**LOGICIEL F.A.L
PROTOCOLE DEPOT FEUILLES DE PLATEAU - LICENCES**

Etape n°1 : connexion à la plateforme F.A.L.

1. Se connecter à votre espace Footclubs.
2. Cliquer sur l'onglet « Epreuves ».
3. Cliquer sur le sous-onglet « Foot Animation Loisir » ; vous allez alors être redirigé vers une nouvelle page (plateforme F.A.L.).

Etape n°2 : orientation vers l'onglet de dépôt des documents de la plateforme F.A.L.

4. Une fois arrivé sur la plateforme F.A.L, cliquer sur l'onglet « Détail ».

Etape n°3 : déterminer les caractéristiques correspondantes à la recherche du plateau (date(s), catégorie, ...).

5. Rechercher l'épreuve ciblée en fonction de la catégorie et de la période concernée (ex : plateaux U7 - Nov/Déc, Catégorie U9 - Période n°4, ...).
6. Choisir l'équipe concernée par votre recherche ; dans le cas où vos équipes se situent sur le même plateau, vous pouvez sélectionner n'importe quelle équipe.
7. Fixer la période sur laquelle vous souhaitez effectuer votre recherche (ex : 1^{er} au 31 mars 2022).

Etape n°4 : sélectionner le plateau où vous souhaitez importer vos documents.

8. Parmi les résultats de la recherche, cliquer permettra d'accéder à un nouvel onglet concerné.

P.S. le résultat de la recherche effectué doit se lire comme-ci : occuïlle entre le 5 et 6 mars 2022 pour



FEUILLE DE LICENCES - FOOT ANIMATION (U11) - 2024_2025

DATE :	CLUB :					
LIEU :	NOMBRE EQUIPES :					
RESPONSABLE(S) D'EQUIPE(S) :						
NOM	PRENOM	N° LICENCE	SIGNATURE			
EQUIPE ...						
N°	NOM	PRENOM	N° LICENCE	CATEGORIE	PRESENCE	BLESSURE
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
EQUIPE ...						
N°	NOM	PRENOM	N° LICENCE	CATEGORIE	PRESENCE	BLESSURE
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

FEUILLE DE PLATEAU - EPREUVE U9 - 2024_2025

DATE :	CLUB ACCUEIL :	PLATEAU REALISE							
LIEU :	NOMBRE EQUIPES :	(indiquer motif si annulation)							
RESPONSABLE(S) DU PLATEAU :				ORGANISATION PEDAGOGIQUE (voir au verso) :					
NOM	PRENOM	N° LICENCE	SIGNATURE	Utilisations Buts à 5 avec filets					
				Mise en place "Ballon Magique"					
				Respect convens plateau					
N°	CLUB	NB EQUIPES PREVUES	NB EQUIPES PRESENTES	ABSENCE(S)		NB JOUEURS	NB JOUEUSES	FEUILLE DE LICENCE	
				prévenues	non prévenues			dépôt plateau	dépôt F.A.L.
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
REMARQUES ou OBSERVATIONS :									

à être remis au responsable de plateau ; ce dernier se chargera de le faire suivre à la Commission des Jeunes. En cas de difficulté ou de problème rencontré, merci de contacter le secrétariat ou le CTD en charge de l'action.



RETOUR ACCUEIL



Contacts :



	<p>Karine Vergnaud</p> <p>Secrétaire Générale adjointe Animatrice Commission "Compétitions Jeunes"</p> <p> 06 87 53 12 84  karinevergnaud16@gmail.com</p> 		<p>Léo Martinez</p> <p>Conseiller Technique Départemental (DAP)</p> <p> 06 23 15 81 12  lemartinez@foot16.fff.fr</p> 
--	---	--	--

Vous pouvez également contacter le secrétariat du district :

05 45 61 44 83

district@foot16.fff.fr





ANNEXES :



RETOUR ACCUEIL

- [Fiche poste « éducateur »](#)
- [Fiche poste « dirigeant »](#)
- [Fiche poste « parent »](#)
- [Formations Fédérales](#)
- [Listing référents U10_U11](#)
- [Tableau « années de pratique »](#)
- [Poster « Lois du jeu F.F.F »](#)





Fiche poste “éducateur” :

EDUCATEUR OU RESPONSABLE DE CATEGORIE

Sur la séance ...

- Je prépare et j’anime une séance d’entraînement pour la catégorie.
- Je tiens à jour la fiche de présence de mes joueurs(es).
- Je valorise, j’encourage et je corrige mes joueurs avec bienveillance.
- Je mets en place un cadre de fonctionnement avec mes joueurs.
- Je m’assure de l’organisation pour le plateau du samedi.

Sur le plateau ...

- Club organisateur = je m’assure du bon accueil des clubs participants et je remplis la « fiche plateau ».
- Club accueil = je remets la « feuille licence » au responsable du plateau.
- Tous clubs = je prépare mon équipe et la dirige durant les matchs et en dehors.

En dehors du terrain ...

- Je participe aux réunions du district et du club.
- Je programme les séances d’entraînement et m’assure du planning des plateaux.
- J’assure le lien de communication avec les parents.



RETOUR ACCUEIL



Fiche poste “dirigeant” :

DIRIGEANT

Sur la séance ...

- J'aide le responsable de la séance dans la mise en place du matériel.
- J'aide le responsable de la séance dans l'animation de celle-ci si besoin.
- Je m'assure de l'accueil des joueurs (ouverture vestiaires et respect horaires).

Sur le plateau ...

- Je suis en soutien de l'éducateur responsable du plateau sur le volet organisationnel (ouverture vestiaires, accueils clubs participants, logistique goûter, mise en place matérielle, ...).
- Je suis en soutien pédagogique de l'éducateur et le seconde dans l'animation de l'équipe si besoin.

En dehors du terrain ...

- J'aide le responsable de catégorie pour s'assurer de la logistique intra catégorie (matériels, déplacements, administratif, ...).





Fiche poste “parent” :

PARENT

Sur la séance ...

- Je véhicule mon enfant sur le lieu d’entraînement.
- J’observe de manière quotidienne la pratique de mon enfant et échange avec le responsable de catégorie si besoin (progressivité ou problèmes rencontrés).

Sur le plateau ...

- Je participe au transport des joueurs de l’équipe.
- J’encourage l’ensemble des joueurs de l’équipe.
- Je propose mon aide au responsable de catégorie pour le goûter.
- Je n’interviens pas auprès de mon enfant lorsqu’il pratique et je laisse l’éducateur transmettre les consignes.

En dehors du terrain ...

- J’indique la présence ou l’absence de mon enfant pour les séances ou les plateaux.
- Je mets en place les conditions adéquates pour permettre à mon enfant de pratiquer correctement (alimentation, sommeil, tenue adaptée, ...).
- Je participe à la vie du club.



RETOUR ACCUEIL

FORMATION DE L'EDUCATEUR/TRICE :



Le parcours de formation, c'est quoi ?



Accéder au catalogue de formations
sur le site de la F.F.F :

<https://maformation.fff.fr/category/index.html>

Ce Qu'il Faut Retenir :

- Deux parcours de formation proposés : le parcours « bénévole » et le parcours « professionnel ».
- Une formation = cours théoriques, mises en situation pédagogiques et mise en place au sein de son club.





FORMATION DE L'EDUCATEUR/TRICE (suite) :

Je souhaite me former pour être capable de m'occuper d'une équipe U11 ou U13 ? Le diplôme qui correspond à mes attentes est le **Certificat Fédéral Initiateur (C.F.I) U10-U13**.

- ✓ **Objectifs** : être capable d'organiser, de conduire et d'animer une séance, de diriger un plateau et de fournir un climat d'apprentissage adapté à la catégorie.
- ✓ **Pré-requis** : avoir une licence à la F.F.F sur la saison en cours, être âgé de 14ans révolu (sous licence U15) et un certificat médical valable pour la saison en cours (spécifique dirigeant(e)).

Sessions

DC:



SESSIONS	J1	J2	HORAIRE	LIEU
Session 1	Jeudi 5 novembre 2025	Jeudi 26 novembre 2025	9h30 à 17h00	PUYMOYEN
Session 2	Mercredi 18 février 2026	Mercredi 18 mars 2026	9h30 à 17h00	PUYMOYEN
Session 3	Jeudi 5 mars 2026	Jeudi 2 avril 2026	9h30 à 17h00	PUYMOYEN

Guide de formation – DC – 2025_2026 (complet) disponible



INSTITUT EMPLOI
FORMATION
DU FOOTBALL

Je souhaite m'inscrire à une session ? Cliquez sur le logo.





TABLEAU ANNEES DE PRATIQUE :

Année de naissance	Catégorie	Scolarité	Pratique
2020 ou 2021	U6 et U6F	Grande Section	Pratique à 3 ou 4
2019	U7 et U7F	C.P	Pratique à 3 ou 4
2018	U8 et U8F	C.E.1	Pratique à 3 ou 4
2017	U9 et U9F	CE.2	Pratique à 4 ou 5
2016	U10 et U10F	C.M.1	Pratique à 4 ou 5
2015	U11 et U11F	C.M.2	Pratique à 8
2014	U12 et U12F	6 ^{ème}	Pratique à 8
2013	U13 et U13F	5 ^{ème}	Pratique à 8
2012	U14 et U14F	4 ^{ème}	Pratique à 8
2011	U15 et U15F	3 ^{ème}	Pratique à 11
2010	U16 et U16F	Seconde	Pratique à 11
2009	U17 et U17F	Première	Pratique à 11
2008	U18 et U18F	Terminale	Pratique à 11
2007	U19 et U19F	...	Pratique à 11



RETOUR ACCUEIL



Poster "lois du jeu" :



LES RÈGLES DU JEU DE U6 À U13 GARÇONS ET FILLES - MISE À JOUR 2022



Télécharge
ton affiche :

CATÉGORIES - LICENCES	U6	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13
SCOLARITÉ	GS	CP	CE1	CE2	CM1	CM2	6 ^{ème}	5 ^{ème}
EFFECTIFS DE PRATIQUE	Football à 3 avec GDB (U6 spécifique) ou à 4 avec GDB		Football à 5		Football à 8		Football à 8	
SUPPLÉANT(S)	1 maximum		2 maximum		4 maximum		4 maximum	
NOMBRE MINIMAL DE JOUEURS	Adaptation des effectifs		4 par équipe		7 par équipe		7 par équipe	
TACLES	Non		Oui		Oui		Oui	
MIXITÉ	Oui		Oui		Oui		Oui	
SURCLASSEMENT	✗		3 U7 maximum par équipe avec autorisation médicale		3 U9 maximum par équipe avec autorisation médicale		3 U11 maximum par équipe avec autorisation médicale	
SOUS-CLASSEMENT	Possibilité 2 U8 G maximum par équipe - Possibilité U8 F		Possibilité U10 F		Possibilité U12 F		Possibilité U14 F	
DIMENSION DES TERRAINS	Football à 3 avec GDB : 21 m x 20 m Football à 4 avec GDB : 28 m x 20 m		35 à 40 m x 25 à 30 m		1/2 terrain à 11 Si terrain spécifique : 55 à 60 m x 45 m		1/2 terrain à 11 Si terrain spécifique : 60 à 65 m x 50 m	
ZONE GARDIEN DE BUT	Zone à 7 m		Zone à 8 m		26 m x 13 m		26 m x 13 m	
HORS-JEU	Non		Non		Ligne des 13 m		Ligne médiane	
TAILLE DES BUTS	4 m x 1,5 m		4 m x 1,5 m		6 m x 2,10 m		6 m x 2,10 m	
TAILLE DES BALLONS	T3 ou T4		T3 ou T4		T4		T4	
TEMPS DE JEU MAX : RENCONTRES + ATELIERS	50 minutes (5 séquences de 10 min)		50 minutes		60 minutes		70 minutes	
DURÉE MAX DES RENCONTRES	✗		40 minutes		50 minutes		60 minutes	
ENGAGEMENT	Au centre du terrain, interdiction de marquer directement							
COUP DE PIED DE BUT	Ballon arrêté, endroit libre dans la surface des 7 m		Ballon arrêté, endroit libre dans la surface des 8 m		Libre dans la zone virtuelle 6 m x 9 m (délimitée par la largeur des montants du but et le point de réparation) Placement libre des joueurs (idem foot à 11)		Libre dans la zone virtuelle 6 m x 9 m (délimitée par la largeur des montants du but et le point de réparation) Placement libre des joueurs (idem foot à 11)	
TOUCHE	Passe au pied au sol ou conduite de balle		Passe au sol ou conduite de balle		À la main		À la main	
CORNER			Au pied, passe uniquement		Au pied		Au pied	
COUP-FRANCS	Coup-francs directs uniquement		Coup-francs directs uniquement		Coup-francs directs et coup-francs indirects		Coup-francs directs et coup-francs indirects	
COUP DE PIED DE RÉPARATION	Sur la ligne des 7 m, face au but		Sur la ligne des 8 m, face au but		9 m		9 m	
MISE À DISTANCE DES JOUEURS	4 m (engagement, coup franc, corner et touche)		4 m		6 m		6 m	
PRISE DE BALLE À LA MAIN DU GARDIEN SUR PASSE EN RETRAIT VOLONTAIRE D'UN PARTENAIRE	Autorisée		Autorisée		Interdite sinon CF indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13 m. Mur autorisé à 6 m		Interdite sinon CF indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13 m. Mur autorisé à 6 m	
RELANCE GARDIEN DE BUT	Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol Volée et demi-volée interdite		Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol Volée et demi-volée interdite		Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol Sinon CF indirect ramené perpendiculairement sur la ligne des 13 m		Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol Sinon CF indirect ramené perpendiculairement sur la ligne des 13 m	
	Protégée à 7 m		Protégée à 8 m		Non protégée		Non protégée	
TEMPS DE JEU PAR JOUEUR	Tendre vers 100 %		Tendre vers 100 %		Temps de jeu égal pour tous		Temps de jeu égal pour tous	
ARBITRAGE	Extérieur terrain par 1 jeune ou 1 adulte		Extérieur terrain par 1 jeune ou 1 adulte		3 arbitres (privilegier des joueurs U15 - U17 du club)		3 arbitres - assistants - joueurs U12 - U13 (rotations de 15 minutes)	
PAUSE COACHING	Non		Non		Non		2 minutes au milieu de chaque période	



RETOUR ACCUEIL



CLIQUEZ ICI



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



Défi technique : "Shoot out".

GRANDS PRINCIPES :

Consignes :

- Départs simultanés à 26m des buts de 2 joueurs (chaque équipe dans un sens).
- Les joueurs ont 5 secondes pour tirer au but et tenter de marquer.
- Présence de GdB obligatoire.
- Faire participer l'ensemble des joueurs(es).

Variantes possibles :

- Variante 1 : faire passer tous les joueurs avec comptage de point individuel (phase de répétition).
- Variante 2 : faire passer tous les joueurs avec comptage de point par équipe.
- Variante 3 : idem mais seul le joueur marquant en premier donner un point à son équipe.
- Variante 4 : en 1'30min, compter le nombre de buts par équipe ; celle en ayant marqué le plus l'emporte.

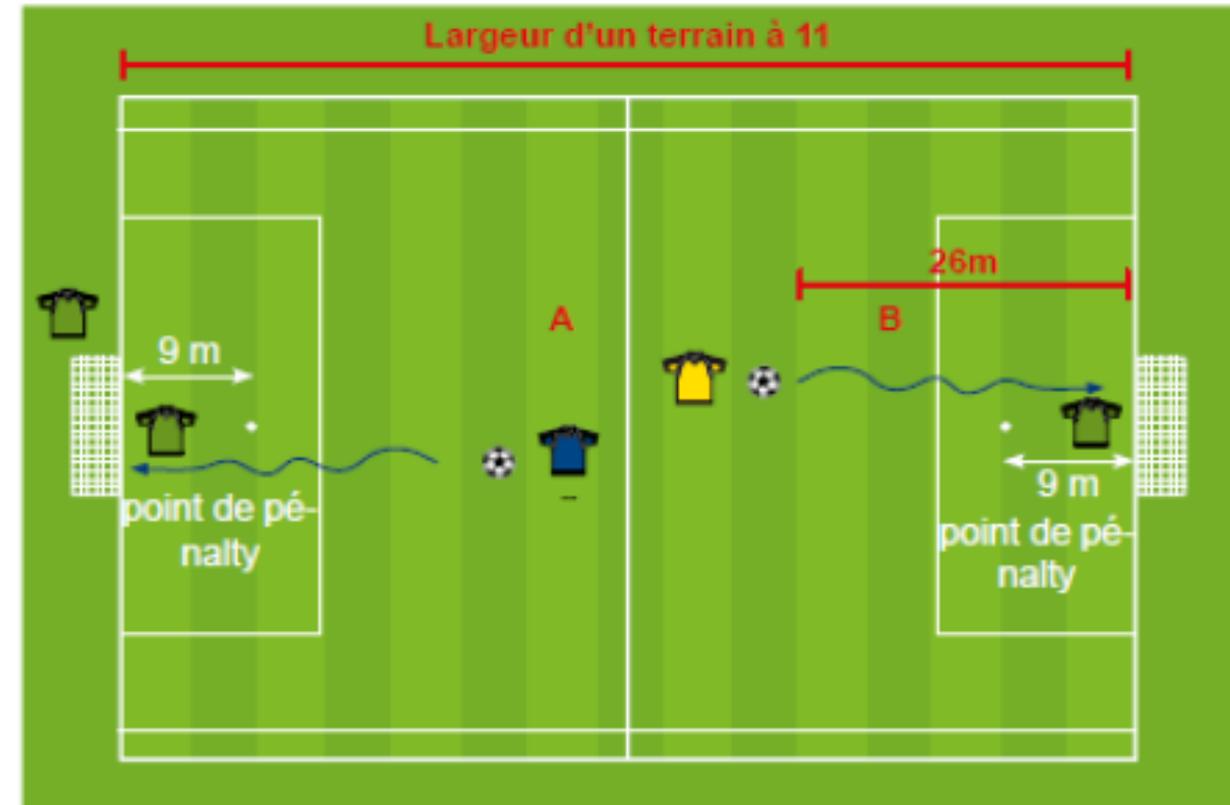


Astuces du CTD



Prévoir suffisamment de ballons pour donner du rythme au défi

Utiliser autant de buts que possible pour faire faire le défi à l'ensemble des équipes présentes



RETOUR ACCUEIL

Défi technique : "Tir au but".



Astuces du CTD



GRANDS PRINCIPES :

Consignes :

- Tir au but à tour de rôle
- Au coup de sifflet, le joueur tire au but du point de penalty.
- Présence de GdB obligatoire.
- Faire participer l'ensemble des joueurs(es).

Variantes possibles :

- Variante 1 : faire passer tous les joueurs avec comptage de point individuel (phase de répétition).
- Variante 2 : faire passer tous les joueurs avec comptage de point par équipe.
- Variante 3 : faire passer les joueurs ayant marqué 2 fois de suite du 2^{ème} pied.

Mettre 1 GdB par but à 8 afin de favoriser le nombre de passages par joueur et par équipe

Prévoir plusieurs ballons pour permettre d'enchaîner les séquences et donner du rythme au défi

