



REUNION U9F U11F

SAISON 2025 / 2026

PROGRAMME

ACCUEIL ET PRESENTATION

LES CATEGORIES FEMININES

LA SAISON U9F U11F

LA PHILOSOPHIE DES PLATEAUX

LA PRATIQUE : FORME ET INTERET

TOUTES FOOT ET FOOT A L'ECOLE

MISE EN PLACE DES PLATEAUX



01

ACCUEIL ET PRESENTATION



Présentation



Coralie BELIN

Conseillère Technique Départementale

☎ 06 20 09 25 29

✉ cbelin@dfsm.fff.fr

📍 2 rue Bellanger, 76190 Yvetot

🌐 <https://dfsm.fff.fr/>

Foot Féminin



Foot à
l'école

PEF

01

LES CATEGORIES FEMININES



LES CATEGORIES FEMININES

CATEGORIES FEMININES - DISTRICT SEINE MARITIME - SAISON 2025 2026

Licences	U6F	U7F	U8F	U9F	U10F	U11F	U12F	U13F	U14F	U15F	U16F	U17F	U18F	U19F	U20F	SENIOR F
Pratique FEM		Féminine														
Catégories		U9F	U9F	U9F	U11F	U11F	U14F	U14F	U14F	U17F	U17F	U17F	SENIOR F			
Pratique		Pratique à 5			Pratique à 5 puis à 8		Pratique à 8			Pratique à 8			Pratique à 8 ou à 11			
Surclassement possible				U11F								Sénior F *	Sénior F *			
Pratique Mixité	Mixité															
Catégories	U7	U7	U9	U9	U11	U11	U13	U13	U15	U15						
Sous classement possible (Mixité)			U7		U9		U11		U13		U15					

* Demande de double surclassement

02

LA SAISON
U9F U11F



LA SAISON U9F U11F – Phase 1



LA SAISON U9F U11F – Phase2

JURY TOUTESFOOT

10 et 17 janvier:
Reprise
proposition
plateau futsal

24 et 31 janvier :
début plateau
phase 2 - U9F et
U11F

31 mai :
Journée 100%
féminine

08 et 12 janvier :
Réunion de secteur –
Phase 2

07/08 mars :
Plateau Carnaval
Journée internationale
des droits de la femme
1/8 FINALE SENIOR F
AF PRATIQUE FEMININE
– PLATEAU EST

13 juin :
Journée nationale
des débutants

03

La philosophie des plateaux



PHILOSOPHIE DES PLATEAUX



VALORISANT



BIENVEILLANT



STIMULANT



TELEGUIDER
CRITIQUER
EVOQUER LE RESULTAT
LAISSER SES EMOTIONS PRENDRE LE DESSUS
ETRE PASSIF



LAISSER JOUER
VALORISER ET EDUQUER
EVOQUER LES REUSSITES
GERER SES EMOTIONS
ETRE ACTIF

Être vigilant à :

Temps de jeu
important!

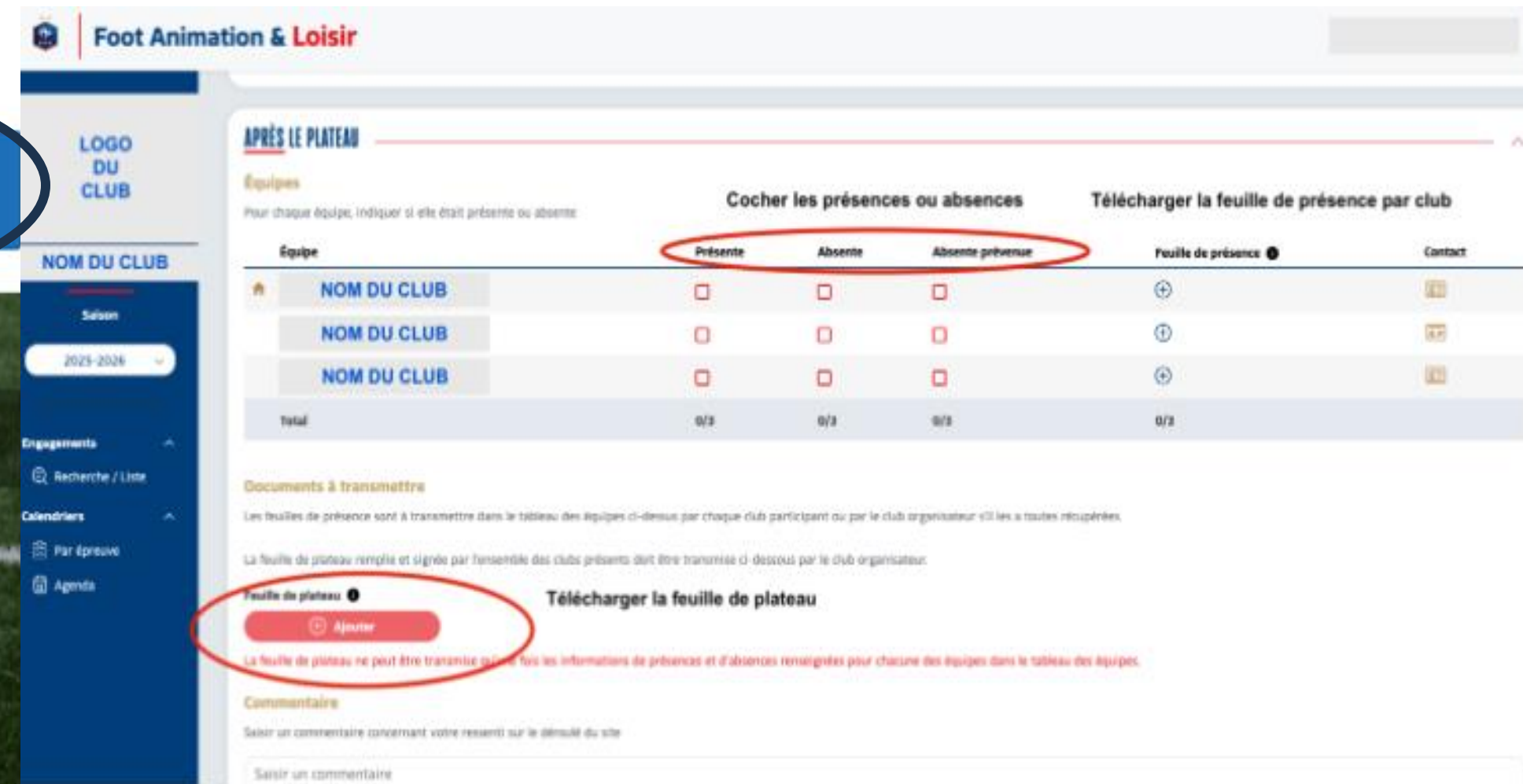
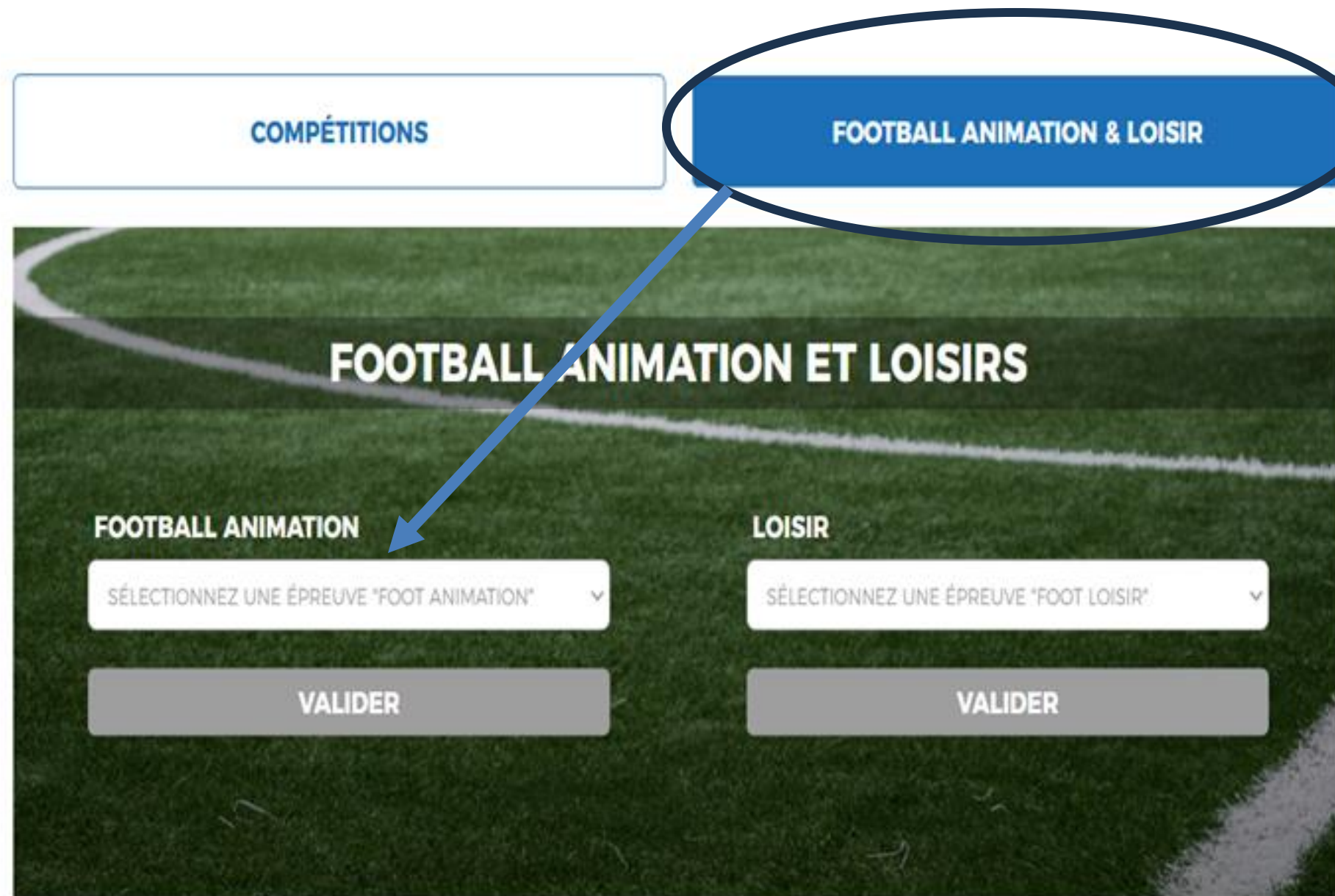
Eviter les
écarts de
score trop
important!

04

**La pratique :
Forme et
Intérêts**



UTILISATION DU FAL



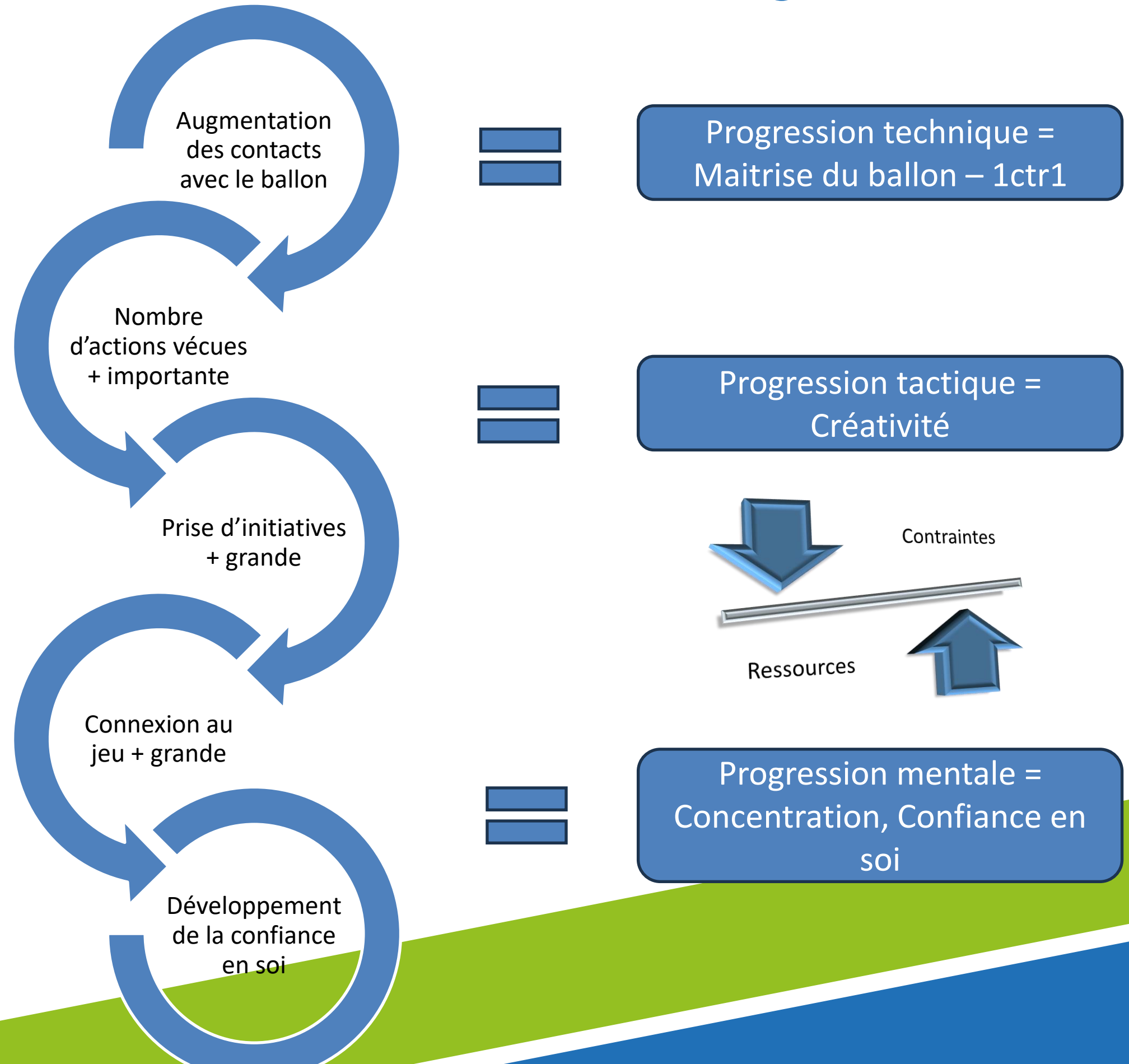
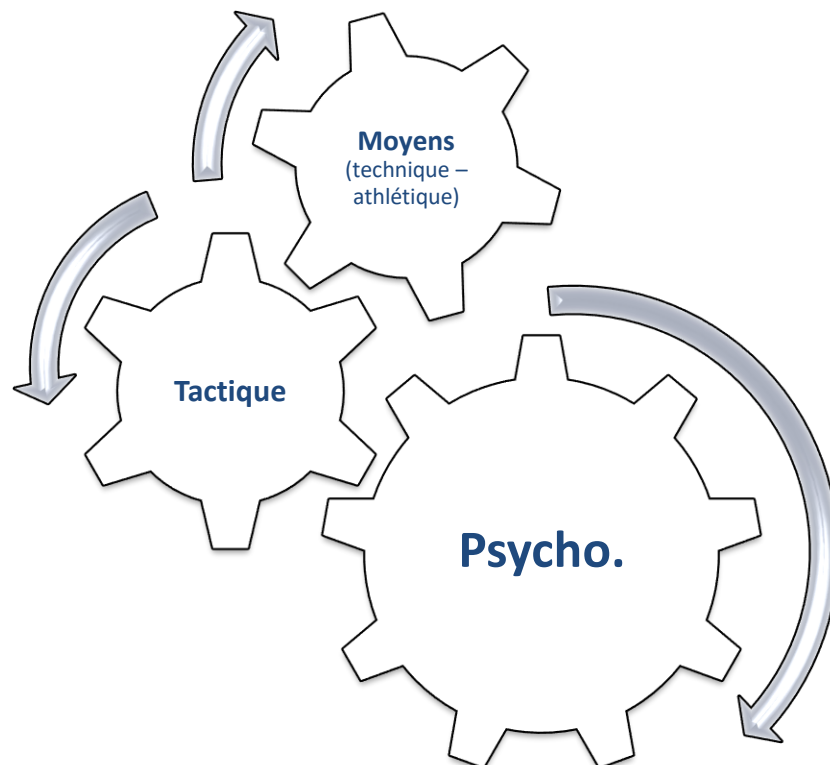
Nouveauté : votre feuille de plateau est désormais à déposer via l'outil « Football d'animation loisir », dans les 48h

Pour y accéder :

- Foot club
- Epreuves
- Foot. Animation Loisir
- Par épreuve
- Sélection du plateau
- Renseigner les présences
- Ajouter la feuille de plateau (responsabilité du club organisateur)
- Ajouter les feuilles de présences (le club recevant télécharge toutes les feuilles de présences)

FORME ET INTERET DE PRATIQUE A 5

Temisan Williams, l'entraîneur ayant officié au sein des académies d'Arsenal, de Tottenham et de Fulham n'hésitant pas à ponctuer la nouvelle d'un « *Il était temps !* ». Interrogé sur l'intérêt de la réforme, le technicien précise : « *Des formats réduits, cela signifie plus de contacts avec le ballon, plus d'actions de jeu, une augmentation du temp d'engagement, bref plus d'opportunités d'évolution pour chacun des enfants présents sur le terrain.* »



LES REGLES DE LA PRATIQUE

EFFECTIFS DE PRATIQUE
SUPPLÉANT(S)
NOMBRE MINIMAL DE JOUEURS
TACLES
MIXITÉ
SURCLASSEMENT
SOUS-CLASSEMENT
DIMENSION DES TERRAINS
ZONE GARDIEN DE BUT
HORS-JEU
TAILLE DES BUTS
TAILLE DES BALLONS
TEMPS DE JEU MAX : RENCONTRES + ATELIERS
DURÉE MAX DES RENCONTRES
ENGAGEMENT
COUP DE PIED DE BUT
TOUCHE
CORNER
COUP-FRANCS
COUP DE PIED DE RÉPARATION
MISE À DISTANCE DES JOUEURS
PRISE DE BALLE À LA MAIN DU GARDIEN SUR PASSE EN RETRAIT VOLONTAIRE D'UN PARTENAIRE
RELANCE GARDIEN DE BUT
TEMPS DE JEU PAR JOUEUR
ARBITRAGE
PAUSE COACHING

Football à 5
2 maximum
4 par équipe
Oui
Oui
35 à 40 m x 25 à 30 m
Zone à 8 m
Non
4 m x 1,5 m
T3 ou T4
50 minutes
40 minutes
Au centre du terrain, Interdic
Ballon arrêté, endroit libre dans la surface des 8 m
Passe au sol ou conduite de balle
Au pied, passe uniquement
Coup-francs directs uniquement
Sur la ligne des 8 m, face au but
4 m
Autorisée
Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol Volée et demi-volée interdite
Protégée à 8 m
Tendre vers 100 %
Extérieur terrain par 1 jeune ou 1 adulte
Non

1. Relance protégée : Dans la zone des 7m

(l'adversaire pourra entrer quand le ballon est sorti de la zone protégée).

2. Coup de pied de réparation (penalty) : Sur la ligne des 7m au milieu du but

3. Rentrée de touche

4. Coup de pied de coin (corner)

2 options pour
le joueur(se)

o
u

Conduite de
balle

Passe

Précision : Si le joueur/joueuse décide de rentrer en conduite de balle suite à un corner ou à une touche, il/elle joue librement et donc il/elle peut tirer et donc marquer un but.

LA PRATIQUE U9F – U11F à 5



L'INTERET DU JEU

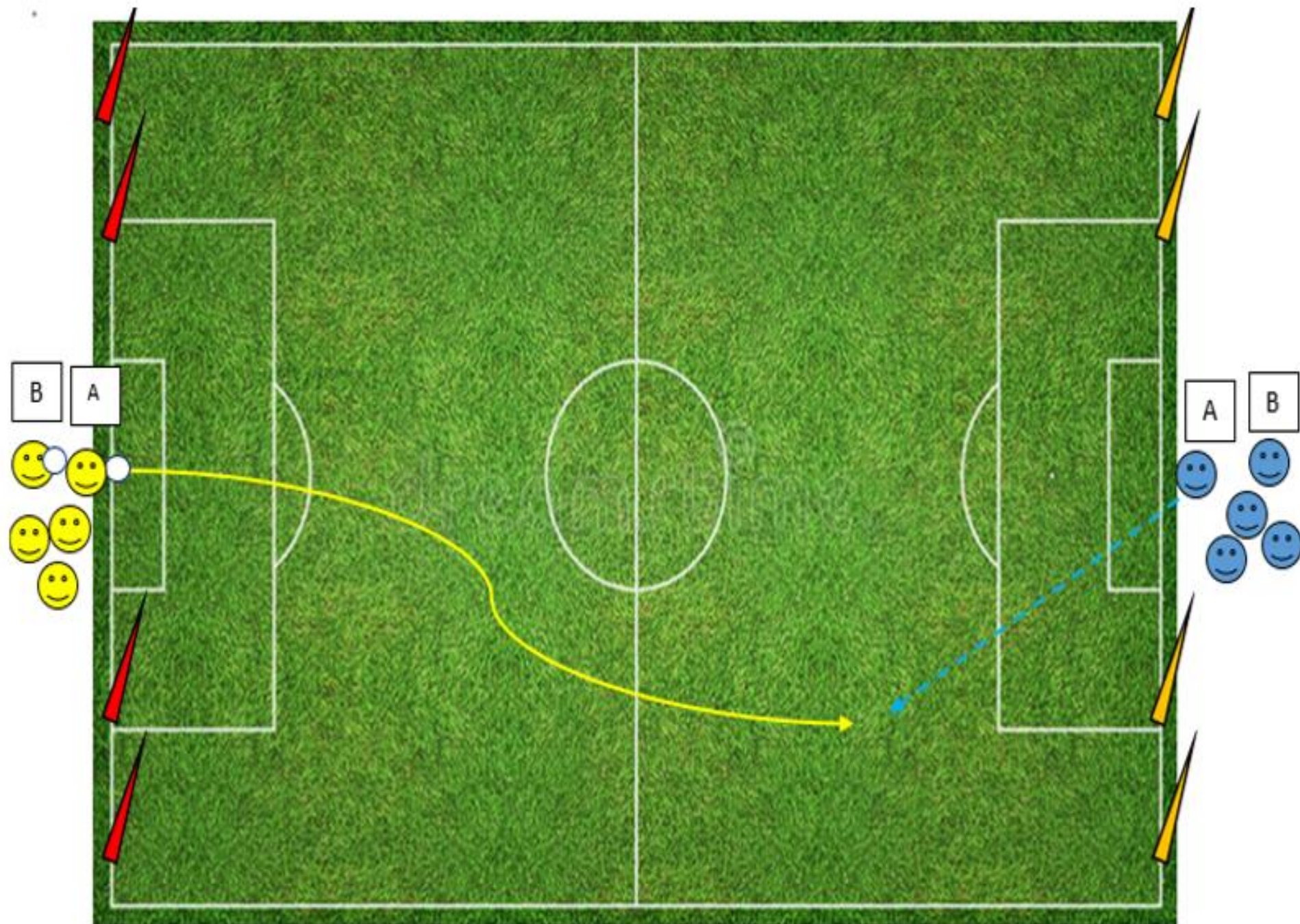
Statistiques F.F.F U7 et U9

- *2/3 des joueurs touchent moins de 10 fois le ballon*
- *La moitié des joueurs ne frappe pas au but*
- *Sur 1 minute, le ballon est sortie 50 sec
donc en 10 min – 9 actions de jeu*

- Le match est une activité difficile, les ateliers sont beaucoup plus adaptés
- Tout le monde sans exception quelque soit son niveau touche le ballon = Rééquilibrage collectif
- Développement Moteur et Technique INDIVIDUEL très important à cet âge
- Plaisir des enfants de cette catégorie = MARQUER / AVOIR LE BALLON

LES ATELIERS TECHNIQUES

ATELIER TECHNIQUE Fiche outil: « DRIBBLE MOI SI TU PEUX »



Consignes :

- Le joueur « A » jaune part en conduite de balle face au joueur « A » bleu. L'objectif étant de dribbler son adversaire pour ensuite passer en conduite dans l'une des deux portes jaunes.
- Si le joueur bleu récupère le ballon, il peut à son tour aller marquer en conduite de balle dans l'une des deux portes bleues.
- Lorsque l'action est terminée les deux joueurs « A » reviennent se placer derrière leurs partenaires. Les joueurs « B » s'élancent à leur tour.



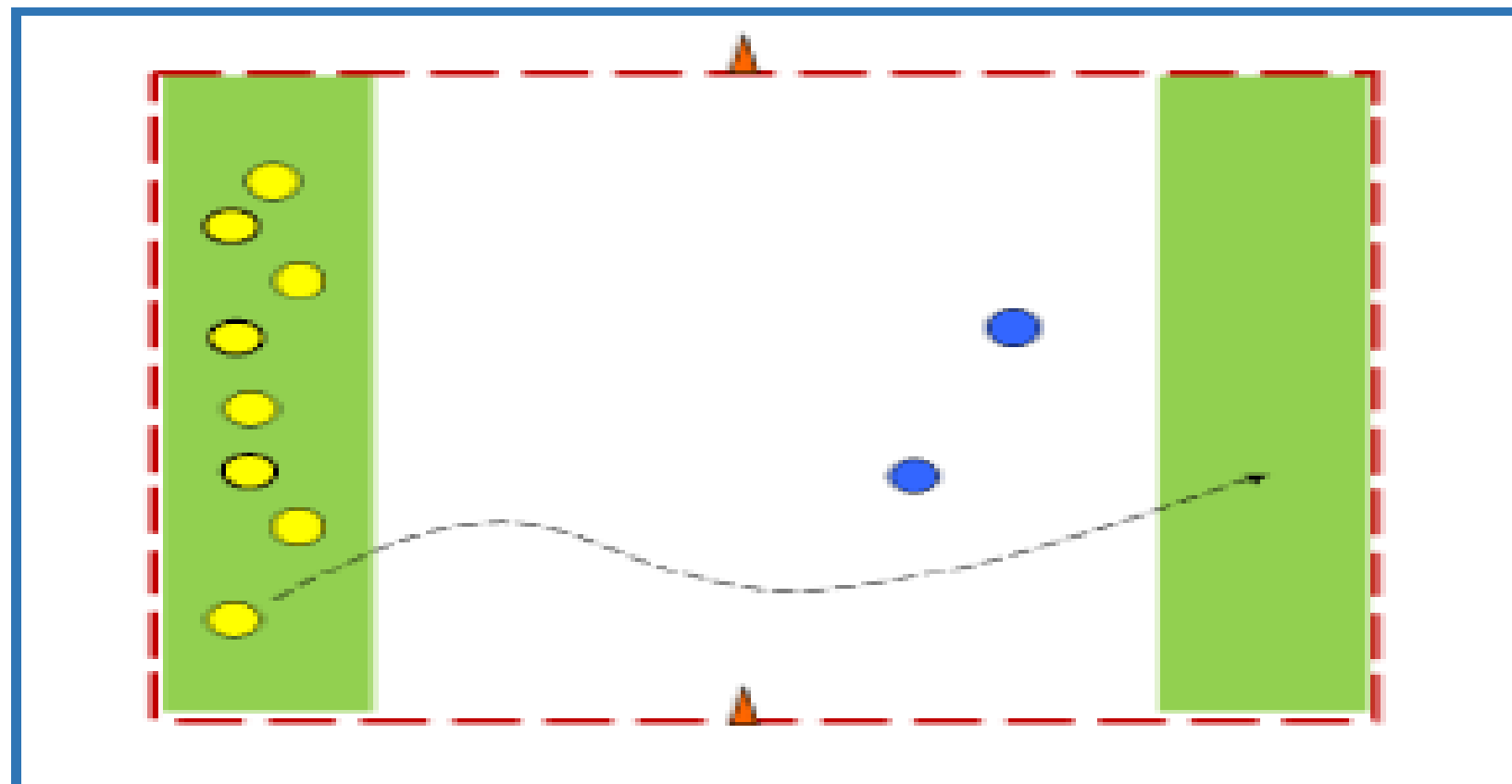
Tous les jaunes passent d'abord puis ce sera au tour des joueurs bleus ensuite.

LES ATELIERS TECHNIQUES

Catégorie	L'épervier		
U7	<u>Valeur :</u>	PLAISIR	

Veiller à :

- une joie de chaque enfant dans ce jeu connu et apprécié - sans élimination
- une activité suffisante des enfants - entre 3 et 5 joueurs par équipe - dédoubler les ateliers si nécessaire.



Organisation : entre 6 et 10 joueurs

- Traverser le terrain sans se faire toucher, ni sortir des limites.
- + 1pt aux éperviers par joueur touché ou sorti.
- Les joueurs touchés ou sortis sont remis en jeu à chaque traversée.
- Les éperviers se replacent dans la moitié adverse (derrière les cônes) avant chaque traversée.
- Possibilité de démarrer sans ballon.

Dimension : 12 x 15 m

05

TOUTESFOOT
FOOT A L'ECOLE



TOUTES FOOT : LES MODALITES



Description du projet
(Mobilisation, cohérence et pertinence)



Mise en œuvre des actions
(Diversité des axes, des publics et des objectifs)



Présentation des actions
(Description, justificatif et production vidéo)



Bilan des actions
(Nombres de participants, points à améliorer)

Axe 1 : Augmenter le nombre de pratiquantes

Axe 2 : Favoriser la mixité dans la prise de responsabilité



VALORISATION

Bon d'achats si vous posez au minimum une action!

LE FOOT A L'ECOLE - LES INTERETS



**Rendez-vous sur :
football-scolaire.fff.fr**

AVEZ-VOUS DES
QUESTIONS?



Coralie BELIN

Conseillère Technique Départementale

☎ 06 20 09 25 29

✉ cbelin@dfsm.fff.fr

📍 2 rue Bellanger, 76190 Yvetot

🌐 <https://dfsm.fff.fr/>



BONNE SAISON A TOUS!