

U6/U7

# LE GUIDE DES PARENTS U6-U7



Philosophie  
et objectifs

Organisation

PLATEAU  
*FESTIF  
CONVIVAL*

FAIRE JOUER  
TOUS LES  
ENFANTS

PLATEAU  
CLASSIQUE

PLATEAU  
FESTIFOOT

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



# CHACUN SON RÔLE

# U6/U7

## RÔLE DES ÉDUCATEURS, PARENTS ET ACCOMPAGNEURS

### Missions de l'encadrement :

L'encadrement d'un jeune joueur est composé d'un tryptique : l'éducateur, l'accompagnateur (« le dirigeant ») et les parents.

Chacun d'entre eux a un rôle à tenir auprès des jeunes joueurs. Leurs missions doivent être COMPLÉMENTAIRES et chacun doit rester dans son rôle.

	RÔLES DE L'ÉDUCATEUR	RÔLES DE L'ACCOMPAGNEUR	RÔLES DES PARENTS
EN DEHORS DE LA PRATIQUE	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Participe aux réunions techniques du club</li><li>&gt; Prépare le calendrier des rencontres</li><li>&gt; Met en place les conditions d'entraînement (lieu, jour, horaires, stages...)</li><li>&gt; Met en œuvre une programmation</li><li>&gt; Intègre le Programme Educatif Fédéral dans son fonctionnement</li><li>&gt; Prévoit des animations extra-sportives</li><li>&gt; Assure le lien avec les parents (réunion, contact...)</li><li>&gt; Met en place la charte de vie avec les joueurs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare le déplacement et les conditions matérielles (licences, ballons, équipements, feuille de match, pharmacie, voitures...)</li><li>&gt; Conçoit le livret de l'équipe à destination des parents (coordonnées, entraînements, calendrier, charte de vie...)</li><li>&gt; Aide à la mise en place d'animations extra-sportives</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Indique l'absence (et son motif) de leur enfant à l'éducateur</li><li>&gt; Fait respecter les temps de sommeil de leur enfant</li><li>&gt; Prépare une alimentation adaptée à l'activité physique</li><li>&gt; Vérifie que le sac du footballeur soit correctement préparé</li><li>&gt; Participe à la vie du club</li></ul>
À L'ENTRAÎNEMENT	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare et anime la séance d'entraînement</li><li>&gt; Tient la fiche de présence</li><li>&gt; Fait le point sur l'organisation des rencontres du week-end (santé, absences, transport)</li><li>&gt; S'entretient avec les joueurs si besoin</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Ouvre et ferme les vestiaires</li><li>&gt; Accueille les joueurs</li><li>&gt; Aide à la préparation du matériel</li><li>&gt; Participe à l'animation de la séance si besoin</li><li>&gt; Surveille les joueurs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Transporte son enfant</li><li>&gt; Assiste périodiquement à l'entraînement de son enfant</li></ul>
LE JOUR DE LA RENCONTRE (avant, pendant, après)	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare la rencontre</li><li>&gt; Organise l'équipe et donne les consignes</li><li>&gt; Noue le contact avec l'adversaire et l'arbitre</li><li>&gt; Dirige l'équipe</li><li>&gt; Fait le bilan avec les joueurs</li><li>&gt; Précise le prochain rendez-vous</li><li>&gt; Tient la fiche de présence</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Distribue les équipements</li><li>&gt; Accueille l'adversaire et l'arbitre</li><li>&gt; Seconde l'éducateur dans son rôle (échauffement, remplaçants, pharmacie...)</li><li>&gt; Prépare la collation d'après-match à domicile</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Participe au transport des joueurs de l'équipe</li><li>&gt; Accueille les parents de l'autre équipe</li><li>&gt; Encourage tous les joueurs de l'équipe</li><li>&gt; Aide à la préparation de la collation</li></ul>



# U6/U7

CALENDRIER  
DE LA SAISON U6/U7

L'ENFANT  
AU CŒUR DU JEU

FORMES  
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

CARACTÉRISTIQUES DE L'ENFANT (1/2)



## MIEUX LE CONNAÎTRE !



L'ENFANT EST ÂGÉ DE 5 ANS / 6 ANS, EN CLASSE DE GRANDE SECTION DE MATERNELLE / CP

- > Il est enthousiaste,
- > Il est centré sur lui-même,
- > Il est doté d'une faible capacité de concentration,
- > Il découvre le club de football,
- > Il est en âge d'acquisition de l'équilibre et de la latéralisation,
- > Il est en pleine croissance : fragile,
- > Il se fatigue très vite, récupère très vite.

**« L'ENFANT SE CONSTRUIT AU CŒUR DU JEU »**



## 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 »**



# LES COMPÉTENCES SPORTIVES

# U6/U7

 JEU	 TECHNIQUE	 COMPORTEMENT	 MOTRICITÉ
Être capable de			
Découvrir le partenaire >	Contrôler et passer le ballon au sol >	Rester concentré >	Travailler la coordination, motricité
Identifier le but à attaquer, le but à défendre et les limites du terrain >	Conduire le ballon, de changer de direction >	Avoir un état d'esprit exemplaire >	Apprendre à se déplacer dans un espace délimité
Chercher à progresser vers la cible dès que possible >	Tirer pour marquer >	Avoir confiance en soi >	Maîtriser les différents déplacements et rythmes
Se reconnaître défenseur et défendre >	S'opposer à la progression du ballon >	S'engager totalement >	Développer la vitesse de réaction

LES COMPÉTENCES **ÉDUCATIVES** sont **transverses** aux compétences sportives

PÉRIODES	Septembre / Octobre	Novembre / Décembre	Janvier / février	Mars / avril	Mai / juin
ADN FFF	<b>PLAISIR</b> ∨	<b>RESPECT</b> ∨	<b>ENGAGEMENT</b> ∨	<b>TOLÉRANCE</b> ∨	<b>SOLIDARITÉ</b> ∨
COMPÉTENCES	Faire son sac et bien s'équiper	Économiser l'eau	Réduire sa consommation d'énergie	S'enrichir de la diversité au sein de l'équipe	Supporter son équipe en respectant les autres
	Saluer les personnes de son environnement	Respecter les partenaires, les adversaires et son éducateur	Connaître les règles essentielles du jeu	Identifier la nature des déchets	Porter les valeurs du foot

# LOIS DU JEU U6-U7

# U6/U7

<b>Terrain foot à 4</b> <b>Terrain foot à 3 (U6)</b>	Largeur : 20 mètres   Longueur : 30 mètres   pratique 4 c 4 avec GB Largeur : 15 mètres   Longueur : 25 mètres   pratique 3 c 3 sans GB Surface de réparation = 8 mètres			
<b>Buts</b>	4 m x 1,5 m (constri-foot) ou but spécifique FFF		<b>Ballon</b>	<b>Taille N°3</b>
<b>Nombre de joueurs (nouveau)</b>	4 c 4 avec gardien + 1 remplaçant ou 3 c 3 sans gardien (U6) + 1 remplaçant interdiction : 5 c 5 / 6 c 6... (1 remplaçant maxi)		<b>Le Tacle</b>	<b>Interdit - sanction :</b> Coup franc direct
<b>Remise en jeu sortie en touche</b>	<b>Remise en jeu effectuée au pied sur une passe au sol ou en conduite de balle</b> adversaire à 4 mètres - <b>Interdiction de marquer directement</b>			
<b>Temps de jeu</b>	<b>Plateau Classique 40 min (discontinu) = 10' de jeu/défi technique + 3 matchs de 10min</b> <b>Plateau Festifoot = 6 matchs de 7 min</b>			
	Participation de tous les joueurs : tendre vers 100 % du temps de jeu <b>Tous les joueurs débutent au moins une fois une rencontre en tant que titulaires</b>			
<b>Hors-jeu</b>	Non	<b>Coup d'envoi</b>	Interdit de marquer sur l'engagement - Adversaires à 4 mètres	
<b>Gardien de but</b>	<b>Obligation : Relance à la main ou au pied ballon au sol</b> <b>Interdiction de relancer de volée ou ½ volée (Nouveauté)</b> Le gardien peut se saisir du ballon à la main sur la passe volontaire d'un partenaire			
<b>Relance Protégée (8 mètres)</b>	<b>Sur sortie de but (relance au pied ballon arrêté au sol) et sur la relance du Gardien de but (GB) à la main,</b> les adversaires ont obligation de sortir de la zone de but, zone protégée (8m). Ils pourront y pénétrer lorsque le ballon sera parvenu (touché) à un partenaire du GB ou aura franchi la zone protégée ou la ligne de touche.			



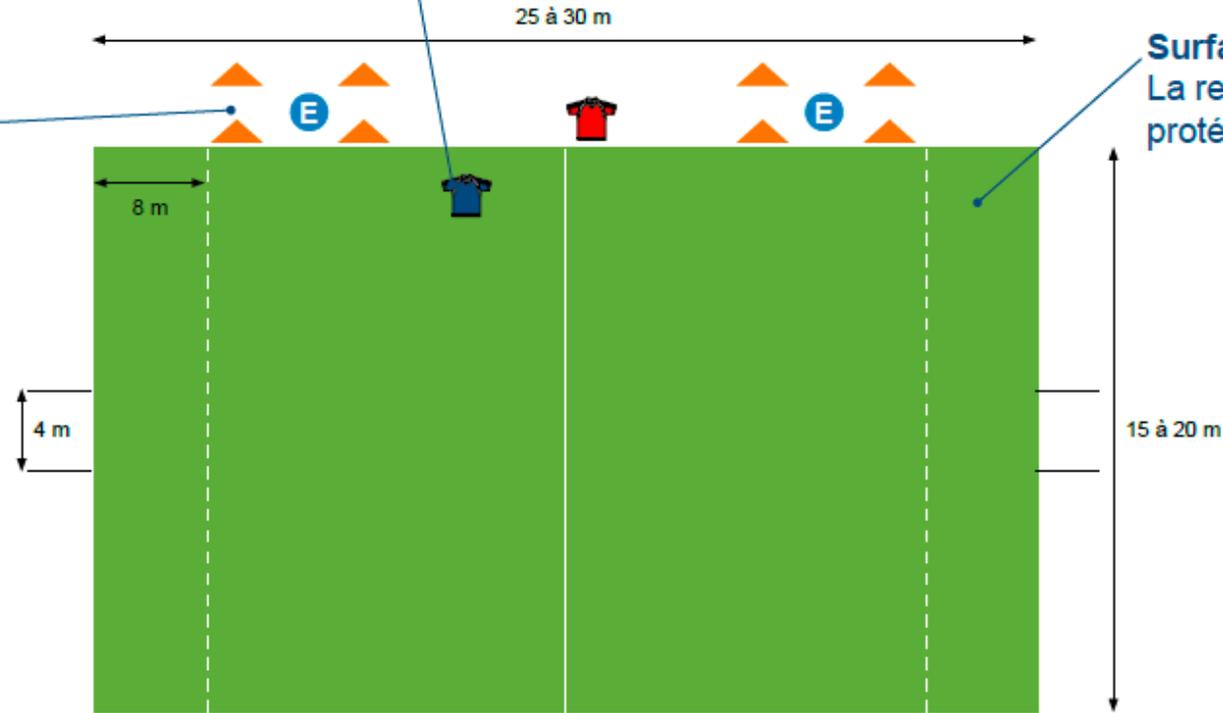
## FOOT À 3 OU 4

### Arbitrage

Éducatif et à l'extérieur du terrain ou à l'intérieur par un jeune licencié maîtrisant les règles du jeu.

### Maison d'accueil

L'éducateur se situe dans cet endroit délimité par 4 coupelles afin d'accueillir ses joueurs. Cette zone fait office de « banc de touche ».



### Surface de réparation

La relance est protégée.

### Remise en jeu sur sortie en touche

2 choix s'offrent au joueur :

- 1 - Il effectue une passe
- 2 - Il rentre dans le jeu en conduite de balle,

Attention : interdiction de marquer sur une touche directe.



# ***L'ORGANISATION DES PLATEAUX***



U6/U7

# PLATEAU CLASSIQUE U6-U7



## Organisation

Protocole  
Fair-Play

*Avant la rencontre*

1 JEU ou défi  
technique

 1 x 10min

3 MATCHS

 3 x 10min

Protocole  
Fair-Play

*Après la rencontre*

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

1. Plateau festif et convivial
2. Faire jouer tous les enfants : tendre vers 100 % (éviter les suppléants)
3. Transférer les apprentissages de la semaine
4. Laisser les enfants jouer le plus librement possible



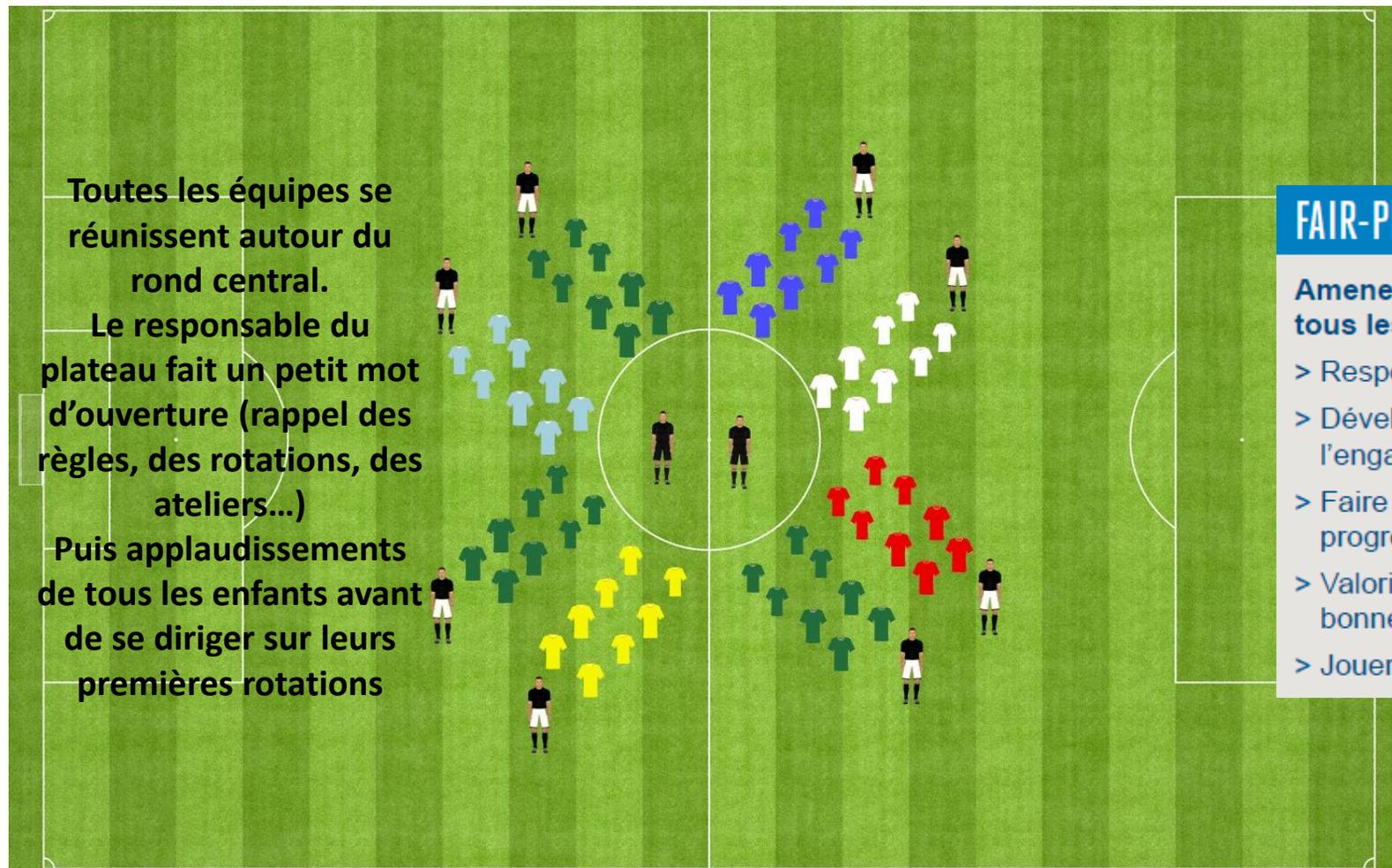
**« ENCOURAGER,  
VALORISER TOUS LES ENFANTS C'EST  
LES METTRE EN CONFIANCE !!! »**

L'animation du jeu ou du défi technique doit être confié(e) à la personne encadrant l'équipe.  
Des formations spécifiques U6-U7 permettent de former vos encadrants !

**Le jeu ou défi technique ne doit pas être découvert par les enfants lors du plateau !  
Ils doivent le découvrir et le pratiquer au minimum à l'entraînement précédent la journée de plateau**

# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT PLATEAU U6-U7

U6/U7



Toutes les équipes se réunissent autour du rond central.  
Le responsable du plateau fait un petit mot d'ouverture (rappel des règles, des rotations, des ateliers...)  
Puis applaudissements de tous les enfants avant de se diriger sur leurs premières rotations

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs

## ESPACES DE JEU

### Formes de pratiques :

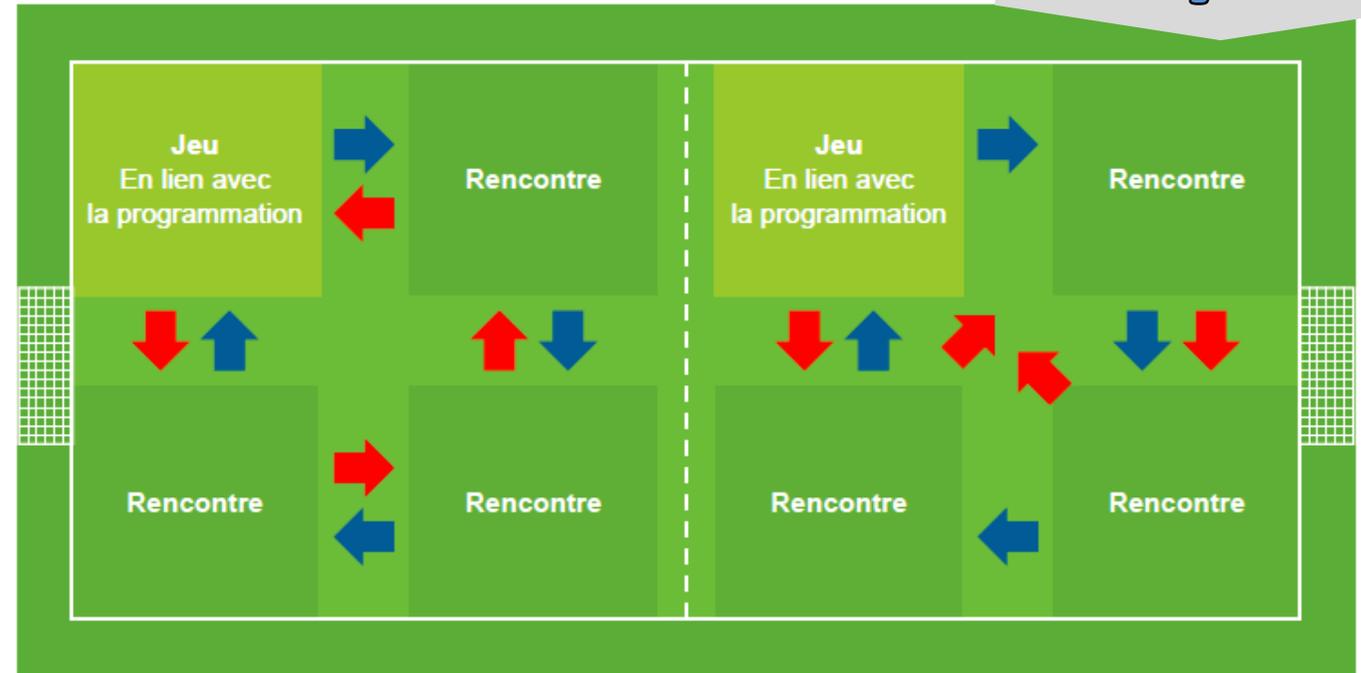
- Foot à 3 (sans GB)
- Foot à 4 (avec GB)

### Aucun classement

### Préconisations fédérales :

- 8 à 16 équipes maximum
- Plateaux par niveau et/ou par âge

### Exemple de rotation à 2 X 8 équipes



Zoom sur les espaces de jeu

COMMENT  
ORGANISER  
UN PLATEAU ?

ESPACES DE JEU

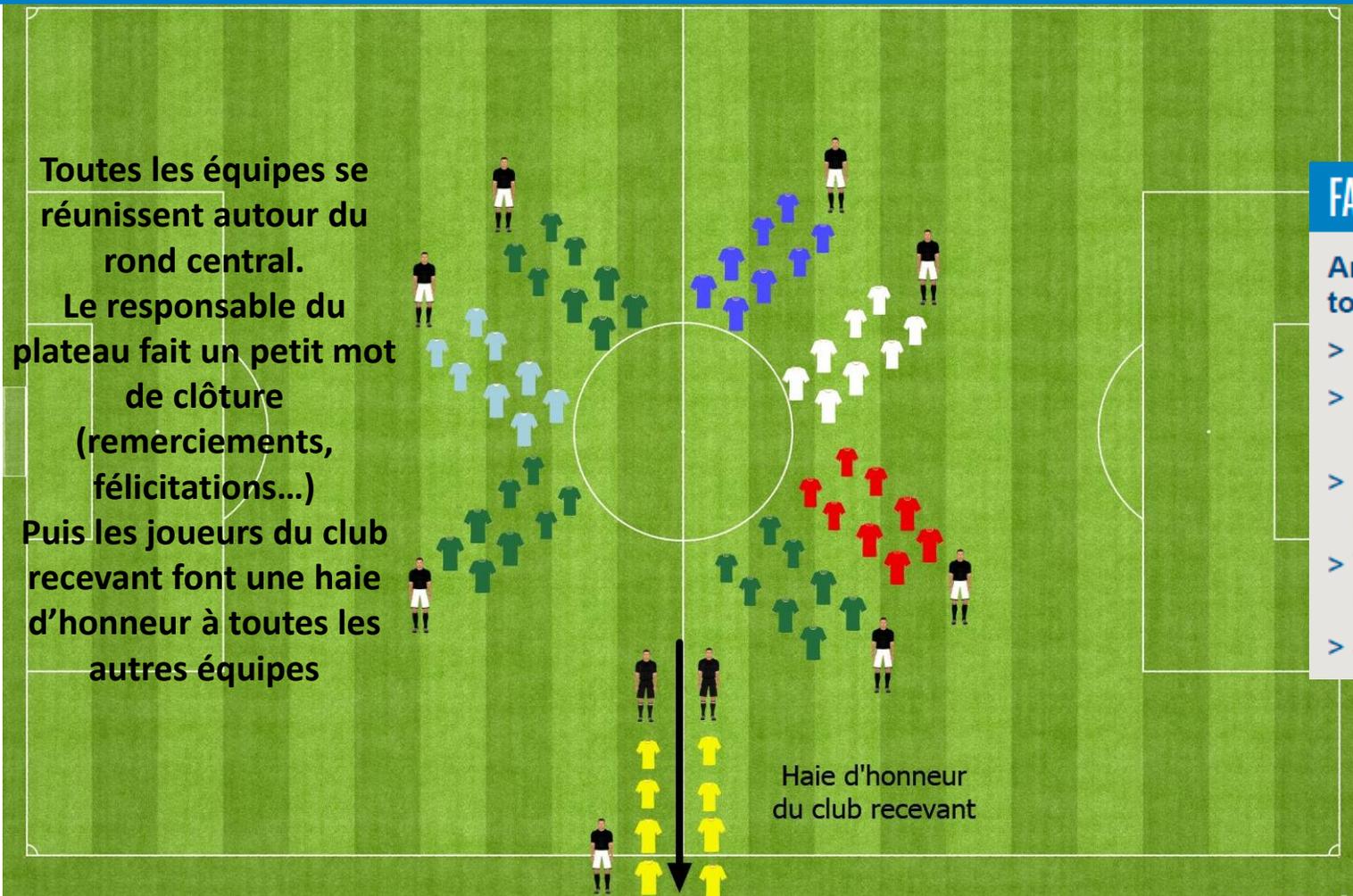
LOIS DU JEU

### Dimensions des terrains en fonction de la forme de pratique :

- Foot à 3 = 25 M X 15 M
- Foot à 4 = 30 M X 20 M

# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRES PLATEAU U6-U7

U6/U7



Toutes les équipes se réunissent autour du rond central.  
Le responsable du plateau fait un petit mot de clôture (remerciements, félicitations...)  
Puis les joueurs du club recevant font une haie d'honneur à toutes les autres équipes

## FAIR-PLAY

- Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu
- > Respecter les adversaires
  - > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
  - > Faire preuve de volonté de progresser
  - > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
  - > Jouer sans tricher

Haie d'honneur du club recevant



Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs



U6/U7

# PLATEAU FESTIFOOT U6-U7



## Organisation

Protocole  
Fair-Play

*Avant la rencontre*

6 MATCHS DE 7 MINUTES  
Sous forme de montante /  
descendante

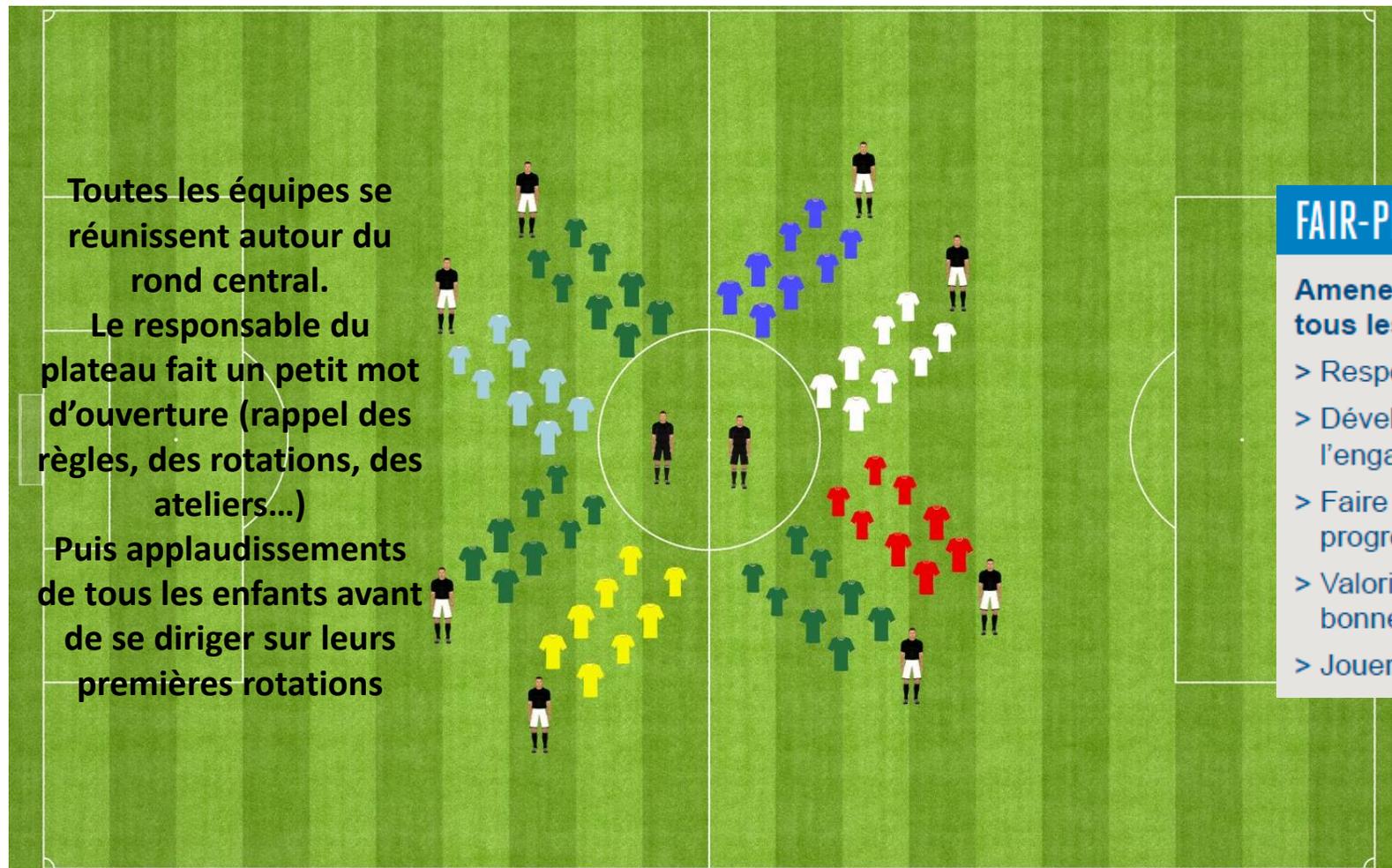
Protocole  
Fair-Play

*Après la rencontre*

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

# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT PLATEAU U6-U7

U6/U7



## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs

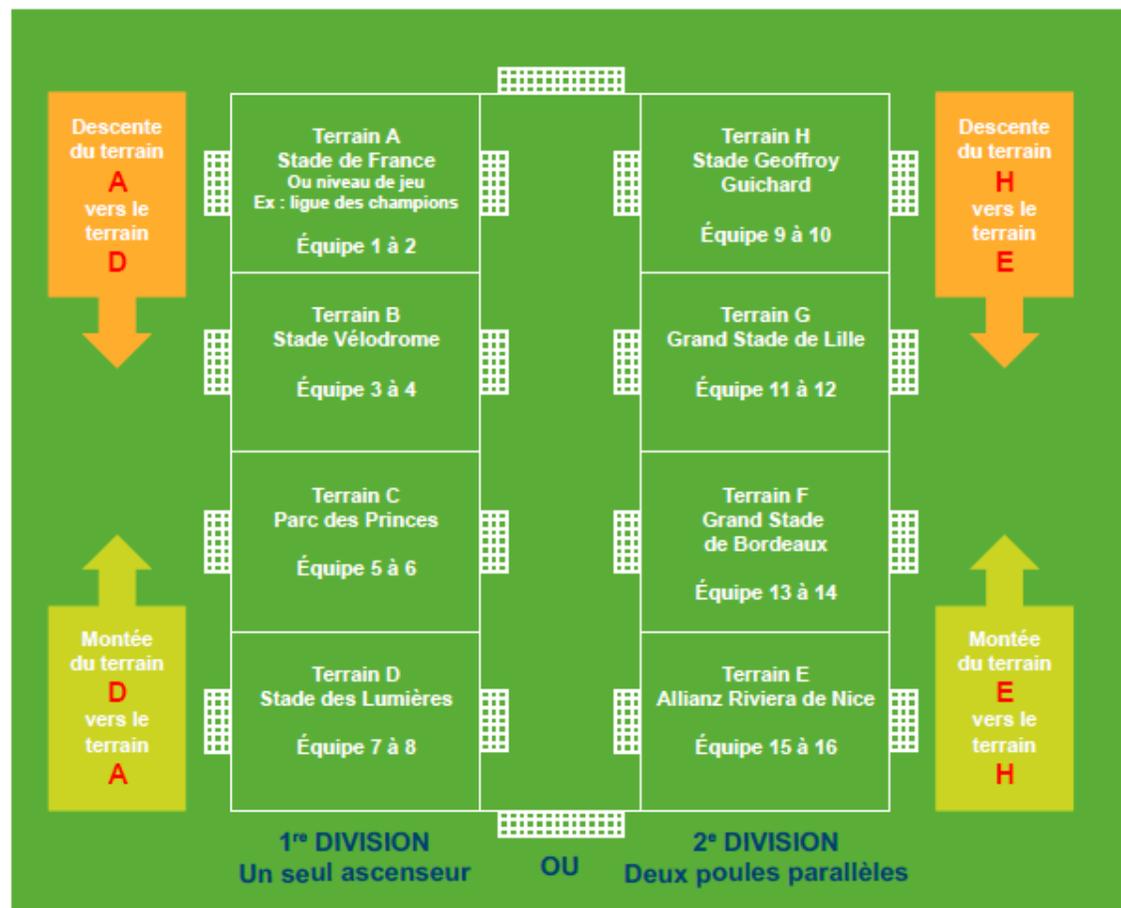


## ESPACES DE JEU

### Matériel :

Matérialiser les lignes du terrain avec des coupelles ou plots (obligatoire)

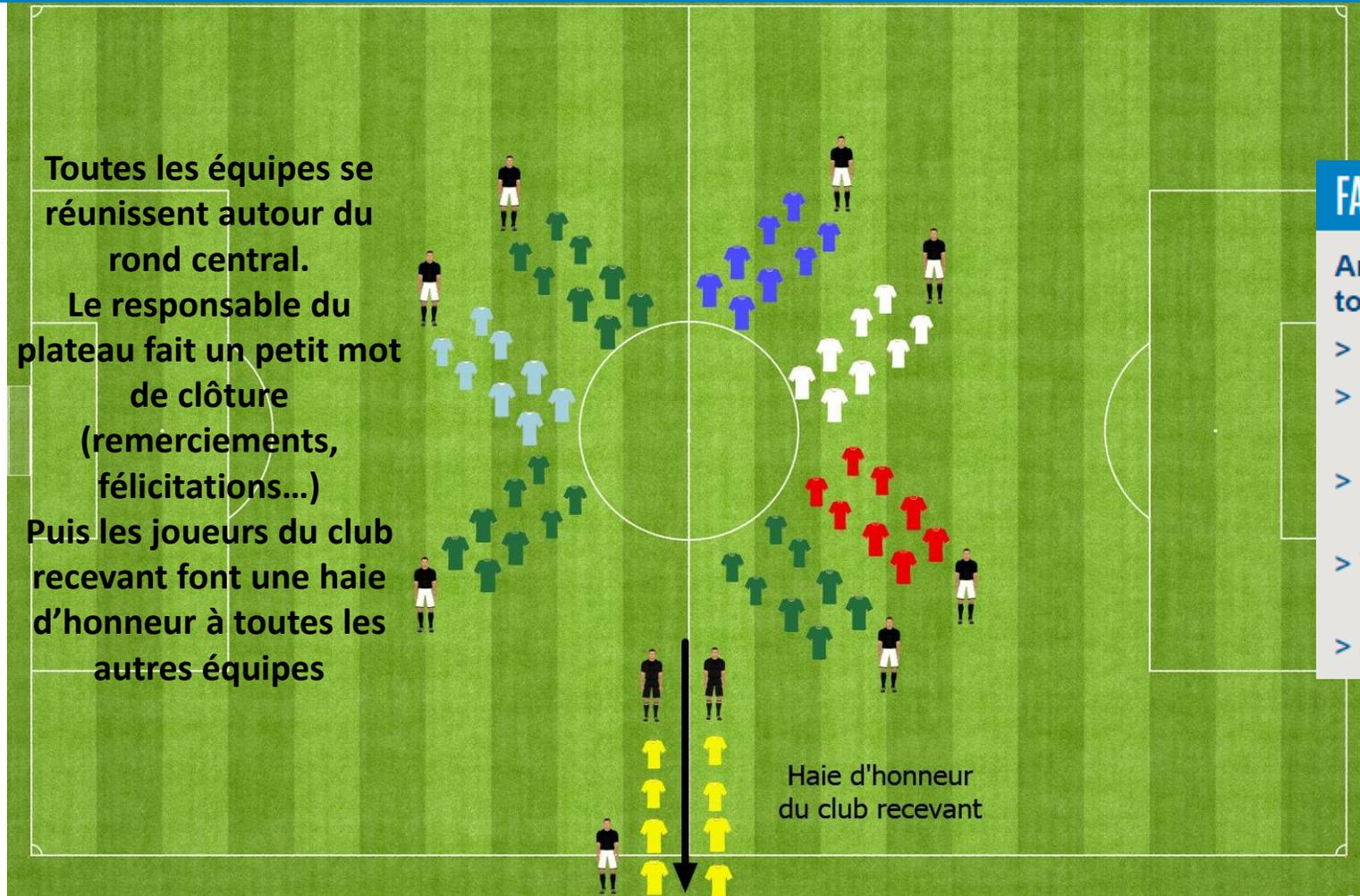
- > 32 plots ou jalons (buts)
- > 2 ballons par terrain
- > Chasubles
- > Eau : prévoir un point d'eau pour remplir les gourdes des joueurs (ou gobelets)
- > Pharmacie



# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRES PLATEAU U6-U7

U6/U7

Toutes les équipes se réunissent autour du rond central.  
Le responsable du plateau fait un petit mot de clôture (remerciements, félicitations...)  
Puis les joueurs du club recevant font une haie d'honneur à toutes les autres équipes



## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs

# FAIRE SON SAC DE FOOT

U6/U7



# CONSEILS POUR LES PARENTS DE JEUNES FOOTBALLEURS

U6/U7

 ACCOMPAGNER	 ENCOURAGER	 RESTER DERRIÈRE LA MAIN COURANTE	 FAIRE CONFIANCE À L'ÉDUCATEUR
 NE PAS DONNER D'INSTRUCTIONS	 RESPECTER LES ARBITRES	 ACCEPTER L'ERREUR	 RESPECTER ADVERSAIRES ET AUTRES PARENTS
 CONTRÔLER SES ÉMOTIONS	 ÊTRE À L'ÉCOUTE DE VOTRE ENFANT	 VALORISER LES BONNES ATTITUDES	 RÉCONFORTER

N'oubliez pas que le FOOTBALL est un JEU :

- mon éducateur m'accompagne pour que je m'amuse
- l'arbitre peut se tromper
- gagner n'est pas la priorité





Parents  
"Joue plus vite"  
Joueur:  
"J'ai un entraîneur"  
OOOOO

Je n'aime pas que tu dis à mon entraîneur  
ce qu'il doit faire

**MAMAN, PAPA,  
LAISSEZ-MOI JOUER !**



Ne te laisse  
pas passer  
par une  
fille, tu est  
puit

Je n'aime pas que tu accuse mon  
équipe si nous perdons un match  
et que tu dis des gros mots si  
fort que je les entends depuis  
le terrain

Par contre, j'aime :

Vos encouragements pendant que je suis en train  
de jouer.



J'ai besoin de réconfort après  
une défaite

**LES ENFANTS  
PRENNENT  
LA PAROLE !**



Dessins réalisés par le  
F.C Saint-Éloi dans le cadre du  
concours Foot Citoyen 2018-2019



Nous avons  
tellement honte  
de nos parents

Je n'aime pas que mes parents  
se disputent avec les parents  
de mes adversaires



Pour ta papa ❤️

Dans mes yeux tu peux lire  
ce qui me fait plaisir  
sur mes lèvres tu peux lire  
ce qui me fait sourire  
et dans mon cœur  
tu peux lire  
ces mots qui veulent  
dire  
je t'aime



Quand je participe à un match ou une compétition sportive, je n'aime pas que mes parents :

Me disent de tricher.

Disent des gros mots si fort que je les entends depuis le terrain.

Disent des choses méchantes à l'équipe adverse.



Entrent sur le terrain pendant le match.

Se disputent avec les parents de mes adversaires.



## MAMAN, PAPA, LAISSEZ-MOI JOUER !



Par contre, j'aime :

Vos encouragements pendant que je suis en train de jouer.



Que vous me disiez « bien essayé ! » si je fais une erreur.

Que vous me disiez que j'ai fait du bon boulot !



Dessins réalisés par le  
F.C Saint-Éloi dans le cadre du  
concours Foot Citoyen 2018-2019



# ET VOUS, QUEL PARENT ÊTES-VOUS?

Quel est votre ressenti lorsque votre enfant ne joue pas?

1

- A – Triste. Je suis très préoccupé(e) par la victoire ou la défaite de mon enfant
- B – Humble. J'accepte que mon enfant soit aussi remplaçant
- C – Neutre. J'ai beaucoup de mal à m'intéresser à sa discipline sportive
- D – Colère. Mon enfant m'a déjà dit que je mon attitude l'embarrassait et que mes conseils le distraient

Savez-vous quelle activité précise pratique votre enfant?

3

- A – Peu importe. Si mon enfant fait du sport, c'est parce qu'il aime gagner des médailles et des trophées, dans n'importe quelle discipline.
- B – Bien-sûr, je connais l'activité pratiqué par mon enfant et les règles du jeu
- C – Oui, mais je ne connais pas les règles du jeu de l'activité qu'il pratique
- D – Oui, je peux alors donner des conseils à mon enfant pendant l'entraînement ou la compétition

Comparez-vous les autres enfants au votre?

5

- A – Bien-sûr, après un an de pratique, mon enfant joue déjà mieux que d'autres enfants plus expérimentés que lui
- B – Non, ce qui compte c'est qu'il se sente bien dans l'équipe. Je lui transmet les valeurs du sport collectif, de respect et de fair-play
- C – Non, je ne connais pas les partenaires de jeu, ni même l'entraîneur de mon enfant
- D – Oui, il m'arrive parfois également de donner des conseils et instructions aux entraîneurs et arbitres

Encouragez-vous votre enfant lorsqu'il perd?

2

- A – Oui, mais lorsque mon enfant échoue, j'ai honte de lui mais également un peu de moi
- B – Oui, j'encourage toujours mon enfant pendant les temps morts et avant/après la compétition
- C – Non, pendant une compétition j'encourage peu, je suis distrait.
- D – Non, mon enfant préfère que je ne vienne pas le voir en compétition

Êtes-vous pour que votre enfant pratique le sport en compétition?

4

- A – C'est une évidence, mon enfant a tout à fait le potentiel pour devenir sportif professionnel
- B – Je laisse mon enfant décider s'il veut pratiquer sa discipline sportive en compétition
- C – Comme il souhaite. Mais je n'ai pas le temps de participer aux déplacements collectifs organisés par le club, ni aux moments conviviaux de l'association.
- D – Bien-sûr, le sport en compétition est obligatoire à la maison

Acceptez-vous que votre enfant soit sous l'autorité de l'entraîneur pendant la compétition ?

6

- A – Un peu. J'espère juste qu'il soit assez compétent pour que mon enfant aille plus loin que moi dans sa carrière sportive
- B – Oui, je respecte les décisions prises par l'entraîneur, et les arbitres
- C – Tout à fait, j'assiste aux compétitions uniquement si mon enfant me le demande
- D – Non, s'il se blesse, il m'arrive de rentrer immédiatement sur le terrain pour m'occuper de lui, sans prendre en compte l'avis de l'entraîneur.



Analyse. Si vous avez une majorité de :  
A : Parent Fanatique  
B : Parent Supporter  
C : Parent Absent  
D : Parent Excité



## NOTRE ADN

---



### **PLAISIR**

Plaisir de jouer à tout âge  
et tout niveau



### **RESPECT**

Respecter l'adversaire,  
l'arbitre, l'encadrement



### **ENGAGEMENT**

Engagement  
du corps et du cœur



### **TOLÉRANCE**

Exemplaire dans l'accueil  
de toutes les aptitudes



### **SOLIDARITÉ**

Solidarité du football français  
et du sport d'équipe



Tous  
« P.R.E.T.S. »  
pour la  
saison  
2020/2021



**CONTACT DISTRICT :**

DAMIEN ROY - *CTD DAP*

Tél: 01 60 84 93 23

Mail : [footanimation@essonne.fff.fr](mailto:footanimation@essonne.fff.fr)



**U8/U9**



# LE GUIDE DES PARENTS U8-U9



**Philosophie  
et objectifs**

**Organisation**

**PLATEAU  
FESTIF  
CONVIVAL**

**FAIRE JOUER  
TOUS LES  
ENFANTS**

**PLATEAU  
CLASSIQUE**

**PLATEAU  
FESTIFOOT**

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

# CHACUN SON RÔLE

# U8/U9

## RÔLE DES ÉDUCATEURS, PARENTS ET ACCOMPAGNEURS

### Missions de l'encadrement :

L'encadrement d'un jeune joueur est composé d'un tryptique : l'éducateur, l'accompagnateur (« le dirigeant ») et les parents.

Chacun d'entre eux a un rôle à tenir auprès des jeunes joueurs. Leurs missions doivent être COMPLÉMENTAIRES et chacun doit rester dans son rôle.

	RÔLES DE L'ÉDUCATEUR	RÔLES DE L'ACCOMPAGNEUR	RÔLES DES PARENTS
EN DEHORS DE LA PRATIQUE	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Participe aux réunions techniques du club</li><li>&gt; Prépare le calendrier des rencontres</li><li>&gt; Met en place les conditions d'entraînement (lieu, jour, horaires, stages...)</li><li>&gt; Met en œuvre une programmation</li><li>&gt; Intègre le Programme Educatif Fédéral dans son fonctionnement</li><li>&gt; Prévoit des animations extra-sportives</li><li>&gt; Assure le lien avec les parents (réunion, contact...)</li><li>&gt; Met en place la charte de vie avec les joueurs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare le déplacement et les conditions matérielles (licences, ballons, équipements, feuille de match, pharmacie, voitures...)</li><li>&gt; Conçoit le livret de l'équipe à destination des parents (coordonnées, entraînements, calendrier, charte de vie...)</li><li>&gt; Aide à la mise en place d'animations extra-sportives</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Indique l'absence (et son motif) de leur enfant à l'éducateur</li><li>&gt; Fait respecter les temps de sommeil de leur enfant</li><li>&gt; Prépare une alimentation adaptée à l'activité physique</li><li>&gt; Vérifie que le sac du footballeur soit correctement préparé</li><li>&gt; Participe à la vie du club</li></ul>
À L'ENTRAÎNEMENT	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare et anime la séance d'entraînement</li><li>&gt; Tient la fiche de présence</li><li>&gt; Fait le point sur l'organisation des rencontres du week-end (santé, absences, transport)</li><li>&gt; S'entretient avec les joueurs si besoin</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Ouvre et ferme les vestiaires</li><li>&gt; Accueille les joueurs</li><li>&gt; Aide à la préparation du matériel</li><li>&gt; Participe à l'animation de la séance si besoin</li><li>&gt; Surveille les joueurs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Transporte son enfant</li><li>&gt; Assiste périodiquement à l'entraînement de son enfant</li></ul>
LE JOUR DE LA RENCONTRE (avant, pendant, après)	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare la rencontre</li><li>&gt; Organise l'équipe et donne les consignes</li><li>&gt; Noue le contact avec l'adversaire et l'arbitre</li><li>&gt; Dirige l'équipe</li><li>&gt; Fait le bilan avec les joueurs</li><li>&gt; Précise le prochain rendez-vous</li><li>&gt; Tient la fiche de présence</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Distribue les équipements</li><li>&gt; Accueille l'adversaire et l'arbitre</li><li>&gt; Seconde l'éducateur dans son rôle (échauffement, remplaçants, pharmacie...)</li><li>&gt; Prépare la collation d'après-match à domicile</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Participe au transport des joueurs de l'équipe</li><li>&gt; Accueille les parents de l'autre équipe</li><li>&gt; Encourage tous les joueurs de l'équipe</li><li>&gt; Aide à la préparation de la collation</li></ul>



# U8/U9

CALENDRIER  
DE LA SAISON U8/U9

L'ENFANT  
AU CŒUR DU JEU

FORMES  
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

CARACTÉRISTIQUES DE L'ENFANT (1/2)



## MIEUX LE CONNAÎTRE !



### L'ENFANT EST ÂGÉ DE 7 ANS / 8 ANS, EN CLASSE DE CE1 / CE2

- > Il est amoureux des jeux,
- > Il est enthousiaste,
- > Il est égocentrique : lui et les autres,
- > Il est en pleine croissance : fragile,
- > Il se fatigue très vite, récupère très vite,
- > Il a une concentration limitée.

**« L'ENFANT SE CONSTRUIT AU CŒUR DU JEU »**





# U8/U9

CALENDRIER  
DE LA SAISON U8/U9

L'ENFANT  
AU CŒUR DU JEU

FORMES  
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

CARACTÉRISTIQUES DE L'ENFANT (2/2)



## L'ENFANT A BESOIN :

- > **D'avoir des repères pour se construire :**  
Fixer un cadre : règles de vie, règles du jeu
- > **D'être mis en confiance pour s'engager :**  
Créer un climat sécurisant, valoriser, positiver
- > **De jouer pour apprendre :**  
Mettre en place des activités ludiques.  
Lui laisser une grande liberté d'expression dans les jeux
- > **De voir pour comprendre :**  
Utiliser la démonstration pour présenter les jeux
- > **D'être actif mais doit récupérer :**  
Mettre en place une activité fractionnée (15 mn d'activité / temps de récupération)

**« VALORISER ET METTRE  
EN CONFIANCE FAVORISE  
L'APPRENTISSAGE »**



# LES COMPÉTENCES SPORTIVES

# U8/U9

 JEU	 TECHNIQUE	 COMPORTEMENT	 MOTRICITÉ
Être capable de			
Agrandir l'espace de jeu effectif en largeur et profondeur >	Contrôler des ballons au sol et d'enchaîner par un autre geste >	Avoir un état d'esprit exemplaire >	Travailler la vitesse de réaction et gestuelle
Sécuriser et maîtriser la possession >	Frapper son ballon avec l'intérieur du pied >	Rester concentré >	Travailler la coordination, motricité
Garder le temps d'avance pour finir l'action >	Conduire pied droit pied gauche et de changer de rythme et de direction >	Etre persévérant >	Maîtriser les différents déplacements et rythmes
Se replacer sur l'axe ballon/but >	Marquer >	Avoir confiance en soi	
Reformer le bloc équipe >	Récupérer le ballon >	S'engager totalement	
	Réaliser 10 contacts jonglerie pied droit ou pied gauche, 10 alternés >	Rester déterminé	

## LES COMPÉTENCES ÉDUCATIVES sont transverses aux compétences sportives

PÉRIODES	Septembre / Octobre	Novembre / Décembre	Janvier / février	Mars / avril	Mai / juin
ADN FFF	<b>PLAISIR</b> ∨	<b>RESPECT</b> ∨	<b>ENGAGEMENT</b> ∨	<b>TOLÉRANCE</b> ∨	<b>SOLIDARITÉ</b> ∨
COMPÉTENCES	Faire son sac et bien s'équiper	Économiser l'eau	Réduire sa consommation d'énergie	S'enrichir de la diversité au sein de l'équipe	Supporter son équipe en respectant les autres
	Saluer les personnes de son environnement	Respecter les partenaires et son éducateur	Connaître les règles essentielles du jeu	Identifier la nature des déchets	Porter les valeurs du foot

# LOIS DU JEU U8-U9

# U8/U9

<b>Terrain foot à 5</b>	Largeur : 25 mètres   Longueur : 35 mètres Surface de réparation = 8 mètres		
<b>Buts</b>	4 m x 1,5 m (constri-foot) ou but spécifique FFF	<b>Ballon</b>	<b>Taille N°3</b>
<b>Nombre de joueurs (nouveau)</b>	5 c 5 avec gardien + 2 remplaçants interdiction : 6 c 6 / 8 c 8... (2 remplaçants maxi)	<b>Le Tacle</b>	<b>Interdit - sanction :</b> Coup franc direct
<b>Remise en jeu sortie en touche</b>	<b>Remise en jeu effectuée au pied sur une passe au sol ou en conduite de balle</b> adversaire à 4 mètres - <b>Interdiction de marquer directement</b>		
<b>Temps de jeu</b>	<b>Plateau Classique 50 min (discontinu) = 10' de jeu/défi technique + 4 matchs de 10min</b> <b>Plateau Festifoot = 6 matchs de 8 min</b>		
	Participation de tous les joueurs : tendre vers 100 % du temps de jeu <b>Tous les joueurs débutent au moins une fois une rencontre en tant que titulaires</b>		
<b>Hors-jeu</b>	Non	<b>Coup d'envoi</b>	Interdit de marquer sur l'engagement - Adversaires à 4 mètres
<b>Gardien de but</b>	<b>Obligation : Relance à la main ou au pied ballon au sol</b> <b>Interdiction de relancer de volée ou ½ volée (Nouveauté)</b> Le gardien peut se saisir du ballon à la main sur la passe volontaire d'un partenaire		
<b>Relance Protégée (8 mètres)</b>	<b>Sur sortie de but (relance au pied ballon arrêté au sol) et sur la relance du Gardien de but (GB) à la main,</b> <b>les adversaires ont obligation de sortir de la zone de but, zone protégée (8m).</b> <b>Ils pourront y pénétrer lorsque le ballon sera parvenu (touché) à un partenaire du GB</b> <b>ou aura franchi la zone protégée ou la ligne de touche.</b>		



# U8/U9

CALENDRIER  
DE LA SAISON U8/U9

L'ENFANT  
AU CŒUR DU JEU

FORMES  
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

PLATEAU U8/U9 > ORGANISATION > ESPACES DE JEU (2/2)



## FOOT À 5

### Arbitrage éducatif

À l'extérieur du terrain ou à l'intérieur par un jeune licencié maîtrisant les règles du jeu.

### Maison d'accueil

L'éducateur se situe dans cet endroit délimité par 4 coupelles afin d'accueillir ses joueurs. Cette zone fait office de « banc de touche ».



### Surface de réparation

La relance est protégée.

### Remise en jeu sur sortie en touche

2 choix s'offrent au joueur :

1 - Il effectue une passe

2 - Il rentre dans le jeu en conduite de balle

Attention : interdiction de marquer sur une touche directe.



# ***L'ORGANISATION DES PLATEAUX***





U8/U9



# PLATEAU CLASSIQUE U8-U9



## Organisation

**Protocole Fair-Play**  
*Avant la rencontre*

**1 JEU ou défi technique**  
🕒 **1 x 10min**

**4 MATCHS**  
🕒 **4 x 10min**

**Protocole Fair-Play**  
*Après la rencontre*

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

1. Plateau festif et convivial
2. Faire jouer tous les enfants : tendre vers 100 % (éviter les suppléants)
3. Transférer les apprentissages de la semaine
4. Laisser les enfants jouer le plus librement possible



**« ENCOURAGER,  
VALORISER TOUS LES ENFANTS C'EST  
LES METTRE EN CONFIANCE !!! »**



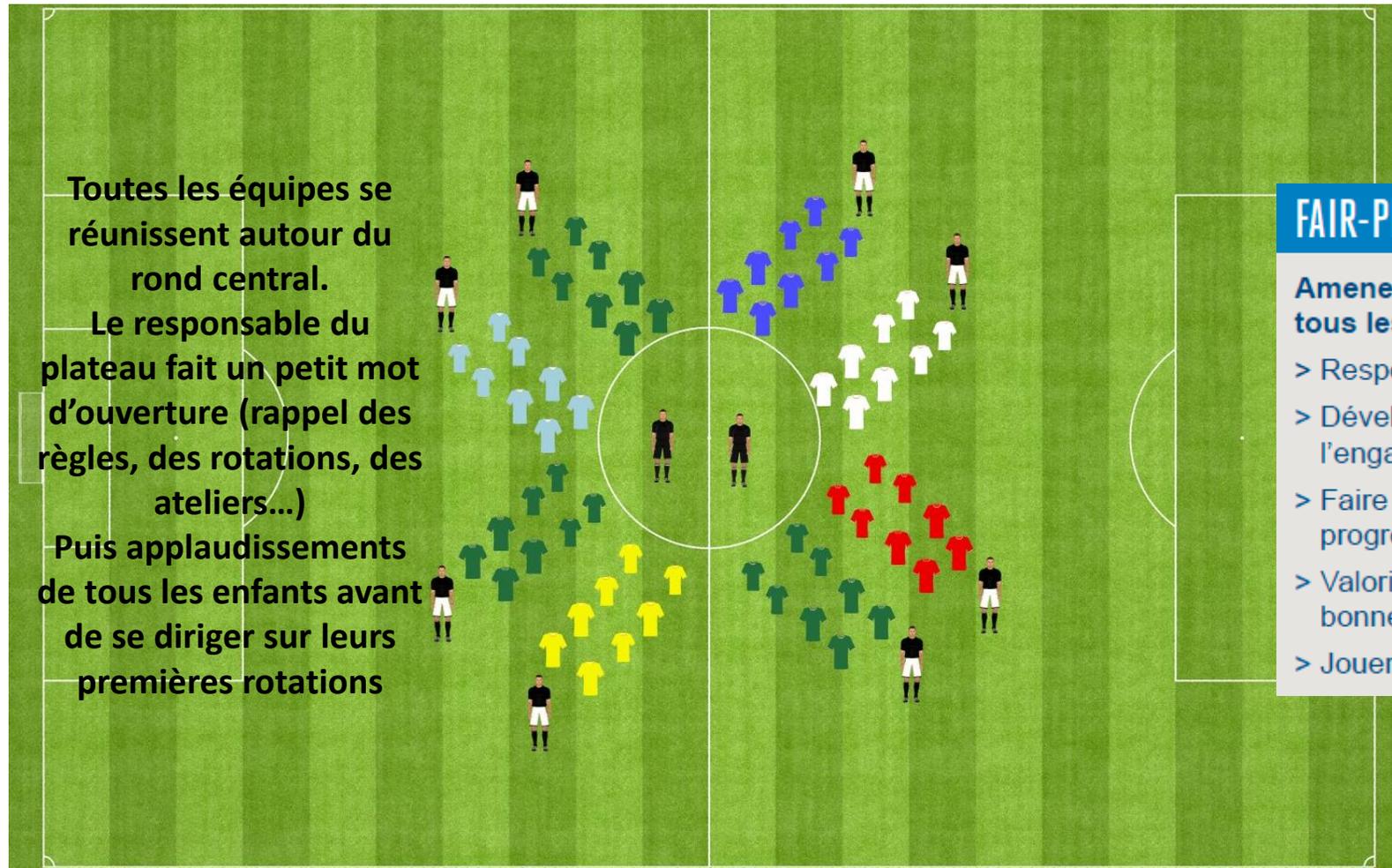
L'animation du jeu ou du défi technique doit être confié(e) à la personne encadrant l'équipe.  
Des formations spécifiques U8-U9 permettent de former vos encadrants !



**Le jeu ou défi technique ne doit pas être découvert par les enfants lors du plateau !  
Ils doivent le découvrir et le pratiquer au minimum à l'entraînement précédent la journée de plateau**

# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT PLATEAU U8-U9

U8/U9



Toutes les équipes se réunissent autour du rond central.  
Le responsable du plateau fait un petit mot d'ouverture (rappel des règles, des rotations, des ateliers...)  
Puis applaudissements de tous les enfants avant de se diriger sur leurs premières rotations

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs



# U8/U9

L'ENFANT  
AU CŒUR DU JEU

FORMES  
DE PRATIQUE

RÔLE DE L'ENCADREMENT

PLATEAU U8/U9 > ORGANISATION > ESPACES DE JEU (1/2)



## ESPACES DE JEU

TERRAIN : 25m X 35m

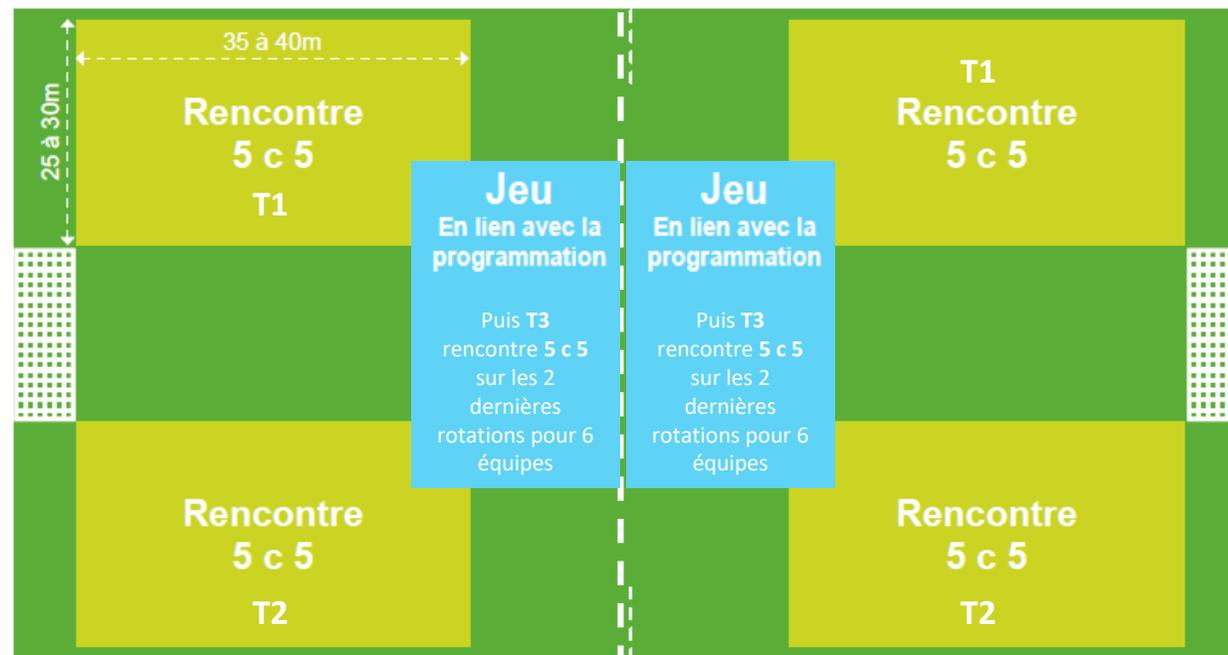
Rencontres 5 contre 5

## EXEMPLE DE ROTATIONS POUR UN PLATEAU U8/U9

4 EQUIPES	1 <sup>er</sup> Temps	2 <sup>ème</sup> Temps	3 <sup>ème</sup> Temps	4 <sup>ème</sup> Temps	5 <sup>ème</sup> Temps
EQUIPE 1	T1	J	T1	T2	T1
EQUIPE 2	T1	T1	J	T1	T1
EQUIPE 3	T2	J	T1	T1	T2
EQUIPE 4	T2	T1	J	T2	T2

5 EQUIPES	1 <sup>er</sup> Temps	2 <sup>ème</sup> Temps	3 <sup>ème</sup> Temps	4 <sup>ème</sup> Temps	5 <sup>ème</sup> Temps
EQUIPE 1	T1	T1	T2	T1	J
EQUIPE 2	T1	T2	T1	J	T1
EQUIPE 3	T2	T2	J	T1	T2
EQUIPE 4	T2	J	T2	T2	T1
EQUIPE 5	J	T1	T1	T2	T2

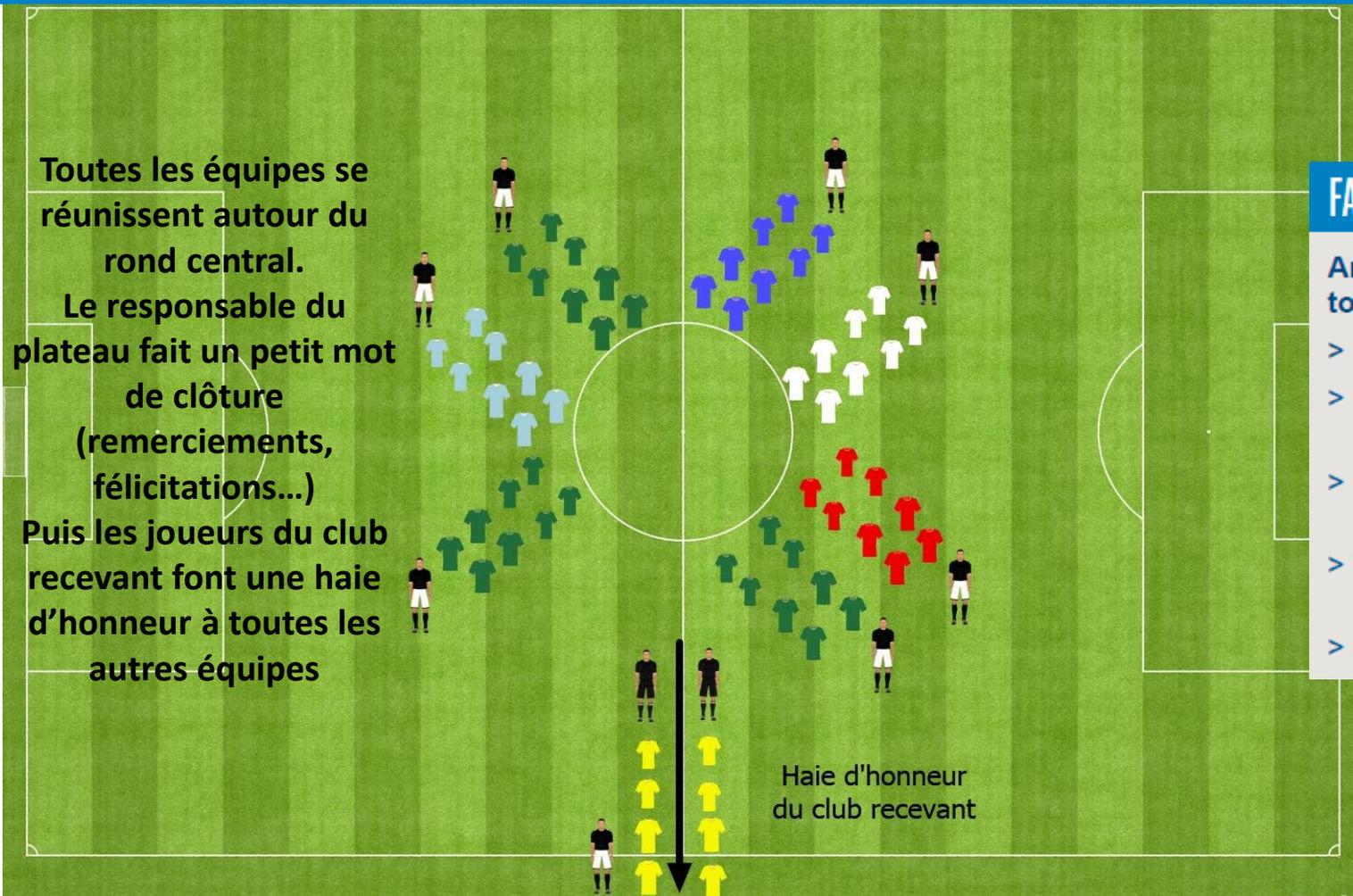
Il est préférable de réaliser des plateaux dont le nombre d'équipes est pair afin d'éviter les temps de repos.



6 EQUIPES	1 <sup>er</sup> Temps	2 <sup>ème</sup> Temps	3 <sup>ème</sup> Temps	4 <sup>ème</sup> Temps	5 <sup>ème</sup> Temps
EQUIPE 1	T1	T2	J	T1	T1
EQUIPE 2	T1	J	T1	T2	T3
EQUIPE 3	T2	T1	J	T2	T2
EQUIPE 4	T2	J	T2	T3	T1
EQUIPE 5	J	T1	T2	T1	T3
EQUIPE 6	J	T2	T1	T3	T2

# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRÈS PLATEAU U8-U9

U8/U9



## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs



U8/U9



# PLATEAU FESTIFOOT U8-U9



Organisation

Protocole  
Fair-Play  
*Avant la rencontre*

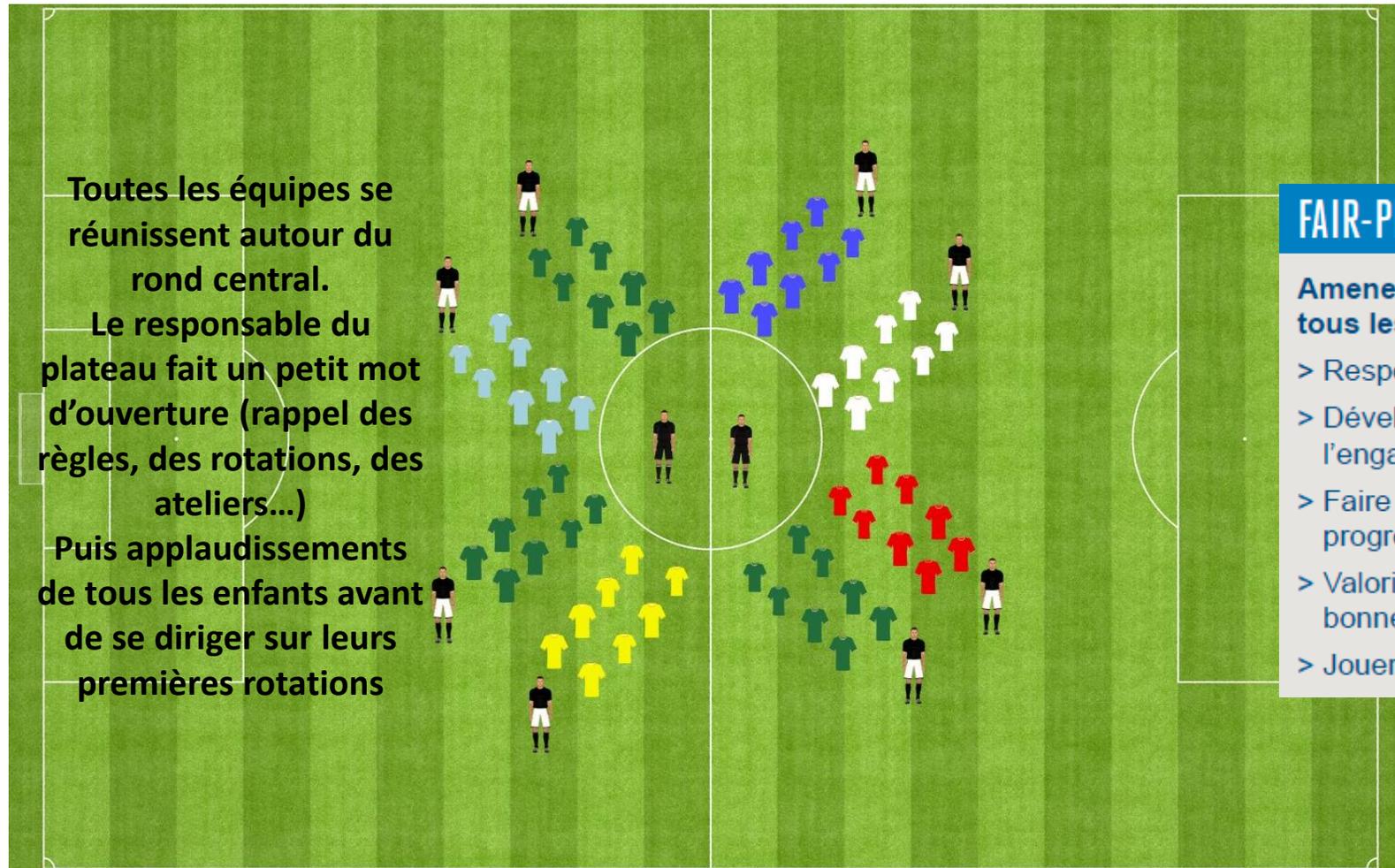
6 MATCHS DE 8 MINUTES  
Sous forme de montante /  
descendante

Protocole  
Fair-Play  
*Après la rencontre*

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

# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT PLATEAU U8-U9

U8/U9



## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs



# U8/U9

CALENDRIER DE LA SAISON U8/U9

L'ENFANT AU CŒUR DU JEU

FORMES DE PRATIQUE

LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

PRATIQUES ASSOCIÉES / ACTIONS PONCTUELLES U8/U9 > + 2 FOOT > FESTI-FOOT > ESPACES DE JEU (2/2)

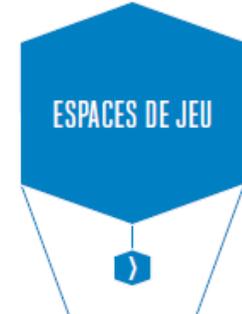
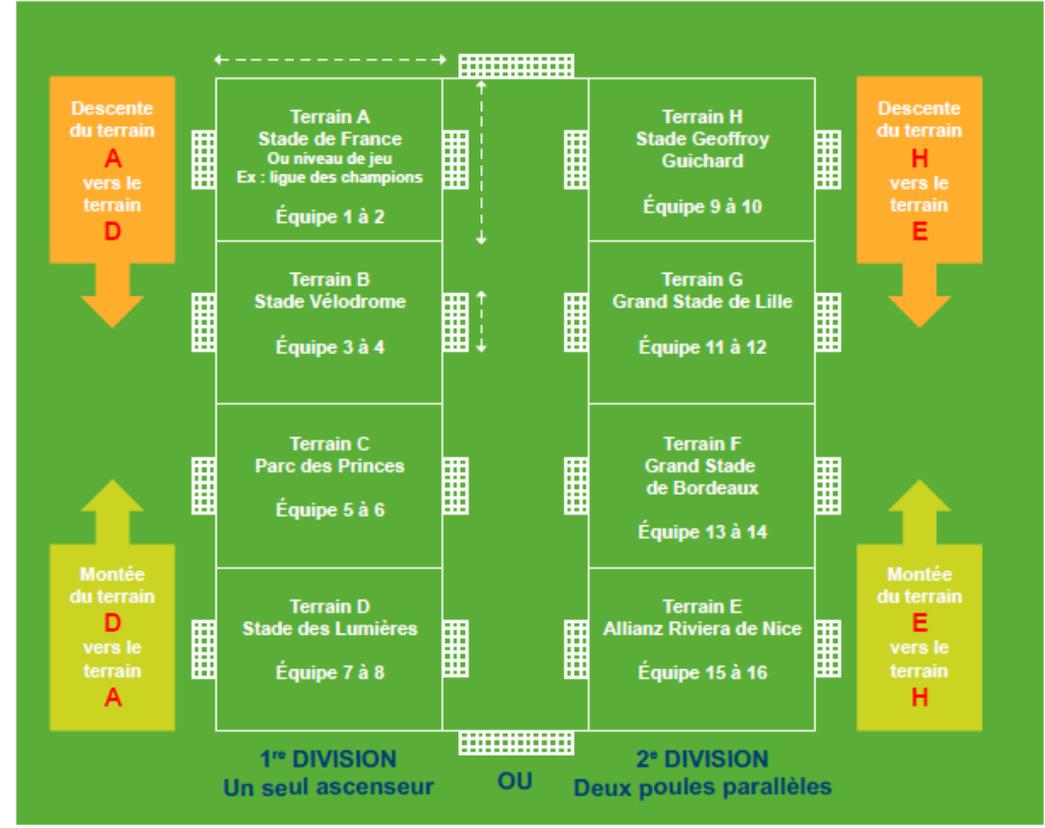


## ESPACES DE JEU

### Matériel :

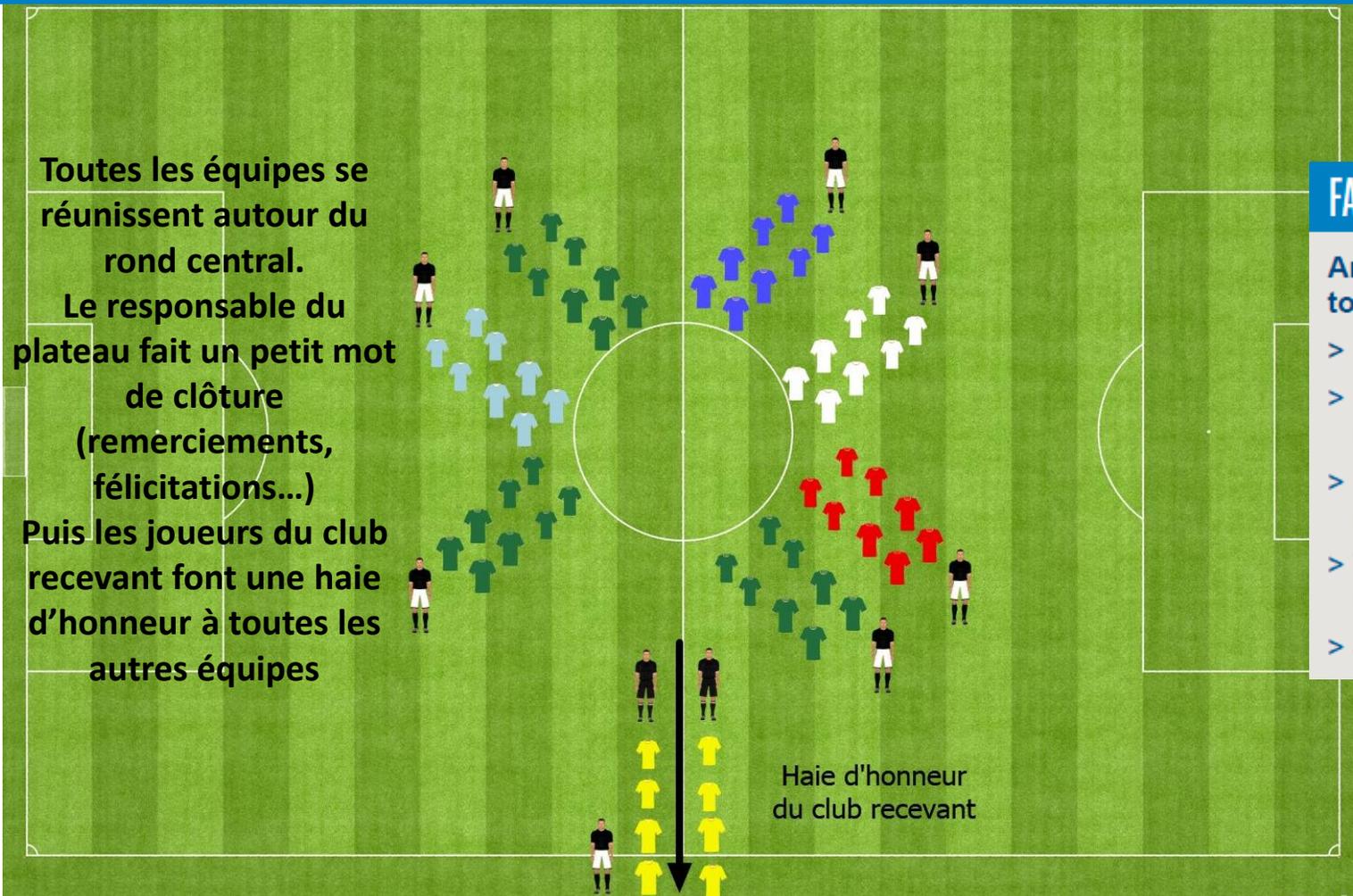
Matérialiser les lignes du terrain avec des coupelles ou plots (obligatoire)

- > 32 plots ou jalons (buts)
- > 2 ballons par terrain
- > Chasubles
- > Eau (Prévoir un point d'eau pour remplir les gourdes des joueurs (ou gobelets))
- > Pharmacie



# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRÈS PLATEAU U8-U9

U8/U9



## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs

U8/U9

# FAIRE SON SAC DE FOOT

U8/U9

## POUR JOUER



## POUR APRES LE MATCH OU L'ENTRAINEMENT



# CONSEILS POUR LES PARENTS DE JEUNES FOOTBALLEURS

U6/U7

 ACCOMPAGNER	 ENCOURAGER	 RESTER DERRIÈRE LA MAIN COURANTE	 FAIRE CONFIANCE À L'ÉDUCATEUR
 NE PAS DONNER D'INSTRUCTIONS	 RESPECTER LES ARBITRES	 ACCEPTER L'ERREUR	 RESPECTER ADVERSAIRES ET AUTRES PARENTS
 CONTRÔLER SES ÉMOTIONS	 ÊTRE À L'ÉCOUTE DE VOTRE ENFANT	 VALORISER LES BONNES ATTITUDES	 RÉCONFORTER

N'oubliez pas que le FOOTBALL est un JEU :

- mon éducateur m'accompagne pour que je m'amuse
- l'arbitre peut se tromper
- gagner n'est pas la priorité





Parents  
"Joue plus vite"  
Joueur:  
"J'ai un entraîneur"  
OOOOO

Je n'aime pas que tu dis à mon entraîneur  
ce qu'il doit faire

**MAMAN, PAPA,  
LAISSEZ-MOI JOUER !**



Ne te laisse  
pas passer  
par une  
fille, tu est  
puit

Je n'aime pas que tu accuse mon  
équipe si nous perdons un match  
et que tu dis des gros mots si  
fort que je les entends depuis  
le terrain

Par contre, j'aime :

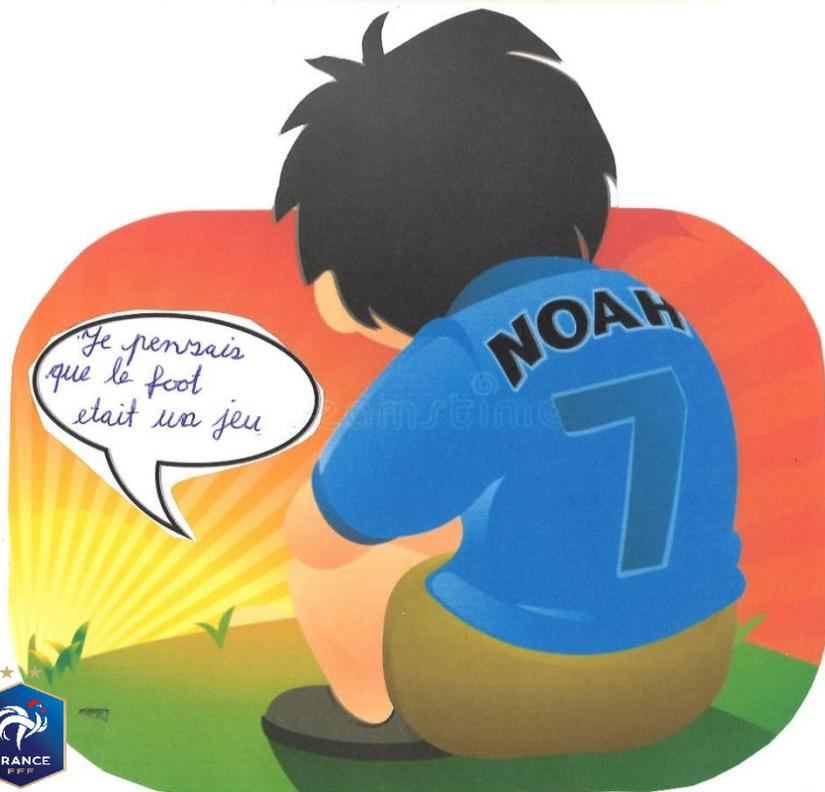
Vos encouragements pendant que je suis en train  
de jouer.

J'ai besoin de réconfort après  
une défaite

**LES ENFANTS  
PRENNENT  
LA PAROLE !**



Dessins réalisés par le  
F.C Saint-Éloi dans le cadre du  
concours Foot Citoyen 2018-2019



Je pensais  
que le foot  
était un jeu



Nous avons  
tellement honte  
de nos parents

Je n'aime pas que mes parents  
se disputent avec les parents  
de mes adversaires



Pour ta papa ❤️

Dans mes yeux tu peux lire  
ce qui me fait plaisir  
sur mes lèvres tu peux lire  
ce qui me fait sourire  
et dans mon cœur  
tu peux lire  
ces mots qui veulent  
dire  
je t'aime



Quand je participe à un match ou une compétition sportive, je n'aime pas que mes parents :

Me disent de tricher.

Disent des gros mots si fort que je les entends depuis le terrain.

Disent des choses méchantes à l'équipe adverse.



Entrent sur le terrain pendant le match.

Se disputent avec les parents de mes adversaires.



## MAMAN, PAPA, LAISSEZ-MOI JOUER !



Par contre, j'aime :

Vos encouragements pendant que je suis en train de jouer.



Que vous me disiez « bien essayé ! » si je fais une erreur.

Que vous me disiez que j'ai fait du bon boulot !



Dessins réalisés par le  
F.C Saint-Éloi dans le cadre du  
concours Foot Citoyen 2018-2019



# ET VOUS, QUEL PARENT ÊTES-VOUS?

## Quel est votre ressenti lorsque votre enfant ne joue pas?

1

- A – Triste. Je suis très préoccupé(e) par la victoire ou la défaite de mon enfant
- B – Humble. J'accepte que mon enfant soit aussi remplaçant
- C – Neutre. J'ai beaucoup de mal à m'intéresser à sa discipline sportive
- D – Colère. Mon enfant m'a déjà dit que je mon attitude l'embarrassait et que mes conseils le distraient

## Encouragez-vous votre enfant lorsqu'il perd?

2

- A – Oui, mais lorsque mon enfant échoue, j'ai honte de lui mais également un peu de moi
- B – Oui, j'encourage toujours mon enfant pendant les temps morts et avant/après la compétition
- C – Non, pendant une compétition j'encourage peu, je suis distrait.
- D – Non, mon enfant préfère que je ne vienne pas le voir en compétition

## Savez-vous quelle activité précise pratique votre enfant?

3

- A – Peu importe. Si mon enfant fait du sport, c'est parce qu'il aime gagner des médailles et des trophées, dans n'importe quelle discipline.
- B – Bien-sûr, je connais l'activité pratiqué par mon enfant et les règles du jeu
- C – Oui, mais je ne connais pas les règles du jeu de l'activité qu'il pratique
- D – Oui, je peux alors donner des conseils à mon enfant pendant l'entraînement ou la compétition

## Êtes-vous pour que votre enfant pratique le sport en compétition?

4

- A – C'est une évidence, mon enfant a tout à fait le potentiel pour devenir sportif professionnel
- B – Je laisse mon enfant décider s'il veut pratiquer sa discipline sportive en compétition
- C – Comme il souhaite. Mais je n'ai pas le temps de participer aux déplacements collectifs organisés par le club, ni aux moments conviviaux de l'association.
- D – Bien-sûr, le sport en compétition est obligatoire à la maison

## Comparez-vous les autres enfants au votre?

5

- A – Bien-sûr, après un an de pratique, mon enfant joue déjà mieux que d'autres enfants plus expérimentés que lui
- B – Non, ce qui compte c'est qu'il se sente bien dans l'équipe. Je lui transmet les valeurs du sport collectif, de respect et de fair-play
- C – Non, je ne connais pas les partenaires de jeu, ni même l'entraîneur de mon enfant
- D – Oui, il m'arrive parfois également de donner des conseils et instructions aux entraîneurs et arbitres

## Acceptez-vous que votre enfant soit sous l'autorité de l'entraîneur pendant la compétition ?

6

- A – Un peu. J'espère juste qu'il soit assez compétent pour que mon enfant aille plus loin que moi dans sa carrière sportive
- B – Oui, je respecte les décisions prises par l'entraîneur, et les arbitres
- C – Tout à fait, j'assiste aux compétitions uniquement si mon enfant me le demande
- D – Non, s'il se blesse, il m'arrive de rentrer immédiatement sur le terrain pour m'occuper de lui, sans prendre en compte l'avis de l'entraîneur.



Analyse. Si vous avez une majorité de :  
A : Parent Fanatique  
B : Parent Supporter  
C : Parent Absent  
D : Parent Excité



## NOTRE ADN

---



### PLAISIR

Plaisir de jouer à tout âge  
et tout niveau



### RESPECT

Respecter l'adversaire,  
l'arbitre, l'encadrement



### ENGAGEMENT

Engagement  
du corps et du cœur



### TOLÉRANCE

Exemplaire dans l'accueil  
de toutes les aptitudes



### SOLIDARITÉ

Solidarité du football français  
et du sport d'équipe



Tous  
« P.R.E.T.S. »  
pour la  
saison  
2020/2021



**CONTACT DISTRICT :**

DAMIEN ROY - *CTD DAP*

Tél: 01 60 84 93 23

Mail : [footanimation@essonne.fff.fr](mailto:footanimation@essonne.fff.fr)



**U10/U11**

# LE GUIDE DES PARENTS U10-U11



**Philosophie  
et objectifs**

**Organisation**

**PLAISIR  
APPRENTISSAGE  
JEU**

**FAIRE JOUER  
TOUS LES  
ENFANTS**

**CRITERIUM  
CLASSIQUE**

**CHALLENGE  
U10 ET U11**

**TOURNOI ET  
JOURNEE  
FUTSAL**



# CHACUN SON RÔLE

## U10/U11

### RÔLE DES ÉDUCATEURS, PARENTS ET ACCOMPAGNEURS

#### Missions de l'encadrement :

L'encadrement d'un jeune joueur est composé d'un tryptique : l'éducateur, l'accompagnateur (« le dirigeant ») et les parents.

Chacun d'entre eux a un rôle à tenir auprès des jeunes joueurs. Leurs missions doivent être COMPLEMENTAIRES et chacun doit rester dans son rôle.

	RÔLES DE L'ÉDUCATEUR	RÔLES DE L'ACCOMPAGNEUR	RÔLES DES PARENTS
<b>EN DEHORS DE LA PRATIQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Participe aux réunions techniques du club</li><li>&gt; Prépare le calendrier des rencontres</li><li>&gt; Met en place les conditions d'entraînement (lieu, jour, horaires, stages...)</li><li>&gt; Met en œuvre une programmation</li><li>&gt; Intègre le Programme Educatif Fédéral dans son fonctionnement</li><li>&gt; Prévoit des animations extra-sportives</li><li>&gt; Assure le lien avec les parents (réunion, contact...)</li><li>&gt; Met en place la charte de vie avec les joueurs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare le déplacement et les conditions matérielles (licences, ballons, équipements, feuille de match, pharmacie, voitures...)</li><li>&gt; Conçoit le livret de l'équipe à destination des parents (coordonnées, entraînements, calendrier, charte de vie...)</li><li>&gt; Aide à la mise en place d'animations extra-sportives</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Indique l'absence (et son motif) de leur enfant à l'éducateur</li><li>&gt; Fait respecter les temps de sommeil de leur enfant</li><li>&gt; Prépare une alimentation adaptée à l'activité physique</li><li>&gt; Vérifie que le sac du footballeur soit correctement préparé</li><li>&gt; Participe à la vie du club</li></ul>
<b>A L'ENTRAÎNEMENT</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare et anime la séance d'entraînement</li><li>&gt; Tient la fiche de présence</li><li>&gt; Fait le point sur l'organisation des rencontres du week-end (santé, absences, transport)</li><li>&gt; S'entretient avec les joueurs si besoin</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Ouvre et ferme les vestiaires</li><li>&gt; Accueille les joueurs</li><li>&gt; Aide à la préparation du matériel</li><li>&gt; Participe à l'animation de la séance si besoin</li><li>&gt; Surveille les joueurs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Transporte son enfant</li><li>&gt; Assiste périodiquement à l'entraînement de son enfant</li></ul>
<b>LE JOUR DE LA RENCONTRE (avant, pendant, après)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare la rencontre</li><li>&gt; Organise l'équipe et donne les consignes</li><li>&gt; Noue le contact avec l'adversaire et l'arbitre</li><li>&gt; Dirige l'équipe</li><li>&gt; Fait le bilan avec les joueurs</li><li>&gt; Précise le prochain rendez-vous</li><li>&gt; Tient la fiche de présence</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Distribue les équipements</li><li>&gt; Accueille l'adversaire et l'arbitre</li><li>&gt; Seconde l'éducateur dans son rôle (échauffement, remplaçants, pharmacie...)</li><li>&gt; Prépare la collation d'après-match à domicile</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Participe au transport des joueurs de l'équipe</li><li>&gt; Accueille les parents de l'autre équipe</li><li>&gt; Encourage tous les joueurs de l'équipe</li><li>&gt; Aide à la préparation de la collation</li></ul>



# U10/U11

CALENDRIER  
DE LA SAISON U10/U11

L'ENFANT  
AU CŒUR DU JEU

FORMES  
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

RÔLE DE L'ENCADREMENT

CARACTÉRISTIQUES DE L'ENFANT (1/2)

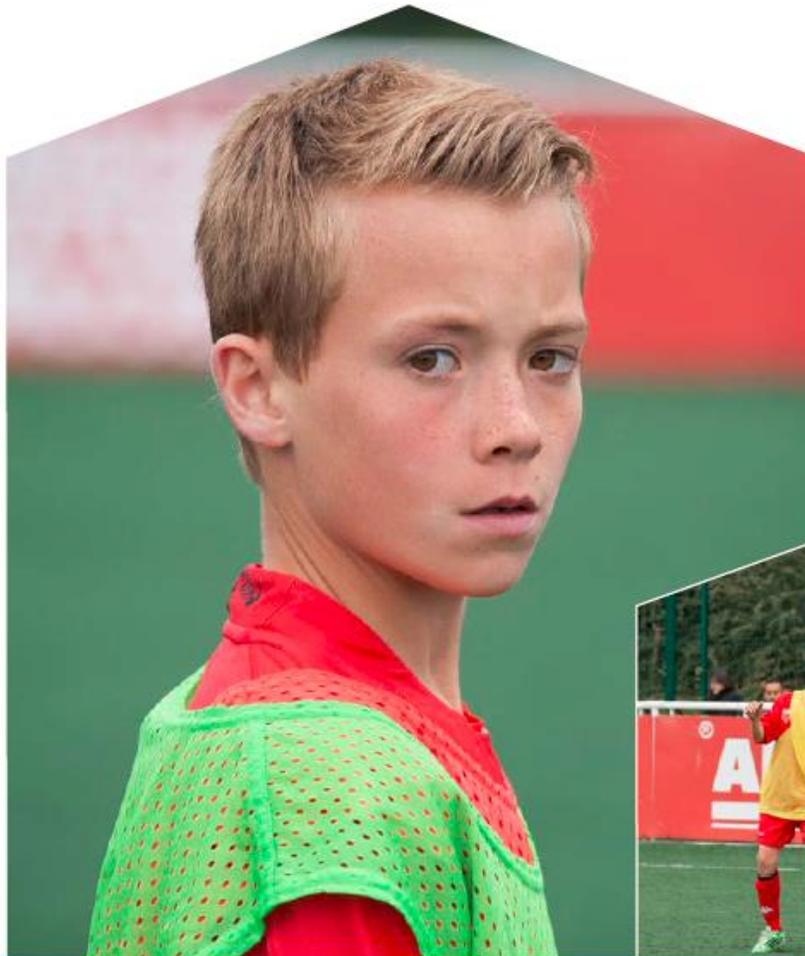


## MIEUX LE CONNAÎTRE !

L'ENFANT EST ÂGÉ DE 9 ANS/10 ANS, EN CLASSE DE CM1/CM2

- > Il est curieux,
- > Il a une volonté d'apprendre,
- > Il est altruiste : regard tourné vers les autres,
- > Il a besoin de s'affirmer,
- > Il est en capacité de raisonner sur des schémas collectifs simples,
- > Il acquiert ses premières responsabilités.

**« L'ENFANT SE CONSTRUIT AU CŒUR DU JEU »**





## L'ENFANT A BESOIN :

- > **D'entretenir des relations avec la famille :**  
Présenter et expliquer les notions d'objectifs, de règles et de modalités de pratique.
- > **D'alterner des situations d'initiative individuelle et des situations collectives :**  
Prendre en compte les différences de niveaux et ne pas délaissier les plus en difficulté.  
L'éducateur doit prôner un football pour toutes et tous !
- > **De privilégier vitesse et endurance :**  
Poursuivre le travail de réactivité et de fréquence des appuis.
- > **D'améliorer les notions de choix et d'intentions tactiques :**  
Intégrer des règles d'action pour développer l'intelligence de jeu et inciter à la prise de décision.
- > **D'optimiser sa psychomotricité avec et sans ballon :**  
Mettre en place des enchaînements de tâches permettant l'amélioration de la maîtrise du corps.

**« VALORISER ET METTRE  
EN CONFIANCE FAVORISE  
L'APPRENTISSAGE »**



# LES COMPÉTENCES SPORTIVES

TACTIQUE	TECHNIQUE	PSYCHOLOGIQUE	ATHLÉTIQUE
Être capable de			
Agrandir l'espace de jeu effectif en largeur et profondeur	Contrôler des ballons au sol pied droit, pied gauche et d'enchaîner par un autre geste.	Avoir un état d'esprit exemplaire	Développer la vitesse d'exécution
Jouer vers l'avant collectivement ou individuellement entre les lignes adverses	Frapper son ballon pied droit, pied gauche avec les différentes surfaces de contacts, notamment de l'intérieur du pied.	Rester concentré	Travailler la coordination, motricité.
Sécuriser et maîtriser la possession	Conduire pied droit pied gauche sans regarder le ballon	S'engager totalement	
Changer de rythme de jeu	Conserver le ballon en utilisant son corps	Avoir confiance en soi	
Garder le temps d'avance pour finir l'action	Marquer en un contre un avec le gardien	Être persévérant	
Être réactif à la perte du ballon empêcher l'adversaire de s'organiser	Enchaîner une conduite, une feinte et un dribble en rythme	Rester déterminé	
Se replacer sur l'axe ballon/but	Récupérer le ballon dans les pieds de l'adversaire		
Reformer le bloc équipe	Réaliser 25 contacts jonglerie pied droit ou pied gauche, 15 alternés et 10 têtes.		
Récupérer le ballon proche de son but			

# U10/U11

## LES COMPÉTENCES ÉDUCATIVES sont transverses aux compétences sportives

PÉRIODES	Septembre / Octobre	Novembre / Décembre	Janvier / février	Mars / avril	Mai / juin
ADN FFF	<b>PLAISIR</b>	<b>RESPECT</b>	<b>ENGAGEMENT</b>	<b>TOLÉRANCE</b>	<b>SOLIDARITÉ</b>
COMPÉTENCES	Respecter le cadre de fonctionnement collectif	Prendre une douche après l'effort	Utiliser des transports éco-responsables	S'interdire toutes formes de discriminations	Connaître les méfaits du tabac
	Découvrir et assumer le rôle de capitaine	Prioriser le projet collectif	Trier ses déchets	Jouer sans tricher	Adapter son sommeil à l'activité
	Connaître les fautes à ne pas commettre	Respecter les adversaires	Partager sa connaissance du foot	Faire preuve de volonté de progresser	S'alimenter pour jouer
			Avoir l'esprit club	Respecter et comprendre les sanctions de l'arbitre	Porter les valeurs du foot
			Maîtriser la règle du hors-jeu	S'hydrater pour jouer	



# LOIS DU JEU U10-U11

## U10/U11

<b>TERRAIN - BUTS - BALLONS</b>	Voir espace de jeu Buts : 6 m x 2 m avec filets (cf.annexe) - Ballon taille 4
<b>NOMBRE DE JOUEURS</b>	8 joueurs (7 + 1 GB). Nombre de remplaçants 0 à 4 - minimum 6 joueurs Chaque joueur doit démarrer 1 période 3 U9 autorisés par équipe. Possibilité d'accueillir les U12 Féminines 😊 Possibilité de rencontres spécifiques féminine avec moins de 8 joueuses
<b>ÉQUIPEMENTS</b>	Maillots dans le short Chaussettes relevées en dessous des genoux Protège-tibias obligatoires « Tip top » doivent être placés sous les chaussettes
<b>TEMPS DE JEU</b>	Critérium classique : 2x25 min Challenge U10 ou U11 : en fonction du nombre d'équipes
<b>COUP D'ENVOI</b>	Interdit de marquer directement sur l'engagement Adversaires à 6 m
<b>PRISE DE BALLE À LA MAIN DU GARDIEN SUR PASSE EN RETRAIT VOLONTAIRE D'UN PARTENAIRE</b>	Interdit. Sinon CF Indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13 m Mur autorisé à 6 m
<b>RELANCE DU GARDIEN</b>	Pas de frappe de volée, ou de ½ volée Sinon CF indirect ramené perpendiculaire à la ligne des 13m
<b>TOUCHE</b>	À la main
<b>COUPS FRANCS</b>	Directs ou indirects (règles du football à 11) - mur à 6 m
<b>COUP DE PIED DE COIN</b>	Au point de corner
<b>COUP DE PIED DE RÉPARATION</b>	À 9 m

### COUP DE PIED DE BUT

*Lors d'un coup de pied de but, le ballon sera placé dans la zone virtuelle « 6m x 9m » (délimitée par la largeur des montants de but et allant jusqu'à la hauteur du point de penalty).*

*Comme au football à 11, les adversaires devront se trouver à l'extérieur de la surface de réparation (26x13m) jusqu'au botté du ballon. Les joueurs de l'équipe bénéficiant du coup de pied de but peuvent se trouver à n'importe quel endroit sur le terrain.*

*Après le botté du ballon, les adversaires ont la possibilité de pénétrer dans la surface de réparation même si celui-ci n'en est pas encore sorti.*





## HORS JEU

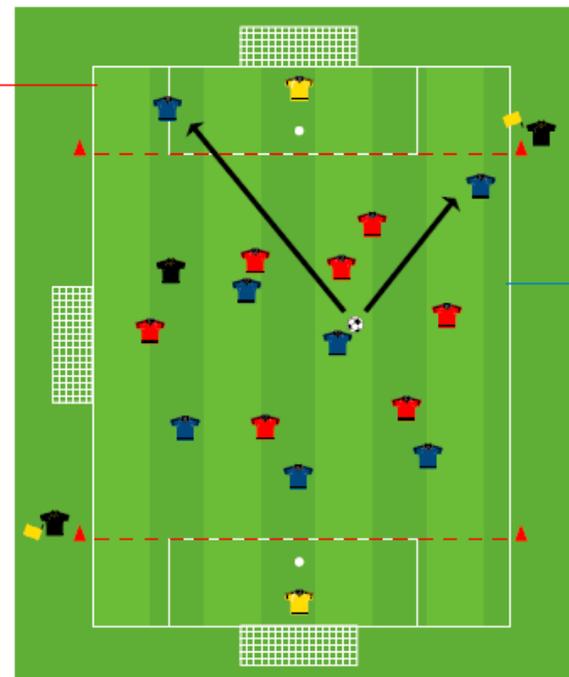
A partir de la ligne des 13 m sur la largeur complète du terrain.

- > Le hors-jeu est jugé au départ du ballon.
- > Le receveur doit faire action de jeu.
- > Un joueur est en position de hors-jeu s'il est plus près de la ligne de but adverse que deux autres adversaires.

**À noter :** Pas de hors-jeu sur une touche ni sur une sortie de but.

## HORS JEU

car je suis dans la zone des 13 mètres avec moins de deux joueurs entre le but et moi



## PAS HORS JEU

car je ne suis pas dans la zone des 13 mètres

COMMENT  
ORGANISER UN  
JOUR DE COUPE ?

ESPACES DE JEU

LOIS DU JEU



# U10/U11

CALENDRIER  
DE LA SAISON U10/U11

L'ENFANT  
AU CŒUR DU JEU

FORMES  
DE PRATIQUE

LES CONTENUS

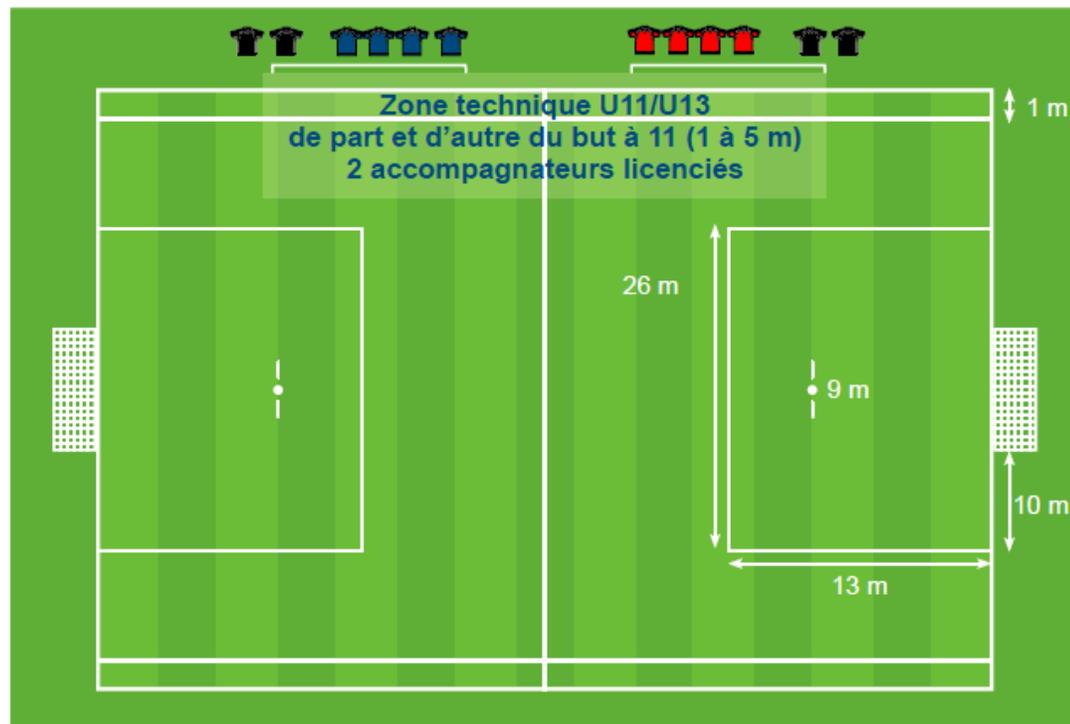
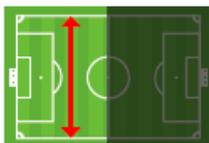
RÔLE DE L'ENCADREMENT

PRATIQUES ASSOCIÉES / ACTIONS PONCTUELLES U10/U11 > + 2 FOOT > JOUR DE COUPE > ORGANISATION > ESPACES DE JEU



## ESPACES DE JEU

(1/2 terrain à 11)



COMMENT  
ORGANISER UN  
JOUR DE COUPE ?

ESPACES DE JEU

LOIS DU JEU



# ***L'ORGANISATION DES RENCONTRES***





**U10/U11**

# CRITERIUM CLASSIQUE U10-U11



**Organisation**

**Protocole  
Fair-Play**

*Avant la rencontre*

**1 défi  
technique**

**RENCONTRE**

**2 x 25min**

**Protocole  
Fair-Play**

*Après la rencontre*



- P**ermettre et garantir un temps de jeu égal à tous (tes),
- L**aisser jouer les enfants,
- A**ccueillir les erreurs et valoriser les réussites,
- I**nciter les enfants à prendre des initiatives,
- S**e servir de la rencontre comme d'un baromètre du progrès des enfants,
- I**mpliquer les joueurs sur les différents postes,
- R**appeler les apprentissages éducatifs et sportifs de la semaine



# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT MATCH U10-U11

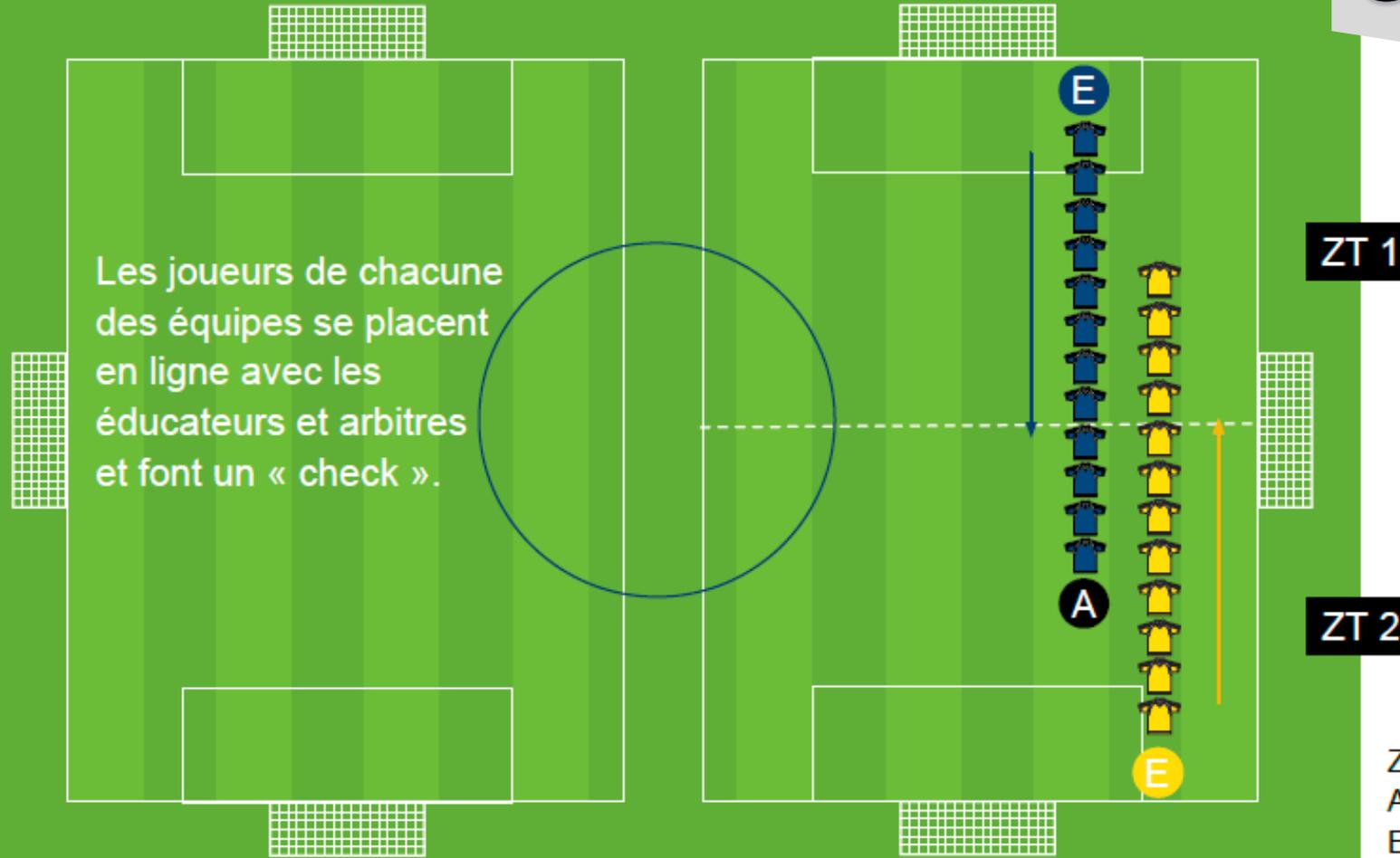
U10/U11

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Les joueurs de chacune des équipes se placent en ligne avec les éducateurs et arbitres et font un « check ».



ZT : Zone Technique  
A : Arbitre  
E : Éducateur



Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs





# ***LE DÉFI TECHNIQUE D'AVANT MATCH***



# PREMIERE PHASE : DEFI JONGLERIE

U10/U11

A réaliser avant chaque rencontre, sous forme de défi:	Organisation :	Comptage des jonglages :
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 30 jonglages, pied libre</li><li>➤ reprise d'appuis obligatoire entre chaque jongle</li><li>➤ 2 essais (noter le meilleur score-MS)</li><li>➤ Une touche de rattrapage autorisée</li><li>➤ Départ libre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 1 jeune face à 1 autre par numéro</li><li>➤ 1 ballon par binôme</li><li>➤ Répartition sur un espace suffisant pour mettre les joueurs dans le confort.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Par le joueur en attente</li><li>➤ Résultats inscrits sur la feuille de rencontre par les éducateurs</li></ul>

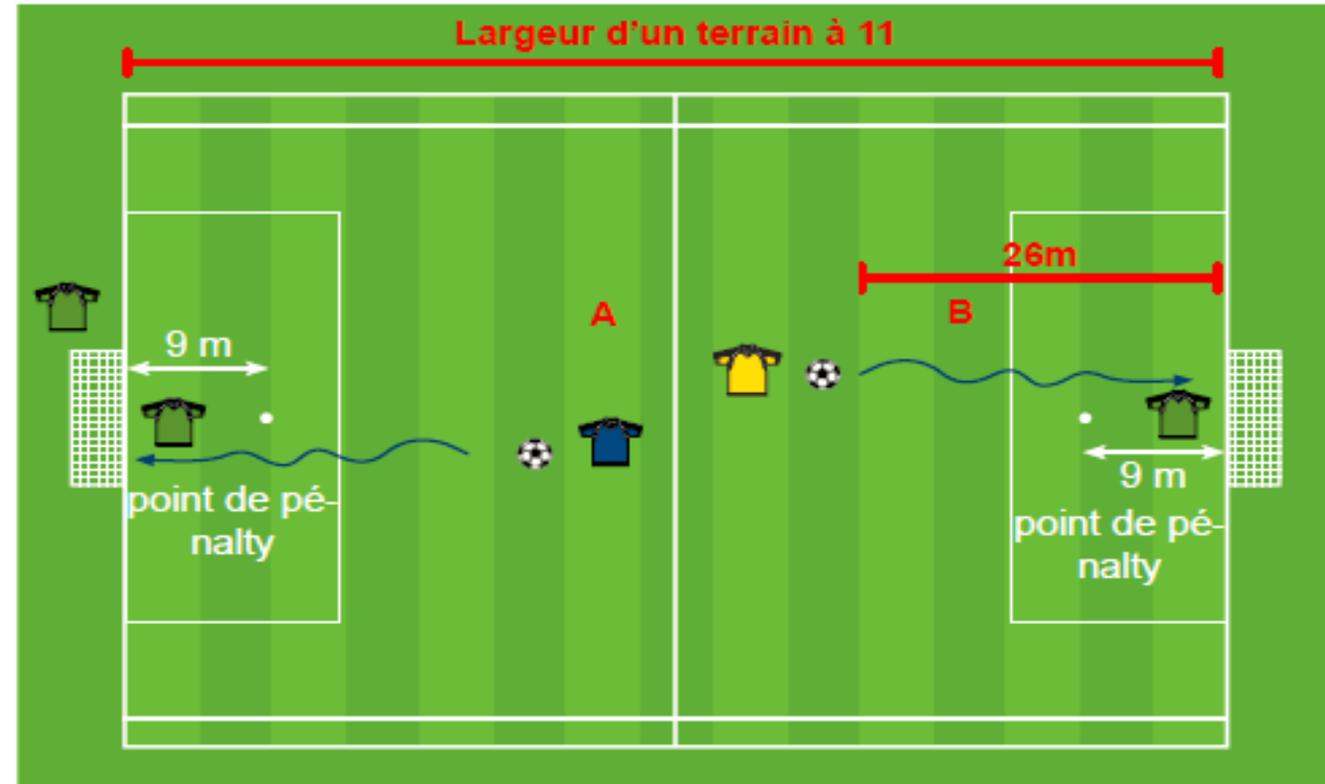
Les bleus, c'est parti !



DÉFI TECHNIQUE OBLIGATOIRE A CHAQUE RENCONTRE

### Organisation :

- Départ simultané d'un joueur de chaque équipe vers le but adverse (départ à 26m du but)
- Le joueur a 6 secondes pour essayer de marquer, l'action se termine si le ballon sort du terrain, est capté par le gardien ou au bout de 6s (top donné par un des éducateurs)
- Si une équipe est en infériorité numérique, les joueurs supplémentaires passent seuls.
- Aucun joueur ne passe 2 fois.
- L'équipe qui marque le plus de buts remporte le défi.



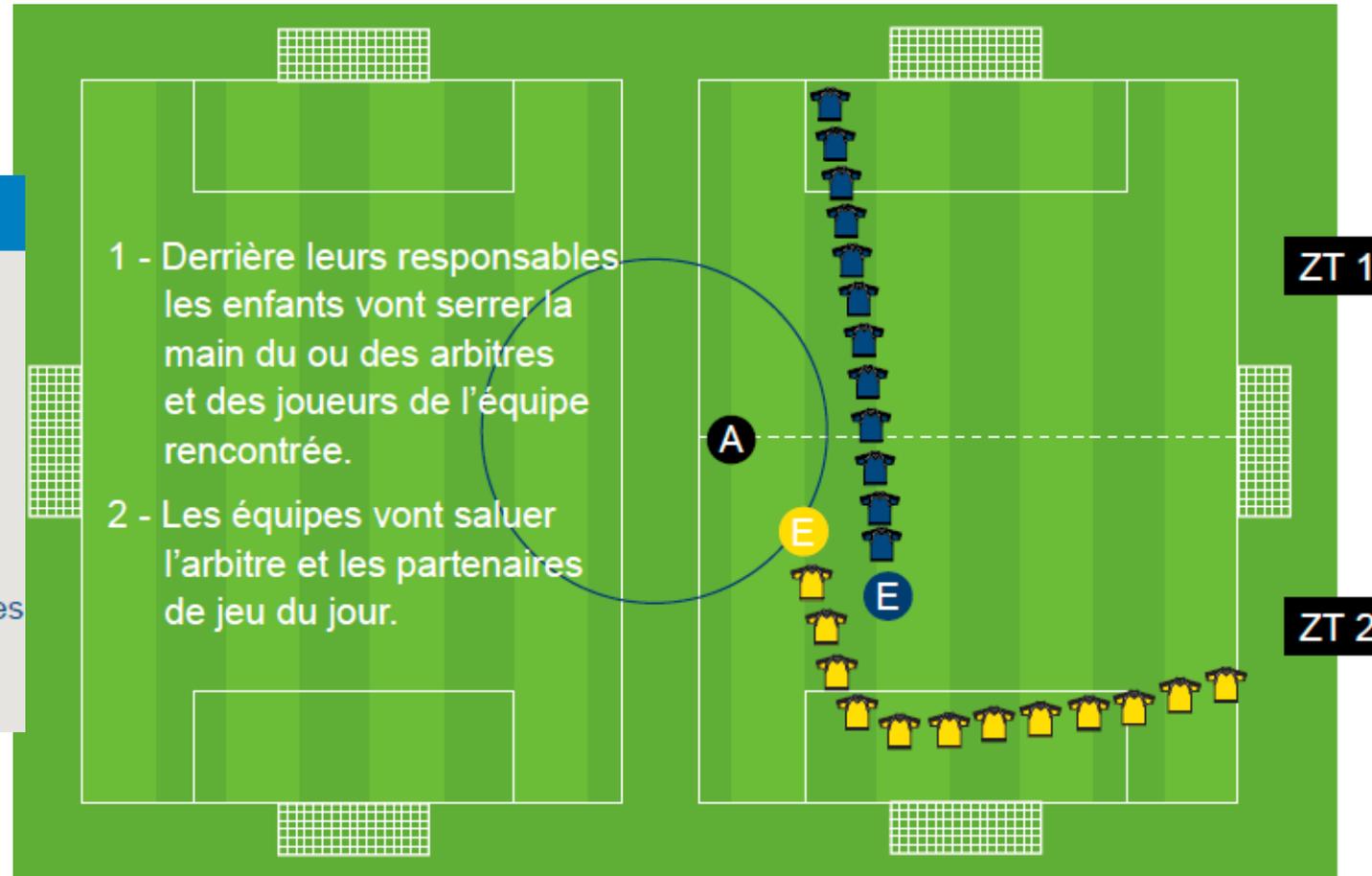
# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRES MATCH U10-U11

U10/U11

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher



**« HUMBLES  
ET RESPECTUEUX  
DANS LA VICTOIRE  
ET CALMES ET UNIS  
DANS LA DÉFAITE !! »**



Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs





**U10/U11**

# CHALLENGE U10 ET CHALLENGE U11



## Organisation

**Protocole  
Fair-Play**

*Avant la rencontre*

**1 défi  
technique**

**Rencontre :**

Poule à 3 : 2 x 10 min  
poule à 4 : 1 x 15 min  
poule à 5 : 1 x 12 min

**Protocole  
Fair-Play**

*Après la rencontre*



- P**ermettre et garantir un temps de jeu égal à tous (tes),
- L**aisser jouer les enfants,
- A**ccepter les erreurs et valoriser les réussites,
- I**nciter les enfants à prendre des initiatives,
- S**e servir de la rencontre comme d'un baromètre du progrès des enfants,
- I**mpliquer les joueurs sur les différents postes,
- R**appeler les apprentissages éducatifs et sportifs de la semaine



**Le même temps de jeu pour tous :**

**un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs**

# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT MATCH U10-U11

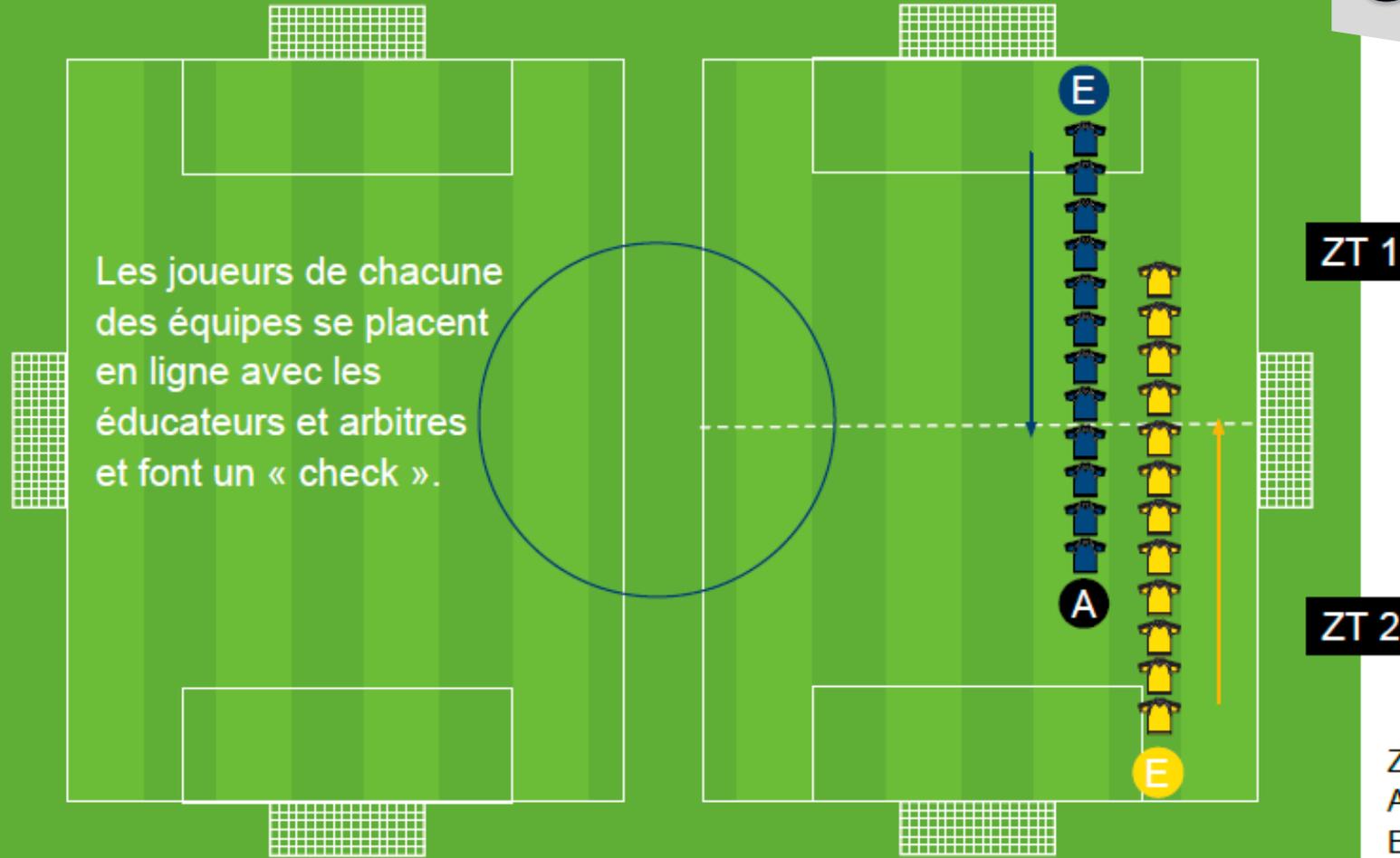
U10/U11

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Les joueurs de chacune des équipes se placent en ligne avec les éducateurs et arbitres et font un « check ».



ZT : Zone Technique  
A : Arbitre  
E : Édicateur

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs





# ***LE DÉFI JONGLERIE***

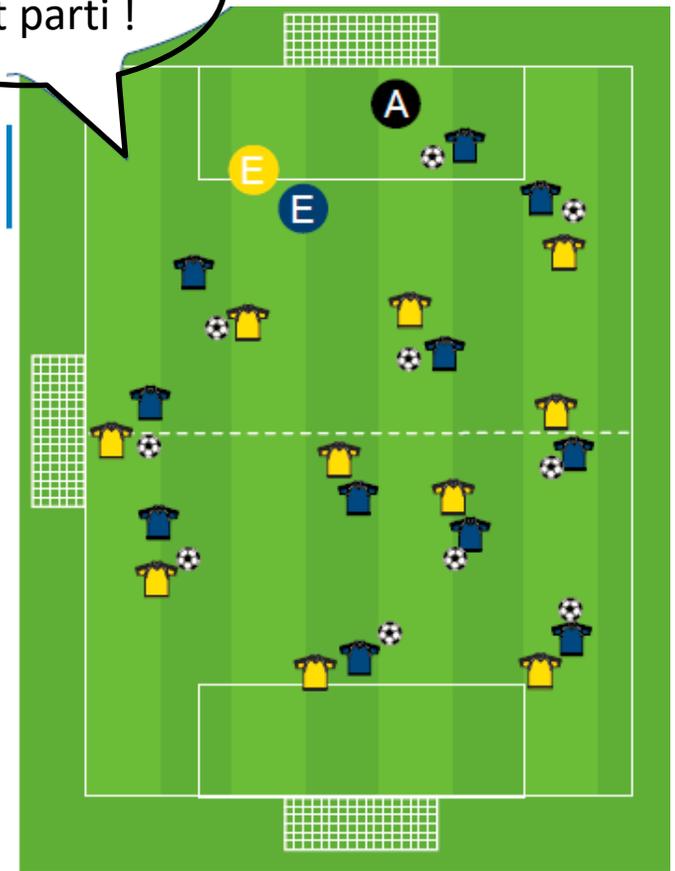


# Challenge U10 et U11: DÉFI JONGLERIE

U10/U11

A réaliser avant la première rencontre :	Organisation :	Comptage des jonglages :
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Pied : 30 jonglages, pied libre, reprise d'appuis obligatoire entre chaque jongle départ ballon au sol</li><li>➤ Tête : 30 jonglages, départ ballon à la main</li><li>➤ 2 essais</li><li>➤ Une touche de rattrapage autorisée</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 1 jeune face à 1 autre par numéro</li><li>➤ 1 ballon par binôme</li><li>➤ Répartition sur un espace suffisant pour mettre les joueurs dans le confort.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Par le joueur en attente</li><li>➤ Résultats inscrits sur la feuille de jonglerie par les éducateurs</li></ul>

Les bleus, c'est parti !



Le défi technique départage les équipes en cas d'égalité

# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRES MATCH U10-U11

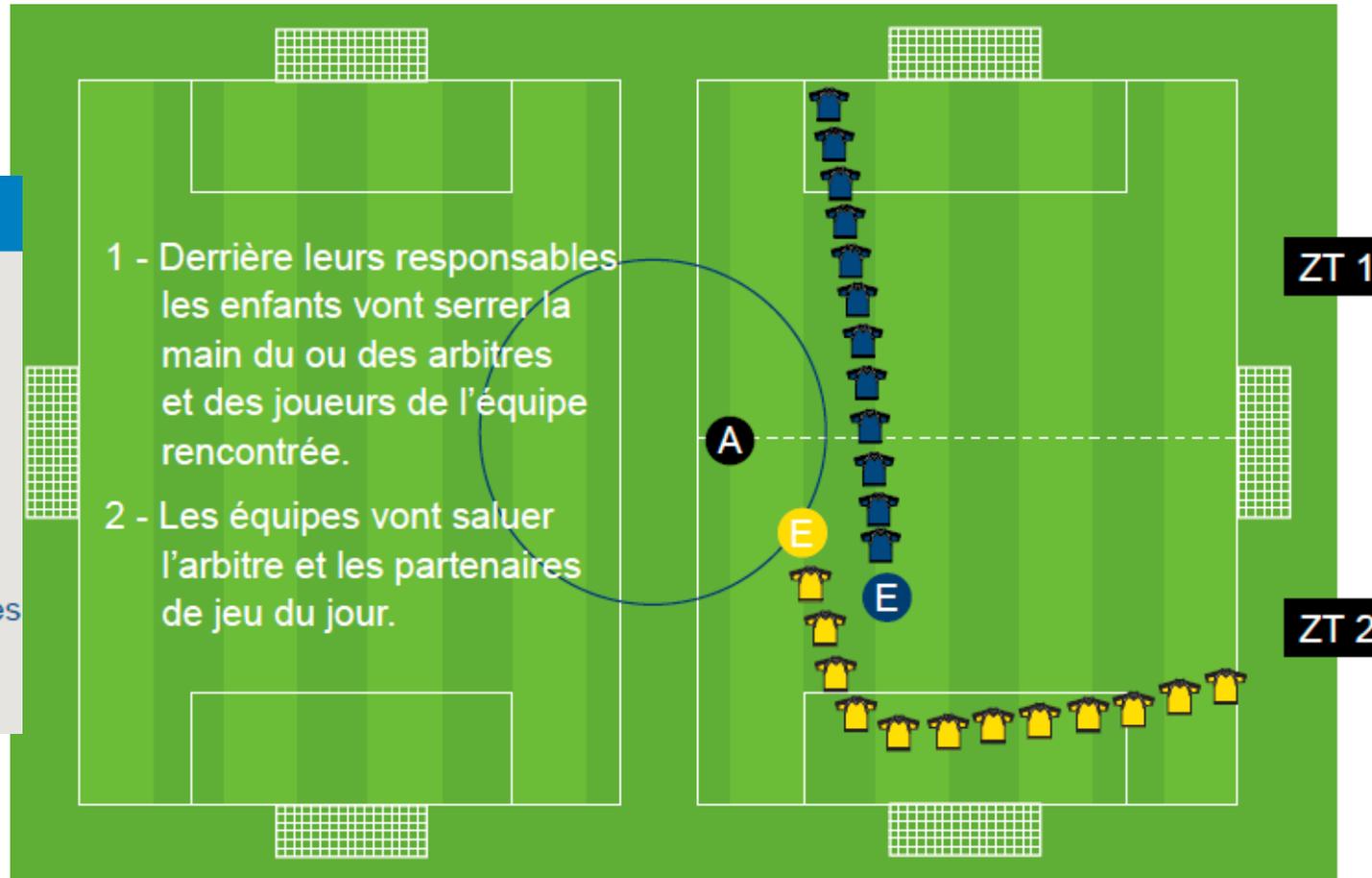
U10/U11

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

- 1 - Derrière leurs responsables les enfants vont serrer la main du ou des arbitres et des joueurs de l'équipe rencontrée.
- 2 - Les équipes vont saluer l'arbitre et les partenaires de jeu du jour.



**« HUMBLES  
ET RESPECTUEUX  
DANS LA VICTOIRE  
ET CALMES ET UNIS  
DANS LA DÉFAITE !! »**



Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs



# FAIRE SON SAC DE FOOT

U10/U11

## POUR JOUER



## POUR APRES LE MATCH OU L'ENTRAINEMENT



# CONSEILS POUR LES PARENTS DE JEUNES FOOTBALLEURS

U6/U7

 ACCOMPAGNER	 ENCOURAGER	 RESTER DERRIÈRE LA MAIN COURANTE	 FAIRE CONFIANCE À L'ÉDUCATEUR
 NE PAS DONNER D'INSTRUCTIONS	 RESPECTER LES ARBITRES	 ACCEPTER L'ERREUR	 RESPECTER ADVERSAIRES ET AUTRES PARENTS
 CONTRÔLER SES ÉMOTIONS	 ÊTRE À L'ÉCOUTE DE VOTRE ENFANT	 VALORISER LES BONNES ATTITUDES	 RÉCONFORTER

N'oubliez pas que le FOOTBALL est un JEU :

- mon éducateur m'accompagne pour que je m'amuse
- l'arbitre peut se tromper
- gagner n'est pas la priorité





Parents  
"Joue plus vite"  
Joueur:  
"J'ai un entraîneur"  
OOOOO

Je n'aime pas que tu dis à mon entraîneur  
ce qu'il doit faire

**MAMAN, PAPA,  
LAISSEZ-MOI JOUER !**



Ne te laisse  
pas passer  
par une  
fille, tu est  
puit

Je n'aime pas que tu accuse mon  
équipe si nous perdons un match  
et que tu dis des gros mots si  
fort que je les entends depuis  
le terrain

Par contre, j'aime :

Vos encouragements pendant que je suis en train  
de jouer.



J'ai besoin de réconfort après  
une défaite

**LES ENFANTS  
PRENNENT  
LA PAROLE !**



Dessins réalisés par le  
F.C Saint-Éloi dans le cadre du  
concours Foot Citoyen 2018-2019



Nous avons  
tellement honte  
de nos parents

Je n'aime pas que mes parents  
se disputent avec les parents  
de mes adversaires



Pour ta papa ❤️

Dans mes yeux tu peux lire  
ce qui me fait plaisir  
sur mes lèvres tu peux lire  
ce qui me fait sourire  
et dans mon cœur  
tu peux lire  
ces mots qui veulent  
dire  
je t'aime



Quand je participe à un match ou une compétition sportive, je n'aime pas que mes parents :

Me disent de tricher.

Disent des gros mots si fort que je les entends depuis le terrain.

Disent des choses méchantes à l'équipe adverse.



Entrent sur le terrain pendant le match.

Se disputent avec les parents de mes adversaires.



## MAMAN, PAPA, LAISSEZ-MOI JOUER !



Par contre, j'aime :

Vos encouragements pendant que je suis en train de jouer.



Que vous me disiez « bien essayé ! » si je fais une erreur.

Que vous me disiez que j'ai fait du bon boulot !



Dessins réalisés par le  
F.C Saint-Éloi dans le cadre du  
concours Foot Citoyen 2018-2019



# ET VOUS, QUEL PARENT ÊTES-VOUS?

Quel est votre ressenti lorsque votre enfant ne joue pas?

1

- A – Triste. Je suis très préoccupé(e) par la victoire ou la défaite de mon enfant
- B – Humble. J'accepte que mon enfant soit aussi remplaçant
- C – Neutre. J'ai beaucoup de mal à m'intéresser à sa discipline sportive
- D – Colère. Mon enfant m'a déjà dit que je mon attitude l'embarrassait et que mes conseils le distraient

Savez-vous quelle activité précise pratique votre enfant?

3

- A – Peu importe. Si mon enfant fait du sport, c'est parce qu'il aime gagner des médailles et des trophées, dans n'importe quelle discipline.
- B – Bien-sûr, je connais l'activité pratiqué par mon enfant et les règles du jeu
- C – Oui, mais je ne connais pas les règles du jeu de l'activité qu'il pratique
- D – Oui, je peux alors donner des conseils à mon enfant pendant l'entraînement ou la compétition

Comparez-vous les autres enfants au votre?

5

- A – Bien-sûr, après un an de pratique, mon enfant joue déjà mieux que d'autres enfants plus expérimentés que lui
- B – Non, ce qui compte c'est qu'il se sente bien dans l'équipe. Je lui transmet les valeurs du sport collectif, de respect et de fair-play
- C – Non, je ne connais pas les partenaires de jeu, ni même l'entraîneur de mon enfant
- D – Oui, il m'arrive parfois également de donner des conseils et instructions aux entraîneurs et arbitres

Encouragez-vous votre enfant lorsqu'il perd?

2

- A – Oui, mais lorsque mon enfant échoue, j'ai honte de lui mais également un peu de moi
- B – Oui, j'encourage toujours mon enfant pendant les temps morts et avant/après la compétition
- C – Non, pendant une compétition j'encourage peu, je suis distrait.
- D – Non, mon enfant préfère que je ne vienne pas le voir en compétition

Êtes-vous pour que votre enfant pratique le sport en compétition?

4

- A – C'est une évidence, mon enfant a tout à fait le potentiel pour devenir sportif professionnel
- B – Je laisse mon enfant décider s'il veut pratiquer sa discipline sportive en compétition
- C – Comme il souhaite. Mais je n'ai pas le temps de participer aux déplacements collectifs organisés par le club, ni aux moments conviviaux de l'association.
- D – Bien-sûr, le sport en compétition est obligatoire à la maison

Acceptez-vous que votre enfant soit sous l'autorité de l'entraîneur pendant la compétition ?

6

- A – Un peu. J'espère juste qu'il soit assez compétent pour que mon enfant aille plus loin que moi dans sa carrière sportive
- B – Oui, je respecte les décisions prises par l'entraîneur, et les arbitres
- C – Tout à fait, j'assiste aux compétitions uniquement si mon enfant me le demande
- D – Non, s'il se blesse, il m'arrive de rentrer immédiatement sur le terrain pour m'occuper de lui, sans prendre en compte l'avis de l'entraîneur.



Analyse. Si vous avez une majorité de :  
A : Parent Fanatique  
B : Parent Supporter  
C : Parent Absent  
D : Parent Excité



## NOTRE ADN

---

P

### PLAISIR

Plaisir de jouer à tout âge  
et tout niveau

R

### RESPECT

Respecter l'adversaire,  
l'arbitre, l'encadrement

Ê

### ENGAGEMENT

Engagement  
du corps et du cœur

T

### TOLÉRANCE

Exemplaire dans l'accueil  
de toutes les aptitudes

S

### SOLIDARITÉ

Solidarité du football français  
et du sport d'équipe



Tous  
« P.R.E.T.S. »  
pour la  
saison  
2020/2021



**CONTACT DISTRICT :**

DAMIEN ROY - *CTD DAP*

Tél: 01 60 84 93 23

Mail : [footanimation@essonne.fff.fr](mailto:footanimation@essonne.fff.fr)

U12/U13

# LE GUIDE DES PARENTS U12-U13



Philosophie  
et objectifs

Organisation

PLAISIR  
*APPRENTISSAGE*  
*JEU*

FAIRE JOUER  
TOUS LES  
ENFANTS

CRITERIUM  
CLASSIQUE

FESTIVAL  
FOOT U13

CRITERIUM  
FUTSAL



# CHACUN SON RÔLE

## U12/U13

### Missions de l'encadrement :

L'encadrement d'un jeune joueur est composé d'un tryptique : l'éducateur, l'accompagnateur (« le dirigeant ») et les parents.

Chacun d'entre eux a un rôle à tenir auprès des jeunes joueurs. Leurs missions doivent être COMPLEMENTAIRES et chacun doit rester dans son rôle.

	RÔLES DE L'ÉDUCATEUR	RÔLES DE L'ACCOMPAGNATEUR	RÔLES DES PARENTS
<b>EN DEHORS DE LA PRATIQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Participe aux réunions techniques du club</li><li>&gt; Prépare le calendrier des rencontres</li><li>&gt; Met en place les conditions d'entraînement (lieu, jour, horaires, stages...)</li><li>&gt; Met en œuvre une programmation</li><li>&gt; Intègre le Programme Educatif Fédéral dans son fonctionnement</li><li>&gt; Prévoit des animations extra-sportives</li><li>&gt; Assure le lien avec les parents (réunion, contact...)</li><li>&gt; Met en place la charte de vie avec les joueurs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare le déplacement et les conditions matérielles (licences, ballons, équipements, feuille de match, pharmacie, voitures...)</li><li>&gt; Conçoit le livret de l'équipe à destination des parents (coordonnées, entraînements, calendrier, charte de vie...)</li><li>&gt; Aide à la mise en place d'animations extra-sportives</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Indique l'absence (et son motif) de leur enfant à l'éducateur</li><li>&gt; Fait respecter les temps de sommeil de leur enfant</li><li>&gt; Prépare une alimentation adaptée à l'activité physique</li><li>&gt; Vérifie que le sac du footballeur soit correctement préparé</li><li>&gt; Participe à la vie du club</li></ul>
<b>A L'ENTRAÎNEMENT</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare et anime la séance d'entraînement</li><li>&gt; Tient la fiche de présence</li><li>&gt; Fait le point sur l'organisation des rencontres du week-end (santé, absences, transport)</li><li>&gt; S'entretient avec les joueurs si besoin</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Ouvre et ferme les vestiaires</li><li>&gt; Accueille les joueurs</li><li>&gt; Aide à la préparation du matériel</li><li>&gt; Participe à l'animation de la séance si besoin</li><li>&gt; Surveille les joueurs</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Transporte son enfant</li><li>&gt; Assiste périodiquement à l'entraînement de son enfant</li></ul>
<b>LE JOUR DE LA RENCONTRE (avant, pendant, après)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Prépare la rencontre</li><li>&gt; Organise l'équipe et donne les consignes</li><li>&gt; Noue le contact avec l'adversaire et l'arbitre</li><li>&gt; Dirige l'équipe</li><li>&gt; Fait le bilan avec les joueurs</li><li>&gt; Précise le prochain rendez-vous</li><li>&gt; Tient la fiche de présence</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Distribue les équipements</li><li>&gt; Accueille l'adversaire et l'arbitre</li><li>&gt; Seconde l'éducateur dans son rôle (échauffement, remplaçants, pharmacie...)</li><li>&gt; Prépare la collation d'après-match à domicile</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Participe au transport des joueurs de l'équipe</li><li>&gt; Accueille les parents de l'autre équipe</li><li>&gt; Encourage tous les joueurs de l'équipe</li><li>&gt; Aide à la préparation de la collation</li></ul>



## MIEUX LE CONNAÎTRE !



### L'ENFANT EST ÂGÉ DE 11 ANS / 12 ANS, EN CLASSE DE 6<sup>ÈME</sup> / 5<sup>ÈME</sup>

- > Il développe l'esprit critique et le goût du risque,
- > Il recherche de la confiance en soi,
- > Il est curieux et a envie de progresser,
- > Il bénéficie d'une croissance par pic,
- > Il est dans une période de Fragilité osseuse, cartilagineuse et musculaire,
- > Il se situe dans l'âge d'or des acquisitions motrices,
- > Il a une capacité de raisonner sur des schémas collectifs plus complexes.



**« L'ENFANT SE CONSTRUIT  
AU CŒUR DU JEU »**



## L'ENFANT A BESOIN :

- > **D'un cadre pour se rassurer**  
Il recherche des modèles, des référents pour se construire
- > **De poursuivre le travail de réactivité et de psychomotricité (latéralisation, dissociation segmentaire, fréquences des appuis...)**  
Âge propice au travail d'endurance (augmenter la durée des séquences 15' à 20')
- > **De gérer la fatigue et les douleurs :**  
Arrêts préventifs - Contrôle médical incontournable
- > **De réaliser des jeux, des situations et des exercices :**  
Qui seront les outils principaux de développement
- > **De développer son bagage technique pour répondre aux exigences tactiques :**  
Enchaînement de gestes proches des conditions de jeu

**« VALORISER ET METTRE  
EN CONFIANCE FAVORISE  
L'APPRENTISSAGE »**



# LES COMPÉTENCES SPORTIVES

TACTIQUE	TECHNIQUE	PSYCHOLOGIQUE	ATHLÉTIQUE
Être capable de			
Agrandir l'espace de jeu effectif en largeur et profondeur	Contrôler des ballons au sol ou aériens pied droit, pied gauche et d'enchaîner par un autre geste le plus vite possible	Avoir un état d'esprit exemplaire	Développer la vitesse d'exécution
Jouer vers l'avant collectivement ou individuellement entre les lignes adverses	Frapper son ballon pied droit, pied gauche avec les différentes surfaces de contacts, notamment le cou-de-pied	Rester concentré	Travailler la coordination, motricité.
Sécuriser et maîtriser la possession	Remiser ou de dévier le ballon	S'engager totalement	Travailler les étirements.
Changer de rythme de jeu	Conduire pied droit pied gauche en regardant autour de moi pour choisir la solution adéquat	Avoir confiance en soi	Travailler le gainage
Fixer dans une zone pour jouer dans une autre			
Garder le temps d'avance pour finir l'action	Conserver le ballon en utilisant son corps	Être persévérant	
Être réactif à la perte du ballon et empêcher l'adversaire de s'organiser	Trouver la bonne distance et le bon moment pour marquer	Rester déterminé	
Se replacer sur l'axe ballon/but	Enchaîner une conduite, une feinte et un dribble en rythme		
Reformer le bloc équipe	Jouer un ballon aérien de volée		
Récupérer le ballon en bloc	Récupérer le ballon dans les pieds de l'adversaire		
Protéger son but en déséquilibre	Réaliser 50 contacts jonglerie pied droit, pied gauche, alternés et tête. 20 m en aller retour		

# U12/U13

## LES COMPÉTENCES ÉDUCATIVES sont transverses aux compétences sportives

PÉRIODES	Septembre / Octobre	Novembre / Décembre	Janvier / février	Mars / avril	Mai / juin
ADN FFF	<b>PLAISIR</b>	<b>RESPECT</b>	<b>ENGAGEMENT</b>	<b>TOLÉRANCE</b>	<b>SOLIDARITÉ</b>
COMPÉTENCES	Respecter le cadre de fonctionnement collectif	Prendre une douche après l'effort	Utiliser des transports éco-responsables	S'interdire toutes formes de discriminations	Connaître les méfaits du tabac
	Découvrir et assumer le rôle de capitaine	Prioriser le projet collectif	Trier ses déchets	Jouer sans tricher	Adapter son sommeil à l'activité
	Connaître les fautes à ne pas commettre	Respecter les adversaires	Partager sa connaissance du foot	Faire preuve de volonté de progresser	S'alimenter pour jouer
			Avoir l'esprit club	Respecter et comprendre les sanctions de l'arbitre	Porter les valeurs du foot
			Maîtriser la règle du hors-jeu	S'hydrater pour jouer	

# LOIS DU JEU U12-U13

## U12/U13

<b>TERRAIN - BUTS - BALLONS</b>	Voir espace de jeu Buts : 6 m x 2 m avec filets (cf.annexe) - Ballon taille 4
<b>NOMBRE DE JOUEURS</b>	8 joueurs (7 + 1 GB). Nombre de remplaçants 0 à 4 - minimum 6 joueurs Chaque joueur doit démarrer 1 période 3 U11 autorisés par équipe. Pas de sous classement pour la pratique féminine. 😊 Possibilité de rencontres spécifiques féminine avec moins de 8 joueuses
<b>ÉQUIPEMENTS</b>	Maillots dans le short Chaussettes relevées en dessous des genoux Protège-tibias obligatoires « Tip top » doivent être placés sous les chaussettes
<b>TEMPS DE JEU</b>	Critérium classique : 2x30 min avec pause coaching au bout de 15 min Festival Foot U13 : en fonction du nombre d'équipes
<b>COUP D'ENVOI</b>	Interdit de marquer directement sur l'engagement Adversaires à 6 m
<b>PRISE DE BALLE À LA MAIN DU GARDIEN SUR PASSE EN RETRAIT VOLONTAIRE D'UN PARTENAIRE</b>	Interdit. Sinon CF Indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13 m Mur autorisé à 6 m
<b>RELANCE DU GARDIEN</b>	Pas de frappe de volée, ou de ½ volée Sinon CF indirect ramené perpendiculaire à la ligne des 13m
<b>TOUCHE</b>	À la main
<b>COUPS FRANCS</b>	Directs ou indirects (règles du football à 11) - mur à 6 m
<b>COUP DE PIED DE COIN</b>	Au point de corner
<b>COUP DE PIED DE RÉPARATION</b>	À 9 m

### COUP DE PIED DE BUT

*Lors d'un coup de pied de but, le ballon sera placé dans la zone virtuelle « 6m x 9m » (délimitée par la largeur des montants de but et allant jusqu'à la hauteur du point de penalty).*

*Comme au football à 11, les adversaires devront se trouver à l'extérieur de la surface de réparation (26x13m) jusqu'au botté du ballon. Les joueurs de l'équipe bénéficiant du coup de pied de but peuvent se trouver à n'importe quel endroit sur le terrain.*

*Après le botté du ballon, les adversaires ont la possibilité de pénétrer dans la surface de réparation même si celui-ci n'en est pas encore sorti.*





## HORS JEU

À partir de la ligne médiane. ½ terrain,

- > Le hors-jeu est jugé au départ du ballon,
- > Le receveur doit faire action de jeu,
- > Un joueur est en position de hors-jeu s'il est plus près de la ligne de but adverse que deux autres adversaires.

**À noter :** Pas de hors-jeu sur une touche ni sur une sortie de but.

## PAS HORS JEU

car au départ du ballon, 2 joueurs adverses sont présents entre le but adverse et moi



## HORS JEU

car je ne suis seul dans le camp adverse au départ du ballon

COMMENT  
ORGANISER  
UNE JOURNÉE  
DE CRITÉRIUM?

ESPACES DE JEU

LOIS DU JEU



# U12/U13

CALENDRIER DE LA SAISON U12/U13

L'ENFANT AU CŒUR DU JEU

FORMES DE PRATIQUE

LES CONTENUS

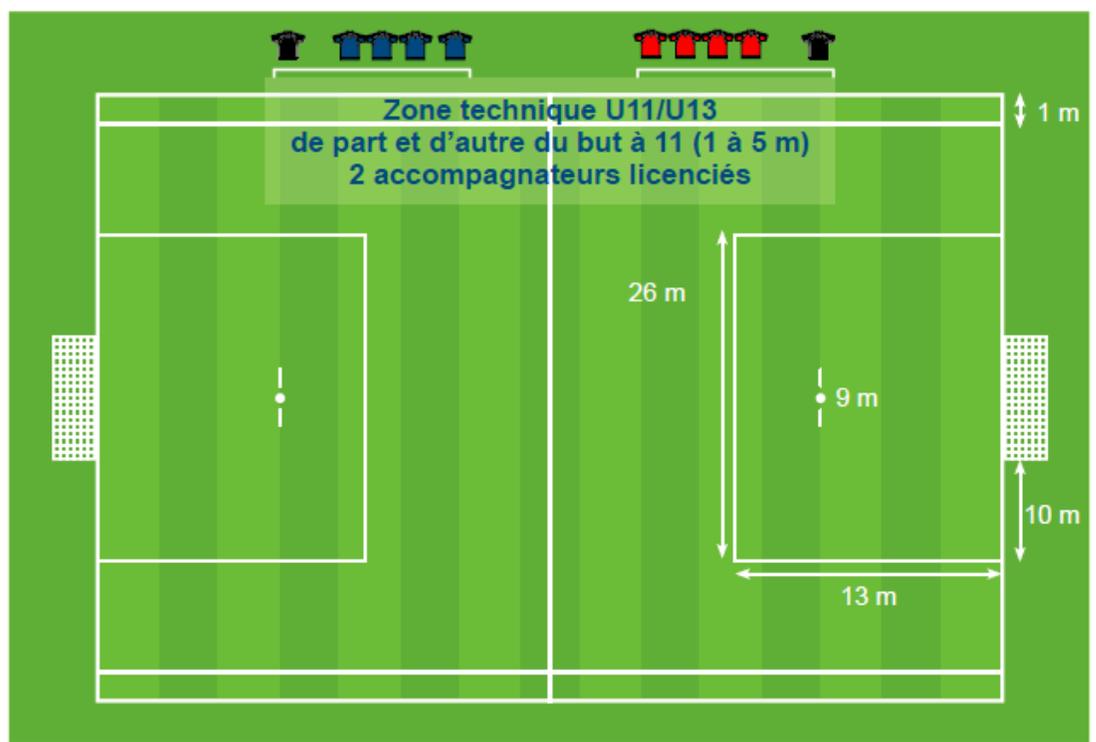
RÔLE DE L'ENCADREMENT

CRITÉRIUM U12/U13 > ORGANISATION > ESPACES DE JEU



## ESPACES DE JEU

(1/2 terrain à 11)



COMMENT ORGANISER UNE JOURNÉE DE CRITÉRIUM ?

ESPACES DE JEU

LOIS DU JEU





# ***L'ORGANISATION DES RENCONTRES***



U12/U13



# CRITERIUM CLASSIQUE U12-U13



## Organisation

Protocole  
Fair-Play

*Avant la rencontre*

1 défi  
technique

**RENCONTRE**  
2 x 30min

Protocole  
Fair-Play

*Après la rencontre*

- P**ermettre et garantir un temps de jeu égal à tous(tes),
- L**aisser jouer les enfants,
- A**ccepter les erreurs et valoriser les réussites,
- I**nciter les enfants à prendre des initiatives,
- S**e servir de la rencontre comme d'un baromètre du progrès des enfants,
- I**mpliquer les joueurs sur les différents postes,
- R**appeler les apprentissages éducatifs et sportifs de la semaine.



# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT MATCH U12-U13

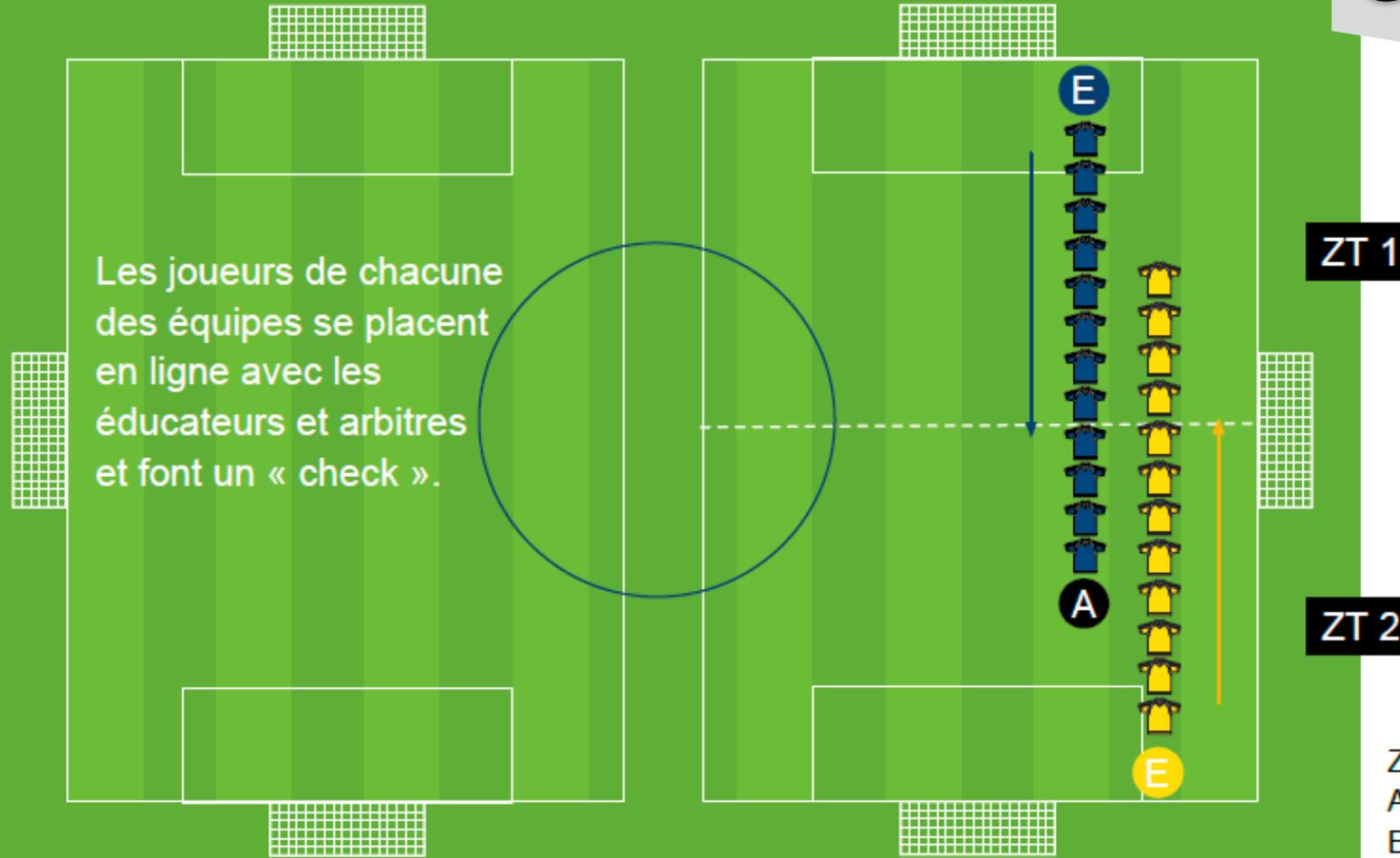
U12/U13

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Les joueurs de chacune des équipes se placent en ligne avec les éducateurs et arbitres et font un « check ».



ZT : Zone Technique  
A : Arbitre  
E : Éducateur

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs

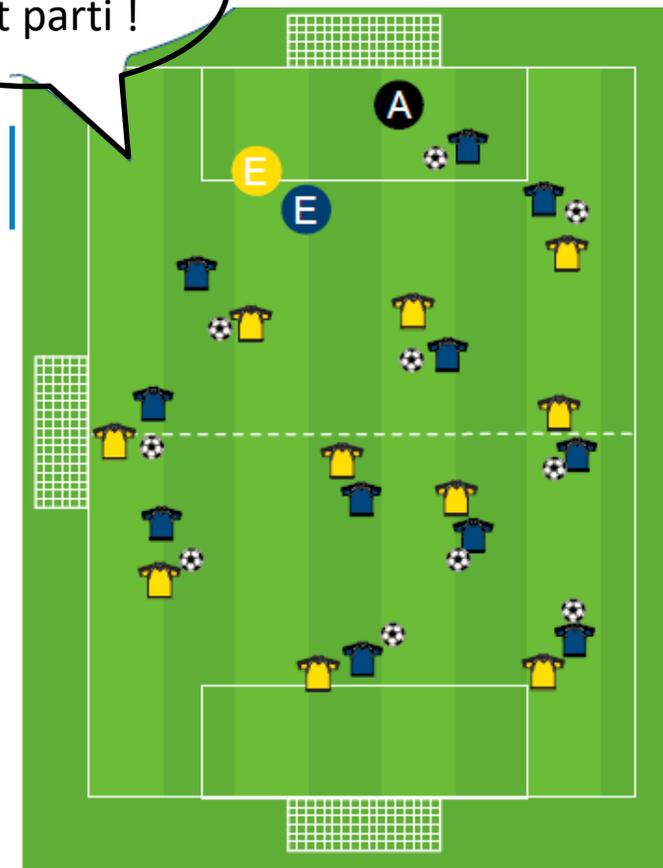


# ***LE DÉFI TECHNIQUE D'AVANT MATCH***



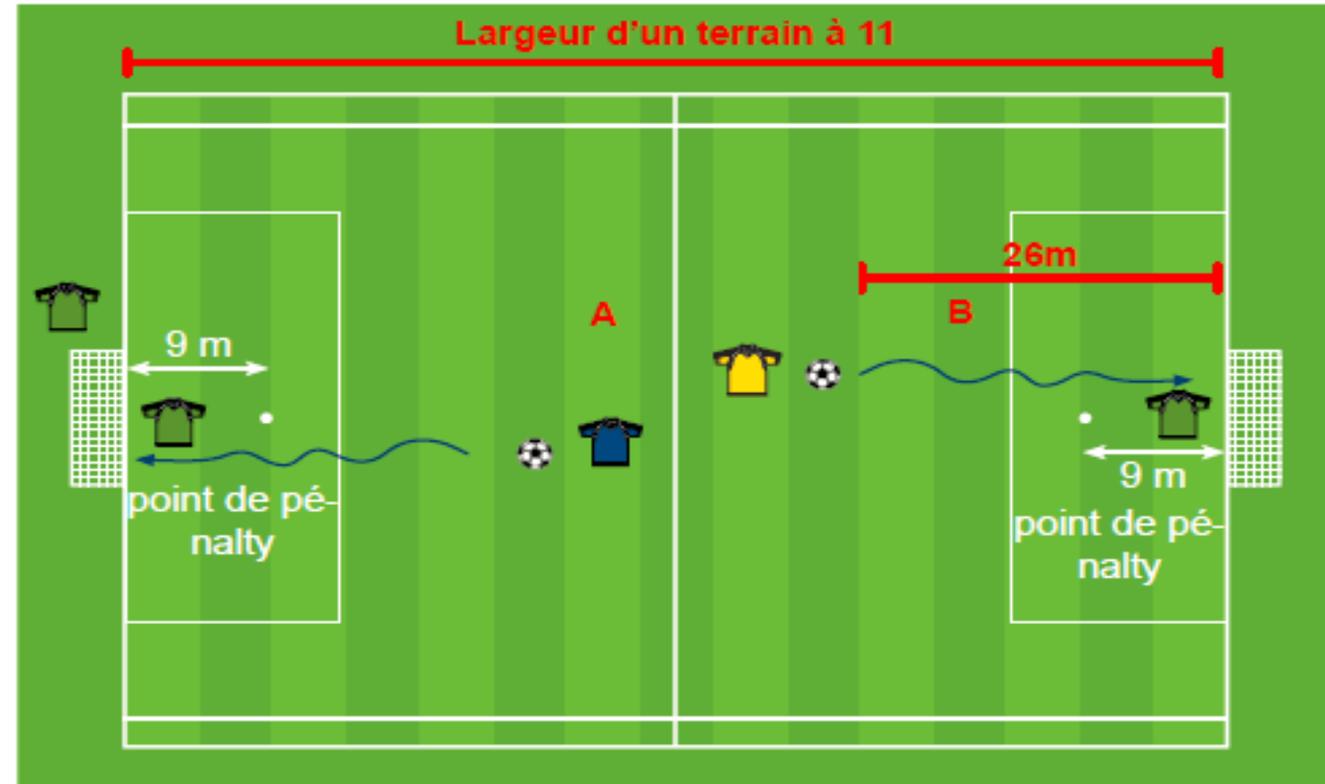
A réaliser avant chaque rencontre, sous forme de défi:	Organisation :	Comptage des jonglages :
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 50 jonglages, pied libre</li><li>➤ reprise d'appuis obligatoire entre chaque jongle</li><li>➤ 2 essais (noter le meilleur score-MS)</li><li>➤ Une touche de rattrapage autorisée</li><li>➤ Départ libre</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 1 jeune face à 1 autre par numéro</li><li>➤ 1 ballon par binôme</li><li>➤ Répartition sur un espace suffisant pour mettre les joueurs dans le confort.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Par le joueur en attente</li><li>➤ Résultats inscrits sur la feuille de rencontre par les éducateurs</li></ul>

Les bleus, c'est parti !



### Organisation :

- Départ simultané d'un joueur de chaque équipe vers le but adverse (départ à 26m du but)
- Le joueur a 6 secondes pour essayer de marquer, l'action se termine si le ballon sort du terrain, est capté par le gardien ou au bout de 6s (top donné par un des éducateurs)
- Si une équipe est en infériorité numérique, les joueurs supplémentaires passent seuls.
- Aucun joueur ne passe 2 fois.
- L'équipe qui marque le plus de buts remporte le défi.



# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRES MATCH U12-U13

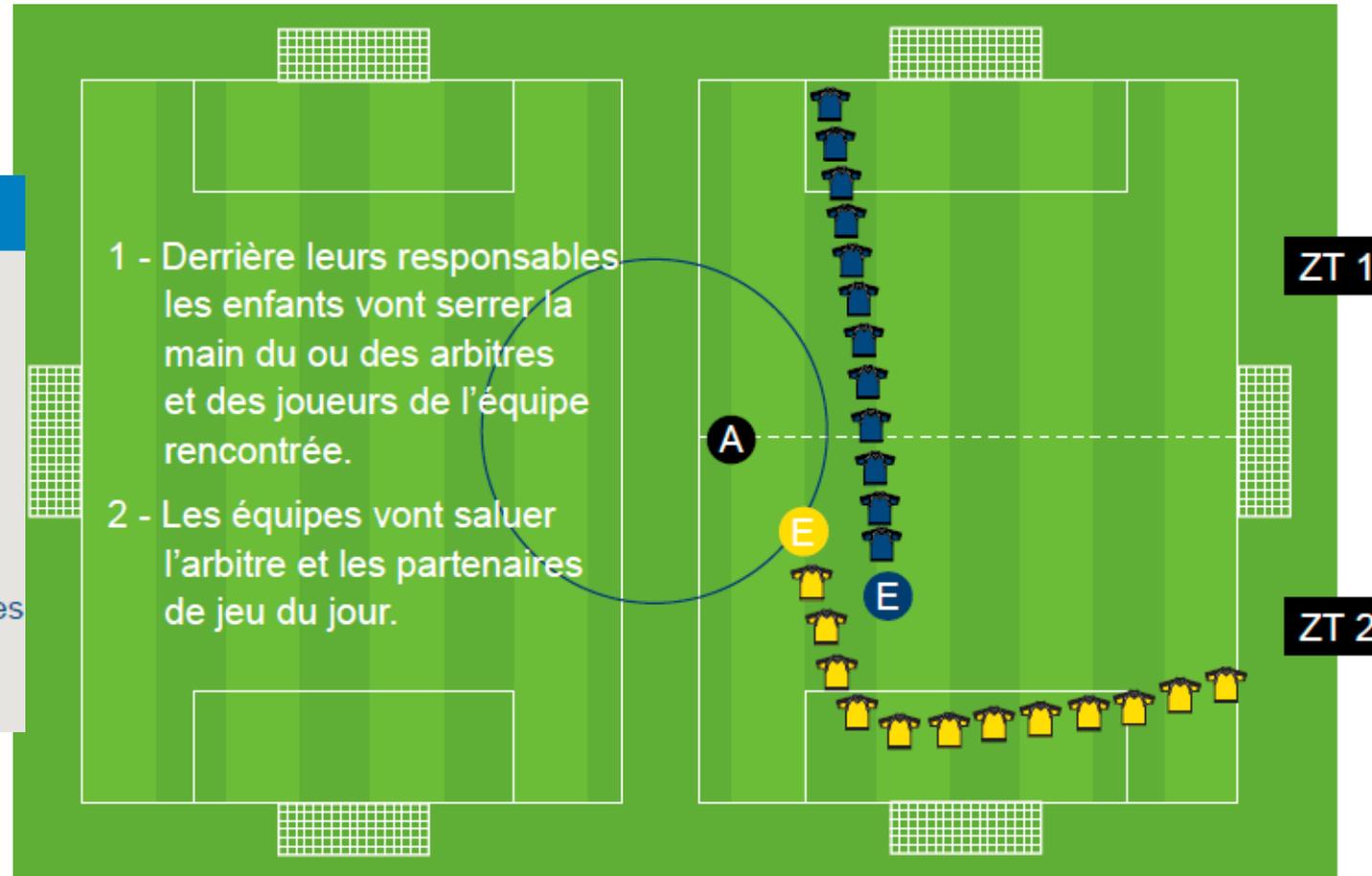
U12/U13

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

- 1 - Derrière leurs responsables les enfants vont serrer la main du ou des arbitres et des joueurs de l'équipe rencontrée.
- 2 - Les équipes vont saluer l'arbitre et les partenaires de jeu du jour.



**« HUMBLES  
ET RESPECTUEUX  
DANS LA VICTOIRE  
ET CALMES ET UNIS  
DANS LA DÉFAITE !! »**



Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs



U12/U13



# FESTIVAL FOOT U13



## Organisation

**Protocole  
Fair-Play**

*Avant la rencontre*

**1 défi  
technique**

**Rencontre :**

Poule à 3 : 2 x 15 min  
poule à 4 : 1 x 20 min  
poule à 5 : 1 x 15 min

**Protocole  
Fair-Play**

*Après la rencontre*

- P**ermettre et garantir un temps de jeu égal à tous(tes),
- L**aisser jouer les enfants,
- A**ccepter les erreurs et valoriser les réussites,
- I**nciter les enfants à prendre des initiatives,
- S**e servir de la rencontre comme d'un baromètre du progrès des enfants,
- I**mpliquer les joueurs sur les différents postes,
- R**appeler les apprentissages éducatifs et sportifs de la semaine.



# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'AVANT MATCH U12-U13

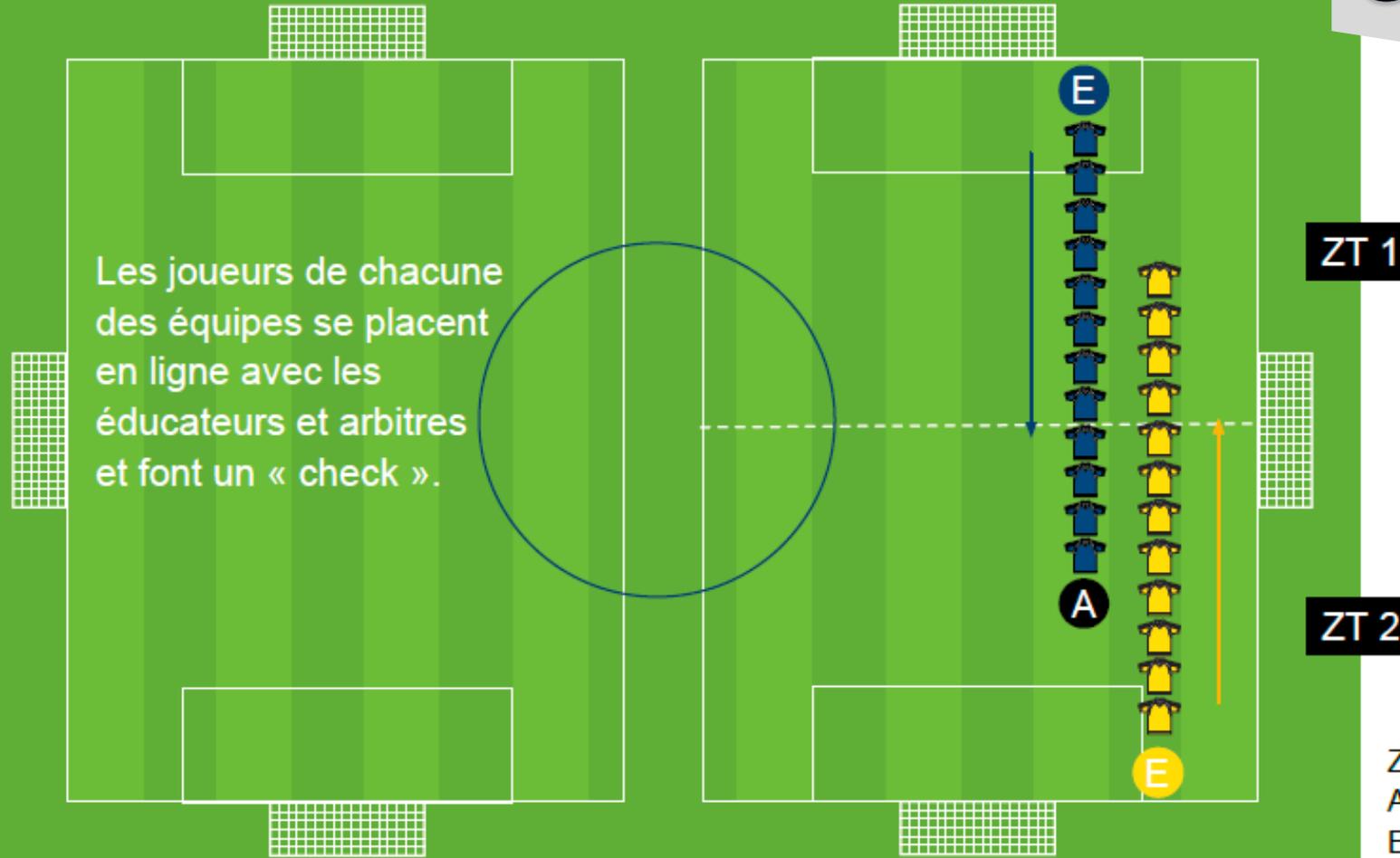
U12/U13

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

Les joueurs de chacune des équipes se placent en ligne avec les éducateurs et arbitres et font un « check ».



ZT : Zone Technique  
A : Arbitre  
E : Éducateur

Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs



# ***LE DÉFI JONGLERIE***



A réaliser avant la première rencontre :	Organisation :	Comptage des jonglages :
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Pied : 50 jonglages, pied libre, reprise d'appuis obligatoire entre chaque jongle départ ballon au sol</li><li>➤ Tête : 50 jonglages, départ ballon à la main</li><li>➤ 2 essais</li><li>➤ Une touche de rattrapage autorisée</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 1 jeune face à 1 autre par numéro</li><li>➤ 1 ballon par binôme</li><li>➤ Répartition sur un espace suffisant pour mettre les joueurs dans le confort.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Par le joueur en attente</li><li>➤ Résultats inscrits sur la feuille de jonglerie par les éducateurs</li></ul>

Les bleus, c'est parti !



# PROTOCOLE FAIR-PLAY D'APRÈS MATCH U12-U13

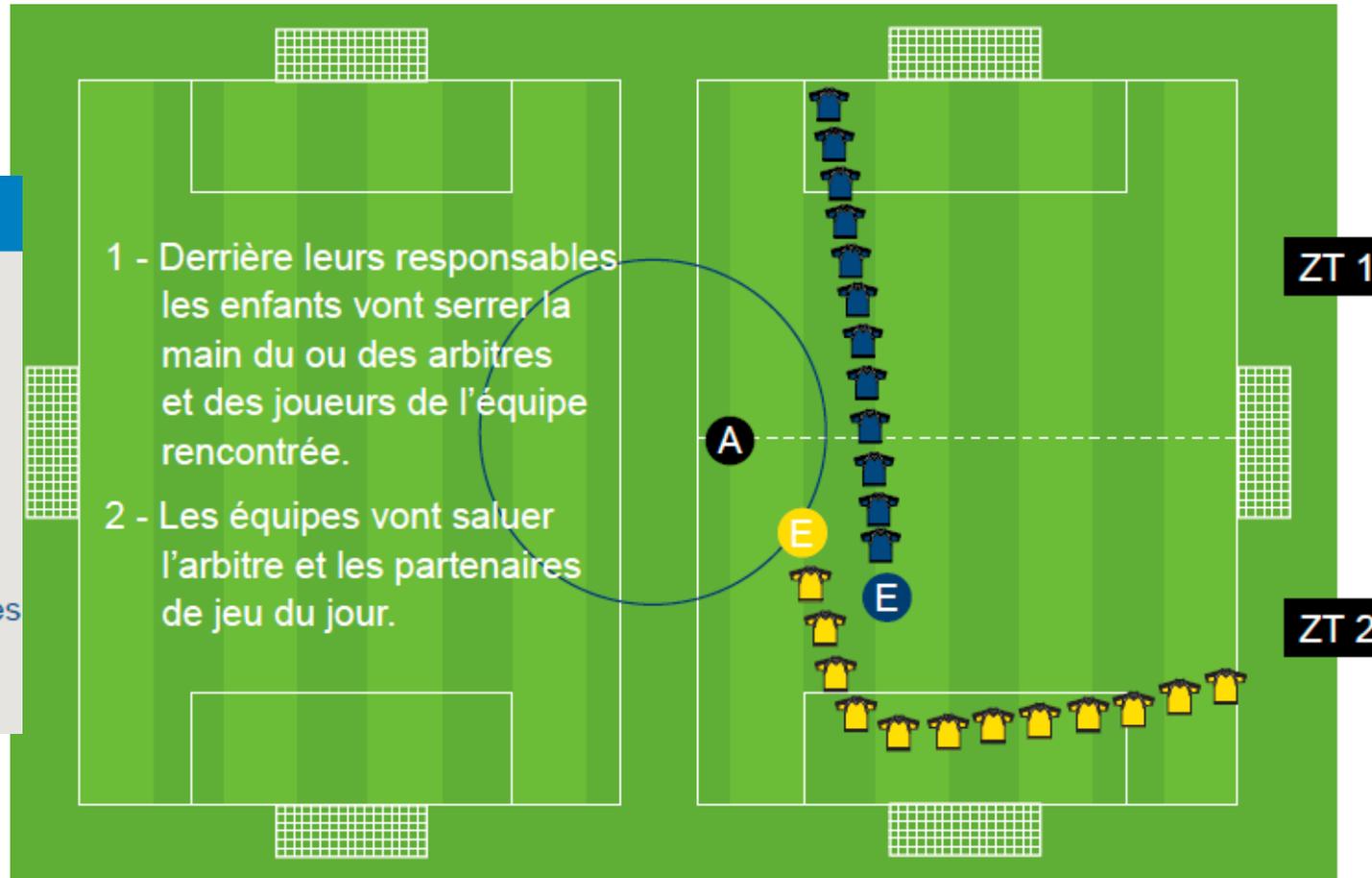
U12/U13

## FAIR-PLAY

Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu

- > Respecter les adversaires
- > Développer et entretenir l'engagement sur le terrain
- > Faire preuve de volonté de progresser
- > Valoriser les beaux gestes et les bonnes pratiques
- > Jouer sans tricher

- 1 - Derrière leurs responsables les enfants vont serrer la main du ou des arbitres et des joueurs de l'équipe rencontrée.
- 2 - Les équipes vont saluer l'arbitre et les partenaires de jeu du jour.



**« HUMBLES  
ET RESPECTUEUX  
DANS LA VICTOIRE  
ET CALMES ET UNIS  
DANS LA DÉFAITE !! »**



Le même temps de jeu pour tous :

un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs



# FAIRE SON SAC DE FOOT

U12/U13

## POUR JOUER



## POUR APRES LE MATCH OU L'ENTRAINEMENT



# CONSEILS POUR LES PARENTS DE JEUNES FOOTBALLEURS

U6/U7

 ACCOMPAGNER	 ENCOURAGER	 RESTER DERRIÈRE LA MAIN COURANTE	 FAIRE CONFIANCE À L'ÉDUCATEUR
 NE PAS DONNER D'INSTRUCTIONS	 RESPECTER LES ARBITRES	 ACCEPTER L'ERREUR	 RESPECTER ADVERSAIRES ET AUTRES PARENTS
 CONTRÔLER SES ÉMOTIONS	 ÊTRE À L'ÉCOUTE DE VOTRE ENFANT	 VALORISER LES BONNES ATTITUDES	 RÉCONFORTER

N'oubliez pas que le FOOTBALL est un JEU :

- mon éducateur m'accompagne pour que je m'amuse
- l'arbitre peut se tromper
- gagner n'est pas la priorité





Parents  
"Joue plus vite"  
"J'ai un entraîneur"  
O O O O O

Je n'aime pas que tu dis à mon entraîneur  
ce qu'il doit faire

**MAMAN, PAPA,  
LAISSEZ-MOI JOUER !**



Ne te laisse  
pas passer  
par une  
fille, tu est  
puit

Je n'aime pas que tu accuse mon  
équipe si nous perdons un match  
et que tu dis des gros mots si  
fort que je les entends depuis  
le terrain

Par contre, j'aime :

Vos encouragements pendant que je suis en train  
de jouer.



J'ai besoin de réconfort après  
une défaite

**LES ENFANTS  
PRENNENT  
LA PAROLE !**



Dessins réalisés par le  
F.C Saint-Éloi dans le cadre du  
concours Foot Citoyen 2018-2019



Nous avons  
tellement honte  
de nos parents

Je n'aime pas que mes parents  
se disputent avec les parents  
de mes adversaires



Pour ta papa ❤️

Dans mes yeux tu peux lire  
ce qui me fait plaisir  
sur mes lèvres tu peux lire  
ce qui me fait sourire  
et dans mon cœur  
tu peux lire  
ces mots qui veulent  
dire  
je t'aime



Quand je participe à un match ou une compétition sportive, je n'aime pas que mes parents :

Me disent de tricher.

Disent des gros mots si fort que je les entends depuis le terrain.

Disent des choses méchantes à l'équipe adverse.



Entrent sur le terrain pendant le match.

Se disputent avec les parents de mes adversaires.



## MAMAN, PAPA, LAISSEZ-MOI JOUER !



Par contre, j'aime :

Vos encouragements pendant que je suis en train de jouer.



Que vous me disiez « bien essayé ! » si je fais une erreur.

Que vous me disiez que j'ai fait du bon boulot !



Dessins réalisés par le  
F.C Saint-Éloi dans le cadre du  
concours Foot Citoyen 2018-2019



# ET VOUS, QUEL PARENT ÊTES-VOUS?

Quel est votre ressenti lorsque votre enfant ne joue pas?

1

- A – Triste. Je suis très préoccupé(e) par la victoire ou la défaite de mon enfant
- B – Humble. J'accepte que mon enfant soit aussi remplaçant
- C – Neutre. J'ai beaucoup de mal à m'intéresser à sa discipline sportive
- D – Colère. Mon enfant m'a déjà dit que je mon attitude l'embarrassait et que mes conseils le distraient

Savez-vous quelle activité précise pratique votre enfant?

3

- A – Peu importe. Si mon enfant fait du sport, c'est parce qu'il aime gagner des médailles et des trophées, dans n'importe quelle discipline.
- B – Bien-sûr, je connais l'activité pratiqué par mon enfant et les règles du jeu
- C – Oui, mais je ne connais pas les règles du jeu de l'activité qu'il pratique
- D – Oui, je peux alors donner des conseils à mon enfant pendant l'entraînement ou la compétition

Comparez-vous les autres enfants au votre?

5

- A – Bien-sûr, après un an de pratique, mon enfant joue déjà mieux que d'autres enfants plus expérimentés que lui
- B – Non, ce qui compte c'est qu'il se sente bien dans l'équipe. Je lui transmet les valeurs du sport collectif, de respect et de fair-play
- C – Non, je ne connais pas les partenaires de jeu, ni même l'entraîneur de mon enfant
- D – Oui, il m'arrive parfois également de donner des conseils et instructions aux entraîneurs et arbitres

Encouragez-vous votre enfant lorsqu'il perd?

2

- A – Oui, mais lorsque mon enfant échoue, j'ai honte de lui mais également un peu de moi
- B – Oui, j'encourage toujours mon enfant pendant les temps morts et avant/après la compétition
- C – Non, pendant une compétition j'encourage peu, je suis distrait.
- D – Non, mon enfant préfère que je ne vienne pas le voir en compétition

Êtes-vous pour que votre enfant pratique le sport en compétition?

4

- A – C'est une évidence, mon enfant a tout à fait le potentiel pour devenir sportif professionnel
- B – Je laisse mon enfant décider s'il veut pratiquer sa discipline sportive en compétition
- C – Comme il souhaite. Mais je n'ai pas le temps de participer aux déplacements collectifs organisés par le club, ni aux moments conviviaux de l'association.
- D – Bien-sûr, le sport en compétition est obligatoire à la maison

Acceptez-vous que votre enfant soit sous l'autorité de l'entraîneur pendant la compétition ?

6

- A – Un peu. J'espère juste qu'il soit assez compétent pour que mon enfant aille plus loin que moi dans sa carrière sportive
- B – Oui, je respecte les décisions prises par l'entraîneur, et les arbitres
- C – Tout à fait, j'assiste aux compétitions uniquement si mon enfant me le demande
- D – Non, s'il se blesse, il m'arrive de rentrer immédiatement sur le terrain pour m'occuper de lui, sans prendre en compte l'avis de l'entraîneur.



Analyse. Si vous avez une majorité de :  
A : Parent Fanatique  
B : Parent Supporter  
C : Parent Absent  
D : Parent Excité



## NOTRE ADN

---



### PLAISIR

Plaisir de jouer à tout âge  
et tout niveau



### RESPECT

Respecter l'adversaire,  
l'arbitre, l'encadrement



### ENGAGEMENT

Engagement  
du corps et du cœur



### TOLÉRANCE

Exemplaire dans l'accueil  
de toutes les aptitudes



### SOLIDARITÉ

Solidarité du football français  
et du sport d'équipe



Tous  
« P.R.E.T.S. »  
pour la  
saison  
2020/2021



**CONTACT DISTRICT :**

DAMIEN ROY - *CTD DAP*

Tél: 01 60 84 93 23

Mail : [footanimation@essonne.fff.fr](mailto:footanimation@essonne.fff.fr)