

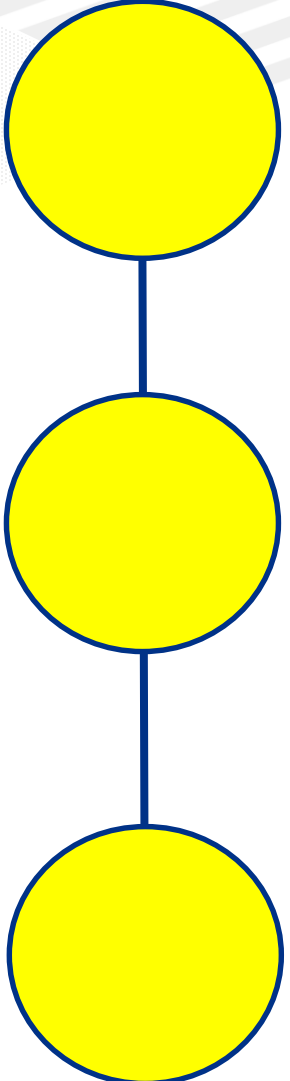
FOOT
A
EFFECTIF
REDUIT

CATEGORIE U11



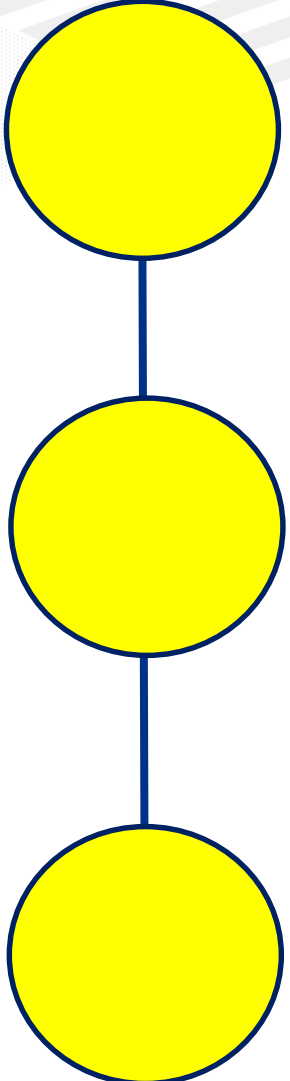
1

**QUI SONT-ILS ?
COMMENT LES
ENCADRER ?**

- 
- Volonté d'**apprendre** et de **progresser**
 - **Premières responsabilités**
 - Grande **disponibilité** et grande **réceptivité**

- **Amélioration** des capacités cardio-pulmonaire
- **Début** de la formation musculaire
- Premières différences « fille-garçon » !

- **L'altruisme** se développe
- **Capacité de raisonner** sur des schémas collectifs simples
- Besoin de **s'affirmer**

- 
- **Développer l'esprit d'équipe et l'esprit club !**
 - **Construire un cadre (Règles de Vie, Règles du Jeu)**
 - **Etre exemplaire !**
-
- Augmenter la durée des séquences
 - **Le jeu sera l'outil principal du développement !**
-
- **Education tactique !**
 - **Développement technique au service du collectif**

2

MODALITES DE PRATIQUE LOIS DU JEU

MODALITES DE PRATIQUE

LOIS DU JEU

| | |
|----------------------|--|
| Effectif | 8 + 4 maximum |
| Mixité | Oui |
| Organisation | Secteur |
| Rencontres | Multi-matches à 4 équipes : 2 matchs / équipe Brassage et Coupe à 4 équipes : 3 matchs / équipe |
| Fréquence | 1 rencontre par semaine sauf pendant les vacances scolaires |
| Temps de jeu | Multi-matches : 2 matchs de 2 x 12min / équipe Brassage 3 matchs de 1 x 16 min / équipe Coupe : 3 matchs de 2 x 8 min / équipe |
| Aire de jeu | Buts 6m x 2,10m ½ terrain de foot à 11 Surface rétrécie en largeur (13m-26m) |
| Surclassement | Possibilité de 3 licenciés U9 par équipe U11 Possibilité de 3 licenciés U11 par équipe U13 |

| | |
|----------------------------|--|
| Hors-jeu | À partir des 13 mètres |
| Relance GDB | UNIQUEMENT à la main ou au pied sur ballon posé au sol INTERDICTION de relancer de volée ou de demi-volée |
| Ballon | Taille 4 |
| Coup de pied de but | Au 9 mètres (incitation par le GDB) |
| Touche | À la main |
| Coup-franc | Direct et Indirect |
| Distance du mur | 6 mètres |

3

**CONTENU
DE LA
SAISON**

Autour de 20 journées

- 2 x 2 journées de **BRASSAGE** (Septembre-Octobre)
- 10 journée de **MULTI-MATCHS** (Novembre-Avril)
- 4 journées de **COUPE**

- Finale Départementale « Jo Burel » ou Fête de Secteur (Mai)

Contactez-nous !

Léo BERNUZEAU

Conseiller Départemental Football d'Animation
cdfa@foot35.fff.fr

Michel HAYE

Animateur Départemental Foot A Effectif Réduit

Retrouvez toutes les infos !

Site du District : Cliquez ici →→

Documents, Rubrique U11 : Cliquez ici →→