





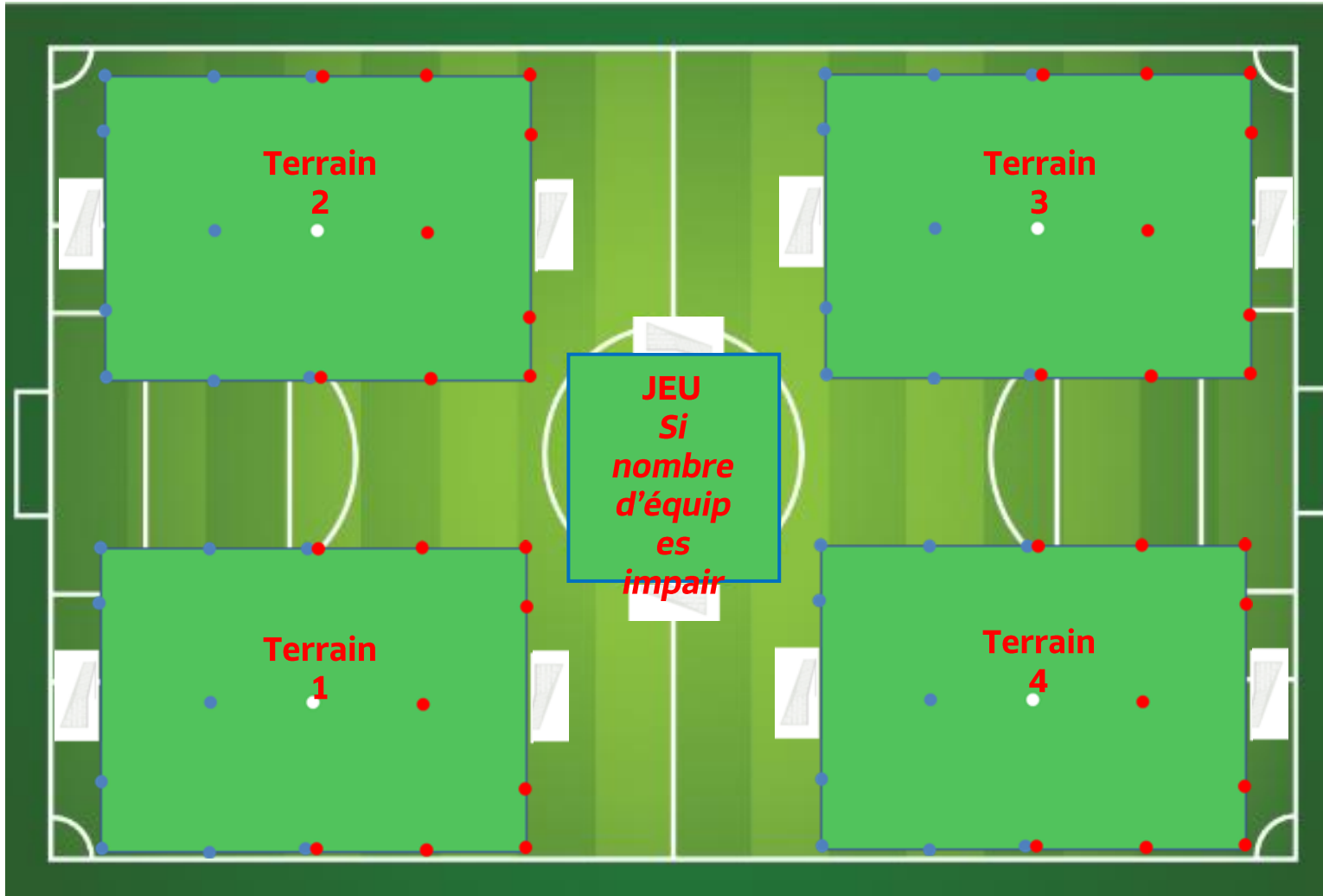
# U9 **NIVEAU 1** PHASE 2 ORGANISATION DES PLATEAUX DES 02 MAI ET 30 MAI 2026

## CONTINUITE FOOT A 5



 <b>FOOTBALL D'ANIMATION</b> <i>Saison 2025 / 2026</i> 							
Période	Mois	Date	U6-U7	U8-U9	U10-U11 Niveau 1	U10-U11 Niveaux 2 et 3	
PERIODE 5	MAI / JUIN	Sa 02/05/26	Plateau remis	Plateau 6	Critérium 8		
		Sa 09/05/26	Plateau 5	Plateau remis	Critérium remis		
		Sa 16/05/26	Pont Ascension				
		Sa 23/05/26	Pont Lundi pentecôte				
		Sa 30/05/26	Plateau remis	Plateau 7	Critérium 9		
		Sa 06/06/26	Plateau 6	Plateau remis	Critérium 10		
		Sa 13/06/26	JOURNEE NATIONALE DES DEBUTANTS				
		Sa 20/06/26					
		Sa 27/06/26					

**PLATEAUX DE BASE A 5 EQUIPES**



Dimension: 40 m x 30m  
Relance protégée à 8m

### 4 TEMPS DE JEU de 12 minutes:

*Se référer au document transmis via le FAL pour les rotations*

- Temps 1 = chaque équipe se place sur le terrain sur lequel elle devra jouer son premier match et effectue le « ballon magique 3c3\* » **OU JONGLAGES**
- Temps 2 = Les équipes restent sur leur terrain et font le premier match
- Temps 3 = Second match selon la fiche de rotation
- Temps 4 = Troisième match selon la fiche de rotation

*Si nombre d'équipe impair sans possibilité d'en constituer une supplémentaire, elle effectue le jeu préconisé*

\* 3c3 = 2 joueurs + 1 gardien

# LE BALLON MAGIQUE 3C3\*

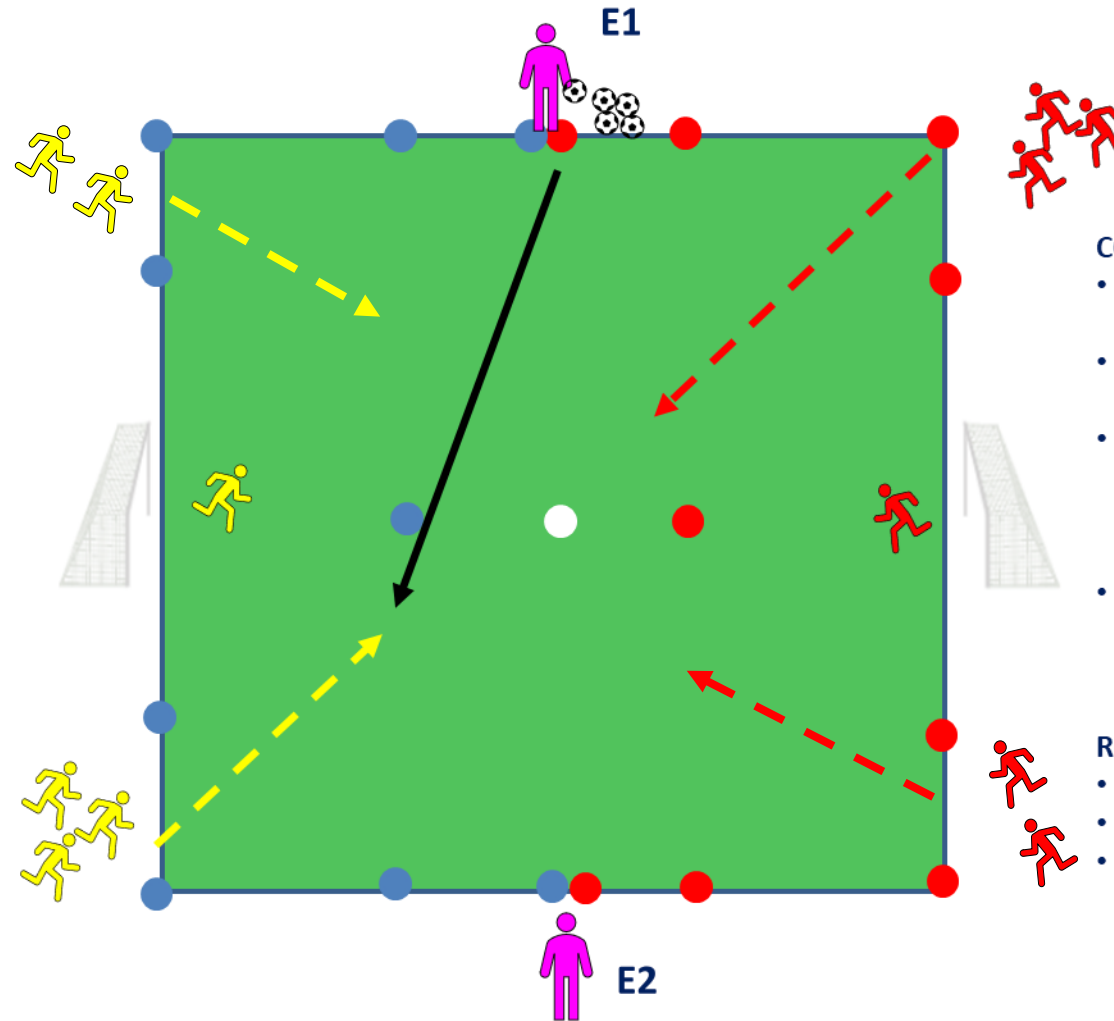
\* 3c3 = 2 joueurs + 1 gardien

U8/U9



## GRANDS PRINCIPES

- Educateur équipe 1 (E1) transmet le ballon au 1er joueur rouge ou jaune (passe dans les pieds du joueur).
- Le joueur 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<sup>ème</sup> 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 2 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

## ESPACES DE JEU

Dimension: 32m x 30m  
(suppression d'une bande  
du terrain de 8m x 30m)

*A partir du plateau 5 : Idem ci-dessus en 4c3. Si récupération de la défense, un partenaire peut entrer en jeu pour revenir à égalité numérique*

# LE JONGLAGE



U8/U9

## ORGANISATION

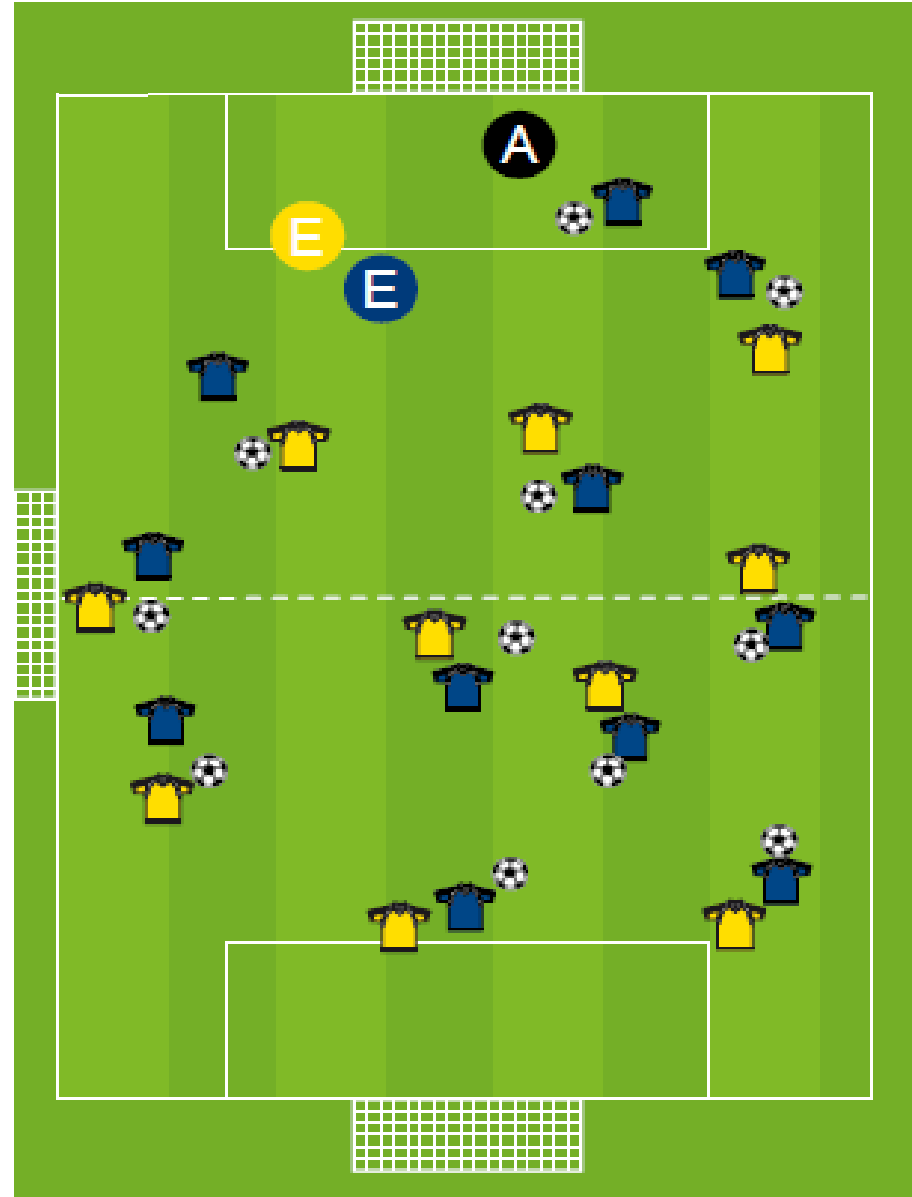
OBJECTIF	Améliorer la maîtrise technique par le jonglage
BUT(S)	Par binôme de joueurs d'équipe différente, valider les cinq contrats
CONSIGNES	<p>Un ballon par binôme / 2' par contrat. Pour marquer 1 point, chacun des deux joueurs du binôme doit valider le contrat. Nombre d'essais illimité en alternance dans la séquence. Possibilité d'une zone de rattrapage. Levée à la main (ou au pied si débrouillé)</p> <p><b>Contrat 1:</b> 2 Jonglages <b>Contrat 2:</b> 4 Jonglages <b>Contrat 3:</b> 6 Jonglages <b>Contrat 4:</b> 8 Jonglages <b>Contrat 5:</b> 10 Jonglages Jonglage libre (possibilité d'imposer les surfaces de contact).</p>

## COMPORTEMENTS ATTENDUS (VEILLER À...)

### COLLECTIFS (VEILLER À...)

### INDIVIDUELS (VEILLER À...)

Frapper le ballon du cou du pied (os en haut des lacets), pointe de pied tendue (pied en plateau) et cheville verrouillée.  
Fixer le ballon du regard.  
Frapper le ballon au milieu et par en dessous (du bas vers le haut).  
Avoir la jambe alternativement semi-fléchie puis tendue au moment de la frappe.  
Avoir le pied d'appui sous le bassin pour assurer l'équilibre général.  
Se servir des bras pour renforcer l'équilibre.



# LE PLATEAU U9

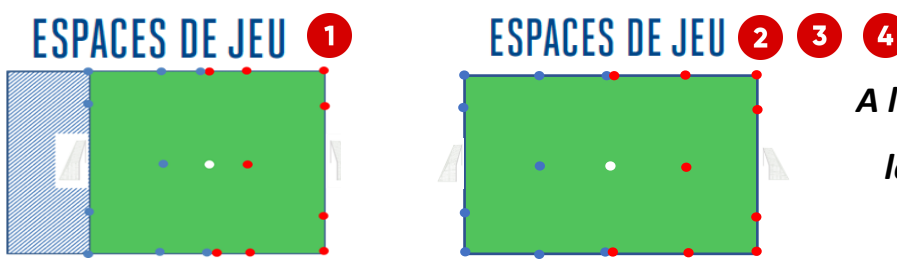
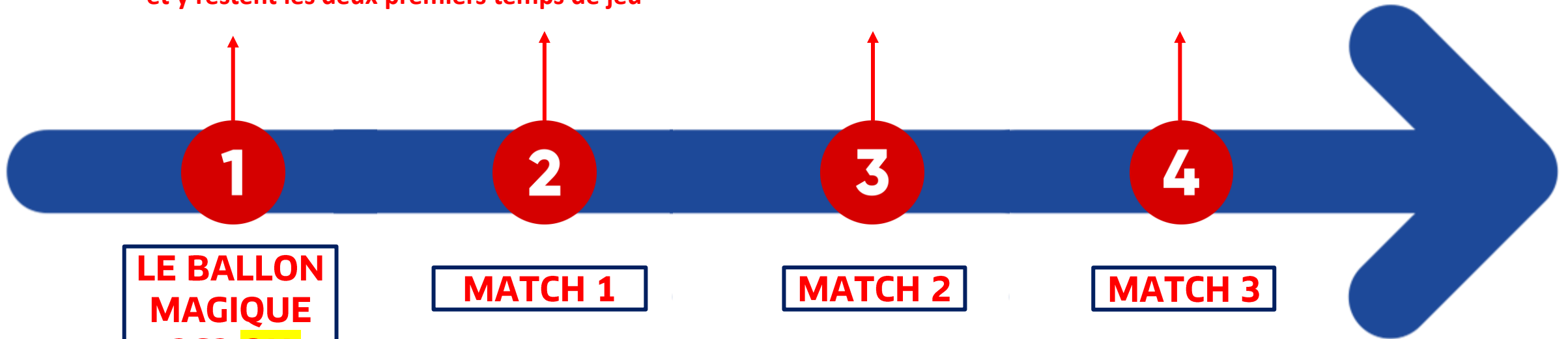
U8/U9



Installation du plateau avec des terrains aux dimensions demandées pour les matchs (40m x 30m) et positionnement d'un but sur la ligne de relance protégée directement pour effectuer le ballon magique

Les équipes se positionnent, en fonction de la feuille de rotation, sur le terrain correspondant et y restent les deux premiers temps de jeu

Les équipes changent de terrain en fonction de la feuille de rotation



*A la fin du ballon magique, repositionner le but avancé sur sa ligne de but pour effectuer les trois matchs*

**4 TEMPS DE JEU de 12 minutes**



## LA FEUILLE DE ROTATION

Journée 1		CLUB RECEVANT : _____							
	Match 1		Scores 1	Match 2		Scores 2	Match 3		Scores 3
<b>Terrain 1</b>	Equipe 1	Equipe 4	-	Equipe 1	Equipe 6	-	Equipe 1	Equipe 5	-
<b>Terrain 2</b>	Equipe 2	Equipe 5	-	Equipe 4	Equipe 2	-	Equipe 4	Equipe 6	-
<b>Terrain 3</b>	Equipe 3	Equipe 6	-	Equipe 3	Equipe 5	-	Equipe 3	Equipe 2	-

1

2

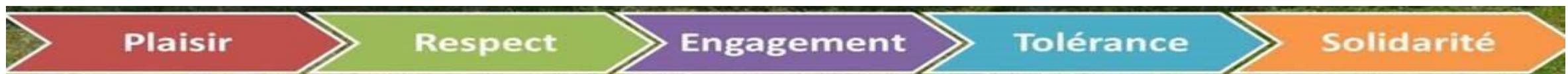
3

4

**TERRAIN IDENTIQUE BALLON  
MAGIQUE ET MATCH 1**

**TERRAIN MATCH 2**

**TERRAIN MATCH 3**



# EXEMPLES DE JEU

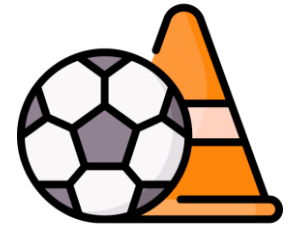
## JEU 1

- > Effectuer des duos de niveau (A1, A2...)  
Ces duos s'affrontent sur un parcours :  
Conduite + Tir de précision
- > Chaque duo dispute 4 manches : 2 à Droite, 2 à Gauche
  - La 1<sup>ère</sup> et la 3<sup>ème</sup> sont des découvertes
  - La 2<sup>ème</sup> et la 4<sup>ème</sup> sont des défis comptabilisés
- > Les buts sont comptabilisés comme suit\* :
  - 2 points entre le poteau et le piquet
  - 1 point entre les 2 piquets
  - 0 point hors cadre

\*1 point supplémentaire pour celui qui envoie le ballon dans le but en premier.



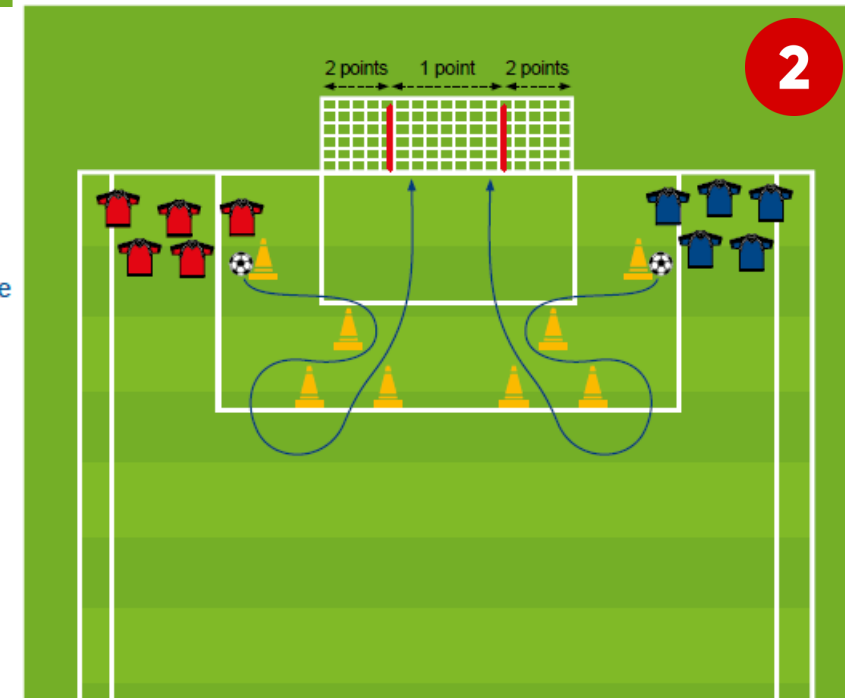
U8/U9



## JEU 2

- > Effectuer des duos de niveau (A1, A2...)  
Ces duos s'affrontent sur un parcours :  
Conduite + Tir de précision
- > Chaque duo dispute 4 manches : 2 à Droite, 2 à Gauche
  - La 1<sup>ère</sup> et la 3<sup>ème</sup> sont des découvertes
  - La 2<sup>ème</sup> et la 4<sup>ème</sup> sont des défis comptabilisés
- > Les buts sont comptabilisés comme suit\* :
  - 2 points entre le poteau et le piquet
  - 1 point entre les 2 piquets
  - 0 point hors cadre

\*1 point supplémentaire pour celui qui envoie le ballon dans le but en premier.



PLAISIR



RESPECT



ENGAGEMENT



TOLÉRANCE



SOLIDARITÉ