

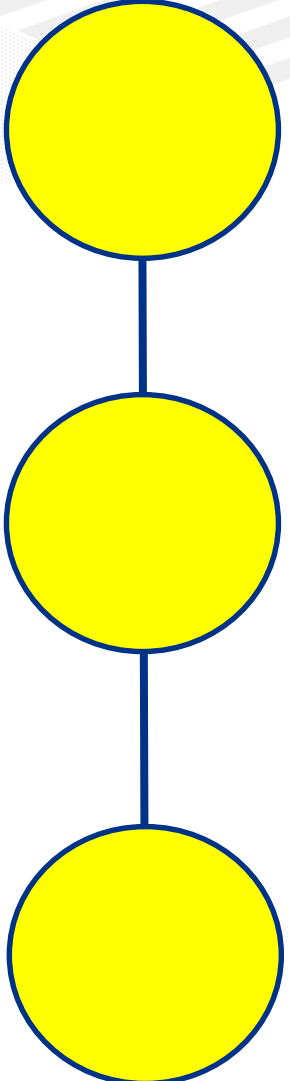
FOOT
A
EFFECTIF
REDUIT

CATEGORIE U9



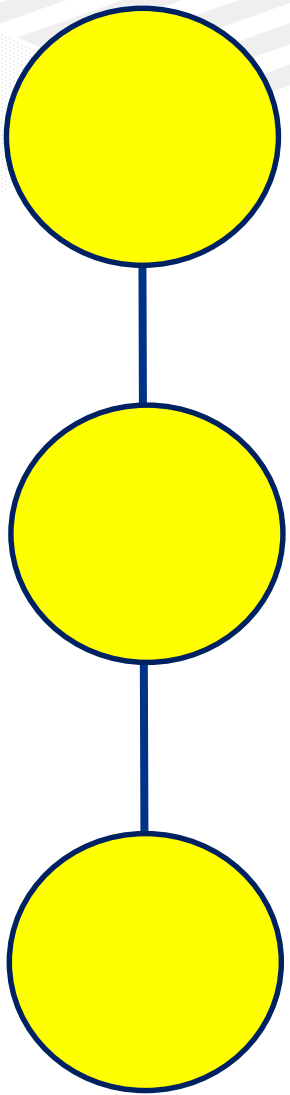
1

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

- 
- **Jouer pour apprendre**
 - **Fan de foot**
 - Développement de la **mémoire**

- **Faible puissance** musculaire
- En **pleine croissance** : fragile
- Se **fatigue** vite, mais **recupère** vite !

- **L'égoïsme s'estompe** mais reste présent
- Concentration **limitée**
- Besoin de **reconnaissance**

- 
- **Développer l'esprit d'équipe**
 - **Construire un cadre** (Règles de Vie, Règles du Jeu)

- Renforcer la **psychomotricité**
- **Equilibrer** temps d'effort/récupération

- **Langage simple**
- **Code couleur** (chasuble, coupelle ...)
- **Alterner** atelier individuel/collectif

2

MODALITES DE PRATIQUE LOIS DU JEU

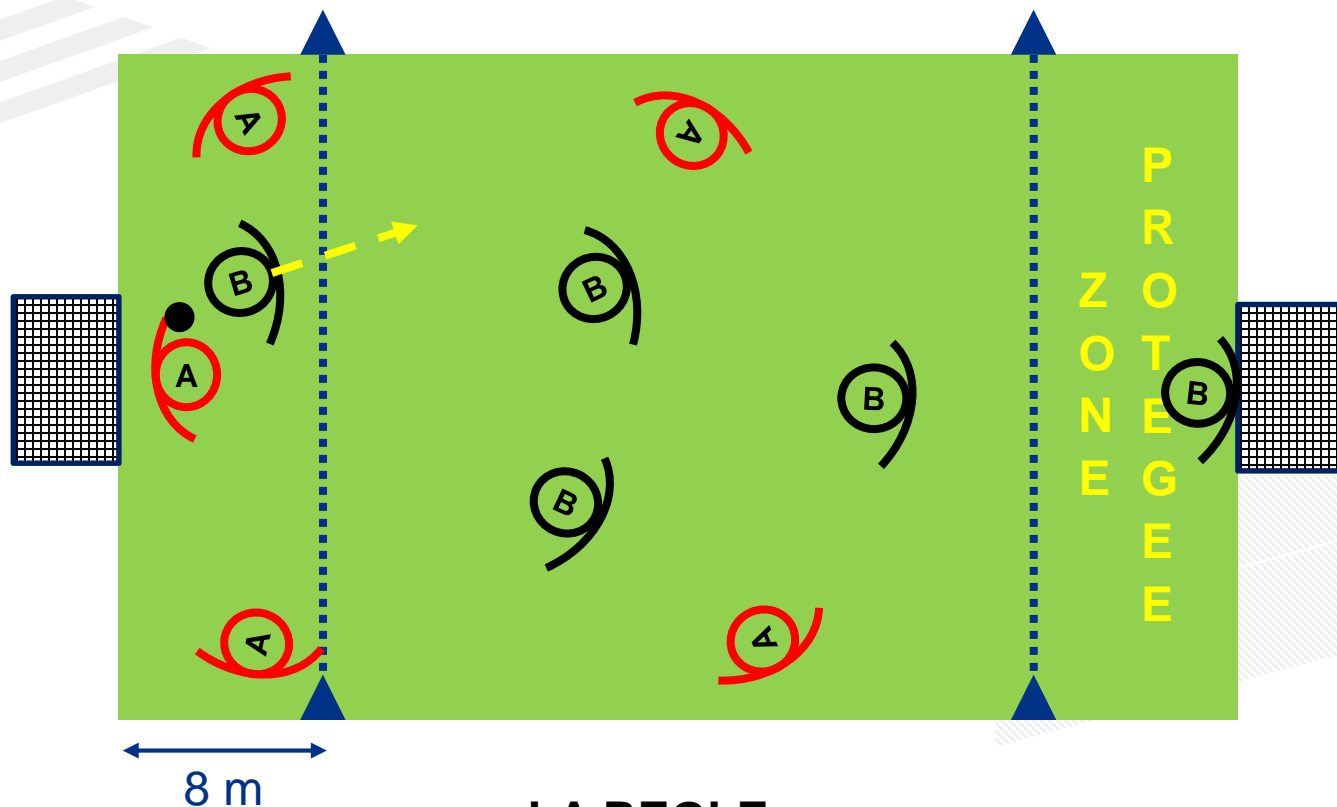
MODALITES DE PRATIQUE

LOIS DU JEU

Effectif	5 (ou 4 sans GDB) 2 remplaçants maximum
Mixité	Oui
Organisation	Secteur
Rencontres	Rassemblement avec des MATCHS et 1 DEFI TECHNIQUE
Fréquence	2 rassemblements par mois
Temps de jeu	50 minutes maximum Soit 1 - 4 rotations de 12 minutes 2 - 5 rotations de 10 minutes 3 - 6 rotations de 8 minutes
Aire de jeu	Buts 4m 35m x 25m ZONE PROTEGEE de 8m
Surclassement	Possibilité de 3 licenciés U7 par équipe U9 Possibilité de 3 licenciés U9 par équipe U11

Relance GDB	UNIQUEMENT à la main ou au pied sur ballon posé au sol
Ballon	Taille 3
Coup de pied de but	Au 8 mètres (incitation par le GDB)
Touche	AU PIED 1 - Je rentre tout seul dans le terrain 2 - Je fais une passe à un partenaire
Coup-franc	Direct
Distance du mur	6 mètres

LA RELANCE PROTEGEE



LA REGLE

Quand le gardien de l'équipe A est en possession du ballon, TOUS les joueurs de l'équipe B doivent sortir de la zone protégée.

Les joueurs de l'équipe B ne peuvent rentrer dans la zone qu'une fois le ballon touché par un joueur de l'équipe A

3

LES DEFIS TECHNIQUES

LES DEFIS TECHNIQUES

Période	Thème	Défis proposés
Septembre - Octobre	Conduite	Le relais Le morpion Béret à 2 ballons
Novembre - Décembre	Conduite et enchaînement	Le béret voleur Le relais Béret à 2 portes
Janvier - Février	Contrôle	Chrono carré Les transporteurs Les déménageurs de l'extrême
Mars - Avril	Passe	Les transporteurs Les déménageurs de l'extrême Ballons immortels
Mai - Juin	Jonglerie	Défi Jonglerie

Objectifs :

- ✓ Varier les ateliers d'un rassemblement à l'autre (intérêt des joueurs et des encadrants)
- ✓ Avoir un thème technique qui peut servir de fil conducteur pour les séances d'entraînements
- ✓ Atelier à adapter selon les ressources matérielles du club recevant

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 U9 : Cliquez ici →→