

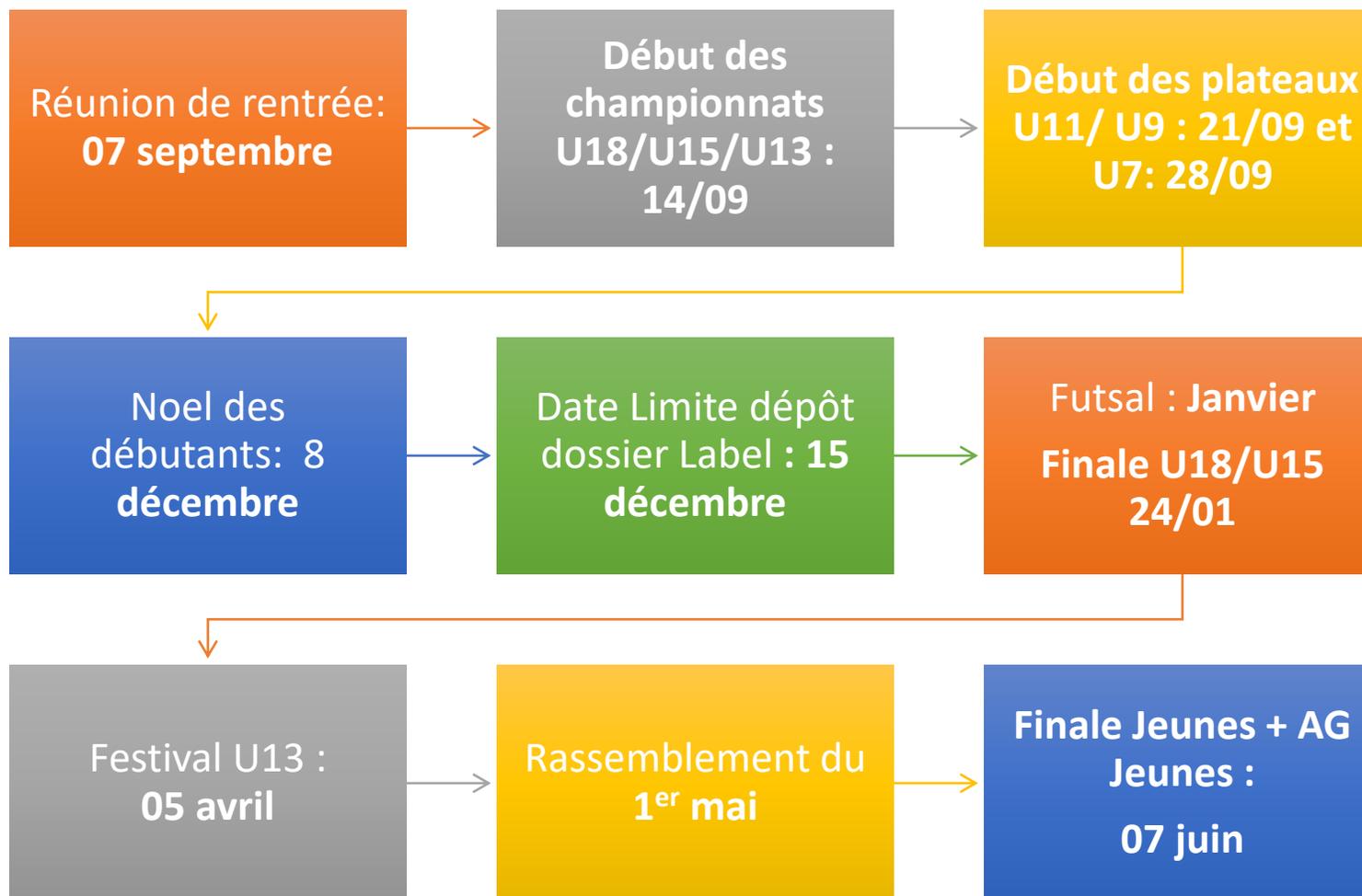


GUIDE DE LA PRATIQUE U7



L'AGENDA DES JEUNES

L'AGENDA DES JEUNES





DEROULEMENT ET ORGANISATION DES PLATEAUX U7



DEROULEMENT SAISON U7



Calendrier
U7 sur le
site !

Une matinée ludique et festif

PHASE 1 :
Sept – Déc
5 Dates + Noel Débutant



PHASE 2 :
Mars – Juin
5 Dates + 1^{er} Mai



9h15 : Installation du matériel



9h45 : Accueil des équipes et de leurs encadrants



10h15 : Briefing et déroulement du plateau



10H30 à 11H30 :
Plateau



11h45 : : Goûter des enfants – Clôture



PLAISIR



RESPECT



ENGAGEMENT



TOLÉRANCE



SOLIDARITÉ

U7 – SAISON 2024 2025

CONSIGNES FÉDÉRALES D'ORGANISATION DES PLATEAUX

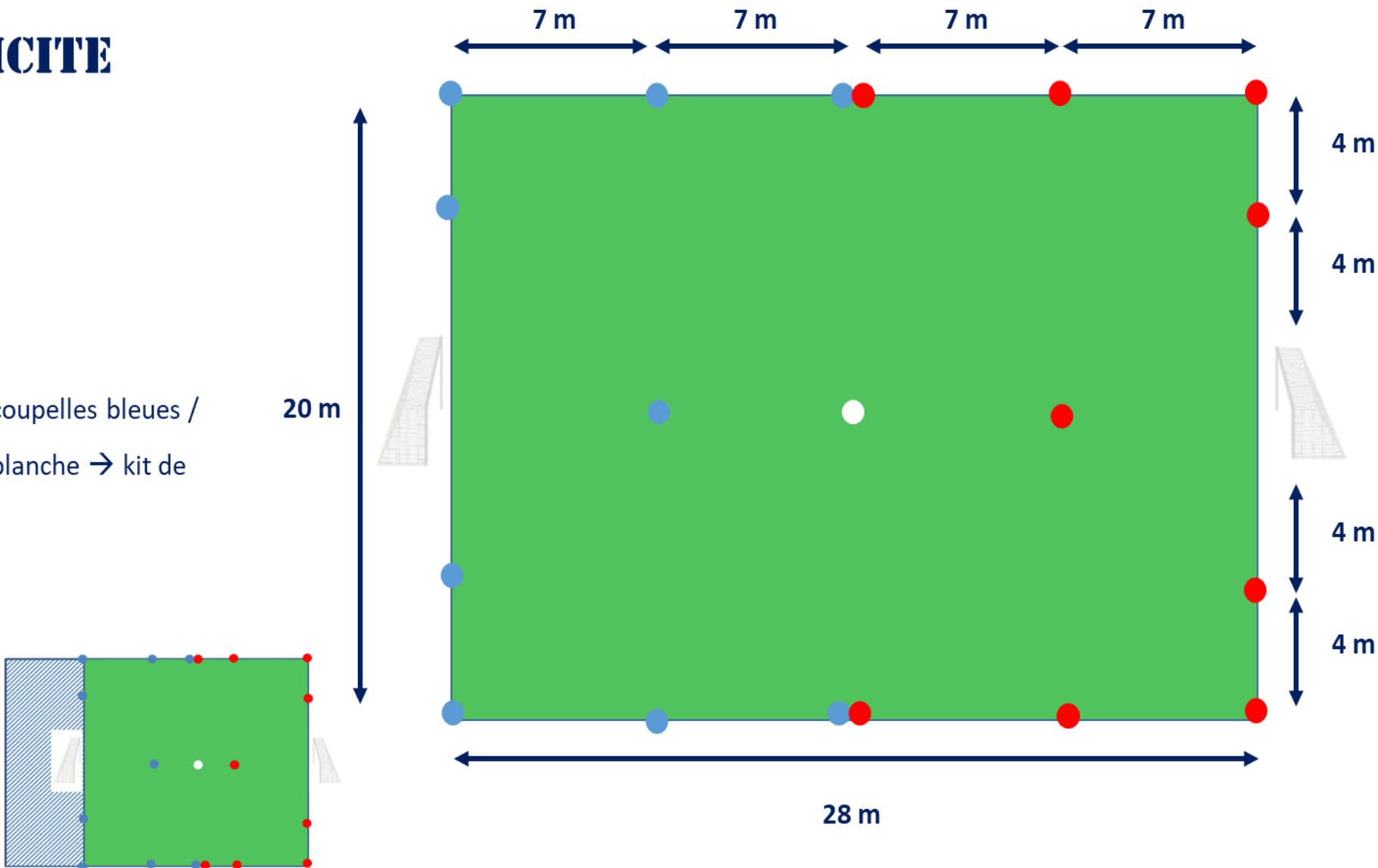
RIGUEUR ET SIMPLICITÉ

Terrain 4c4 (catégorie U7) :

- Dimension : 28 x 20 m
- Multiple de 7 sur la longueur
- Multiple de 4 sur la largeur
- But avec filet de 4m x 1,5m
- Balisage avec notion de camp (9 coupelles bleues / 9 coupelles rouges et 1 coupelle blanche → kit de délimitation)

Terrain 3c3 ou ballon magique :

- Dimension : 21 x 20 m
(suppression d'une bande du terrain de 7m x 20m)



U7 – SAISON 2024 2025

ORGANISATION DU PLATEAU U7

• Simplification des rotations :

- Les équipes camp bleu tournent dans le sens des aiguilles d'une montre.
- Les équipes camp rouge tournent dans le sens **INVERSE** des aiguilles d'une montre.
- En cas de nombre impair d'équipes, constituer une équipe supplémentaire.

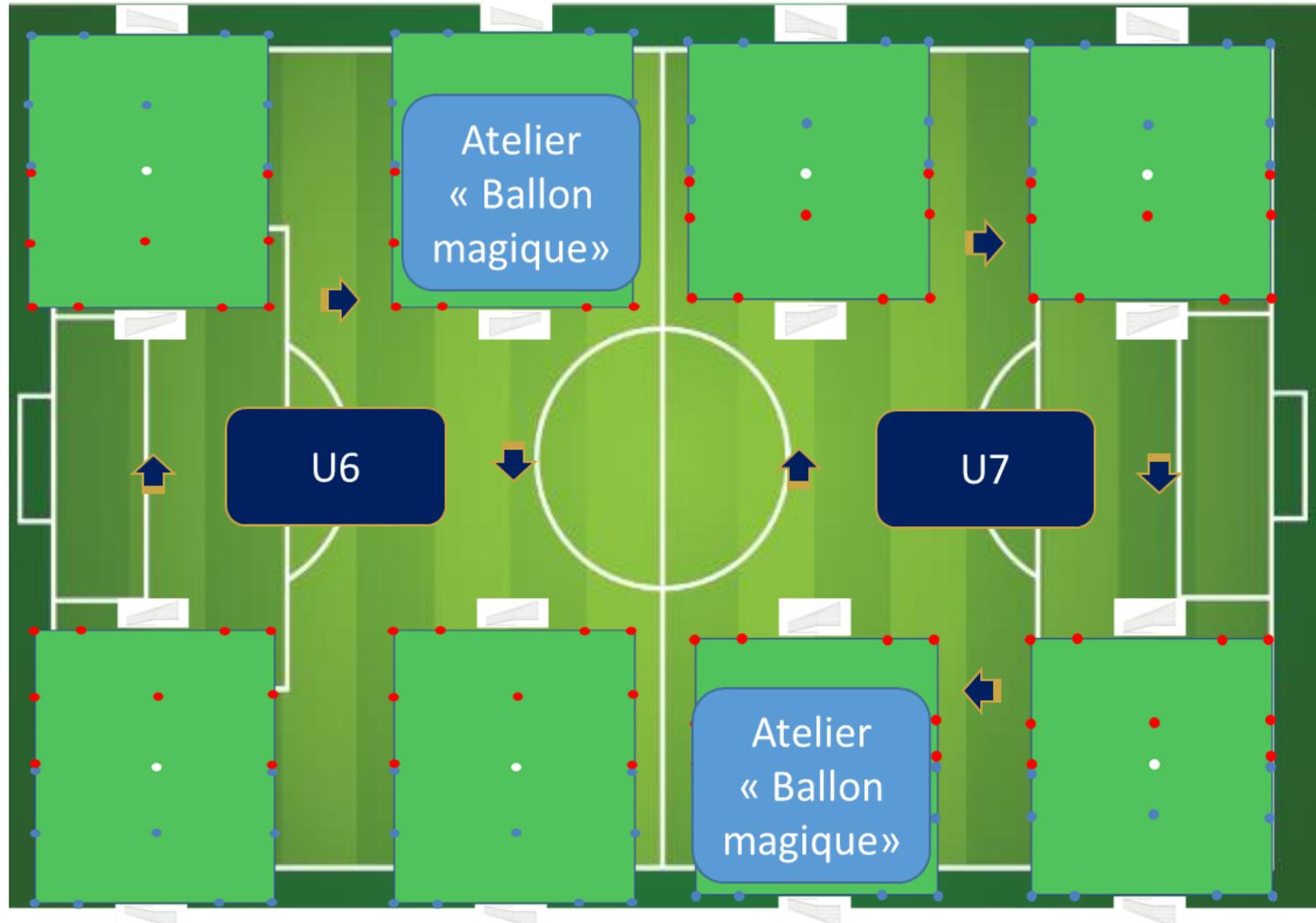
• Un terrain unique pour l'ensemble des activités du plateau :

• Organisation plateau :

- Plateau par catégorie (U6/U7)

• Chaque équipe devra se déplacer avec:

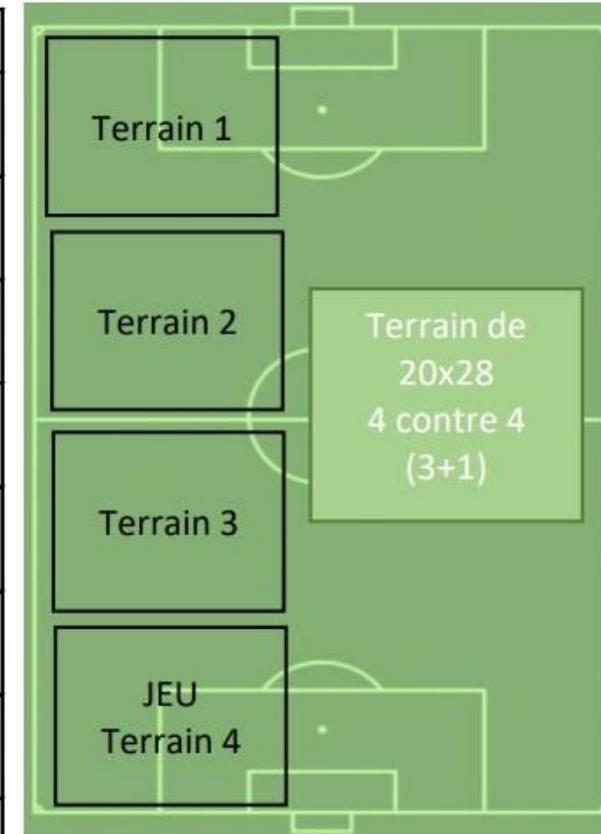
- 2 ballons minimum
- Un jeu de chasubles
- 1 binôme éducateur / parent



Temps de jeu : 40 minutes – découpé en 5 parties de 8 min
Toutes les équipes réalisent la même activité sur le même temps

DEROULEMENT DU PLATEAU A 8 EQUIPES

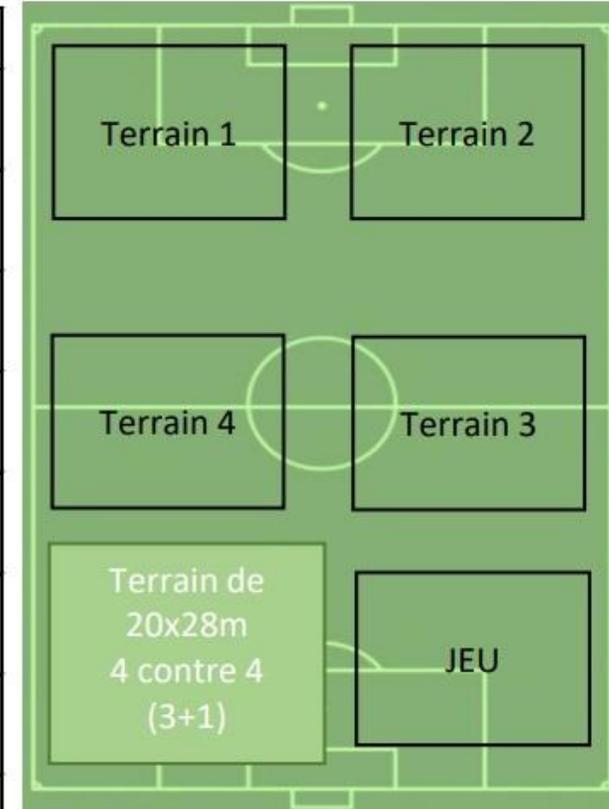
N°	Nom de l'equipe	R1	R2	R3	R4	R5
A		JEU	T1	T1	T1	T1
B		JEU	T3	T3	T2	T2
C		T1	JEU	T1	T2	T3
D		T2	JEU	T2	T3	T1
E		T3	T2	JEU	T1	T2
F		T1	T1	JEU	T3	T4
G		T2	T2	T3	JEU	T4
H		T3	T3	T2	JEU	T3



5 Rotations
4 Matchs + 1 Jeu
1 Rotation = 8 minutes

DEROULEMENT DU PLATEAU A 9 EQUIPES

N°	Nom de l'equipe	R1	R2	R3	R4	R5
A		T1	T1	T1	T1	T1
B		T1	T2	T3	JEU	T4
C		T2	T2	T2	T2	T2
D		T2	T3	JEU	T4	T1
E		T3	T3	T3	T3	T3
F		T3	JEU	T4	T1	T2
G		T4	T4	T4	T4	T4
H		T4	T1	T2	T3	JEU
I		JEU	T4	T1	T2	T3



5 Rotations

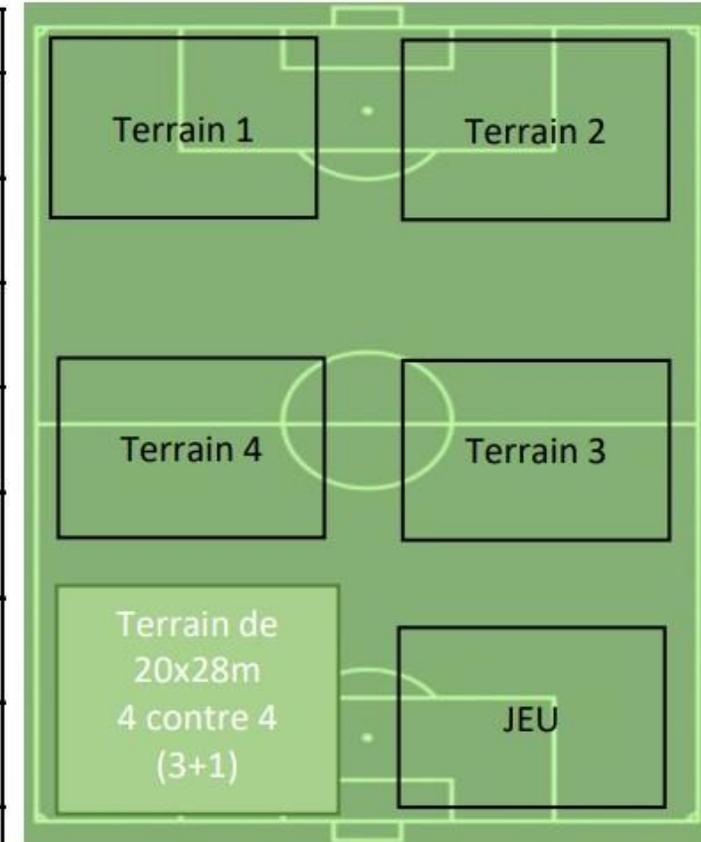
4 Matches + 1 Jeu

(sauf 4 Eq. 5 matchs)

1 Rotation = 8 minutes

DEROULEMENT DU PLATEAU A 10 EQUIPES

N°	Nom de l'equipe	R1	R2	R3	R4	R5
A		JEU	T1	T1	T1	T1
B		JEU	T2	T2	T2	T2
C		T1	JEU	T3	T3	T3
D		T2	JEU	T4	T4	T4
E		T1	T1	JEU	T4	T2
F		T2	T2	JEU	T3	T1
G		T3	T3	T4	JEU	T3
H		T4	T4	T3	JEU	T4
I		T3	T4	T2	T1	JEU
J		T4	T3	T1	T2	JEU



5 Rotations
4 Matchs + 1 Jeu
1 Rotation = 8 minutes

U7 – REGLES DU JEU

CATÉGORIES - LICENCES	U6	U7
SCOLARITÉ	GS	CP
EFFECTIFS DE PRATIQUE	Football à 3 avec GDB (U6 spécifique) ou à 4 avec GDB	
SUPLÉANT(S)	1 maximum	
NOMBRE MINIMAL DE JOUEURS	Adaptation des effectifs	
TACLES	Non	
MIXITÉ	Oui	
SURCLASSEMENT	✘	
SOUS-CLASSEMENT	Possibilité 2 U8 G maximum par équipe - Possibilité U8 F	
DIMENSION DES TERRAINS	Football à 3 avec GDB : 21 m x 20 m Football à 4 avec GDB : 28 m x 20m	
ZONE GARDIEN DE BUT	Zone à 7 m	
HORS-JEU	Non	
TAILLE DES BUTS	4 m x 1,5 m	
TAILLE DES BALLONS	T3 ou T4	
TEMPS DE JEU MAX : RENCONTRES + ATELIERS DURÉE MAX DES RENCONTRES	50 minutes (5 séquences de 10 min)	
ENGAGEMENT	✘	
COUP DE PIED DE BUT	Ballon arrêté, endroit libre dans la surface des 7 m	
TOUCHE	Passe au pied au sol ou conduite de balle	
CORNER	Passe au pied au sol ou conduite de balle	
COUP-FRANCS	Coup-francs directs uniquement	
COUP DE PIED DE RÉPARATION	Sur la ligne des 7 m, face au but	
MISE À DISTANCE DES JOUEURS	4 m (engagement, coup franc, corner et touche)	
PRISE DE BALLE À LA MAIN DU GARDIEN SUR PASSE EN RETRAIT VOLONTAIRE D'UN PARTENAIRE	Autorisée	
RELANCE GARDIEN DE BUT	Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol Volée et demi-volée interdite	
TEMPS DE JEU PAR JOUEUR	Protégée à 7 m Tendre vers 100 %	
ARBITRAGE	Extérieur terrain par 1 jeune ou 1 adulte	
PAUSE COACHING	Non	

OPTIMISATION DES TEMPS D'ACTIVITÉ ET DES CONTENUS PROPOSÉS

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/la
joueur(se)



o
u



Conduite de
balle

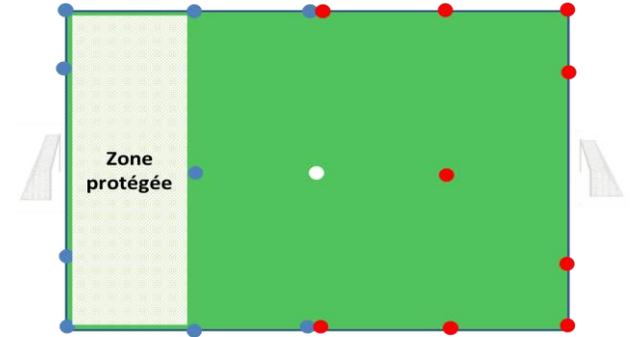
Passe



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.

5. Temps de jeu : 40 minutes – découpé en 5 parties de 8 min

Toutes les équipes réalisent la même activité sur le même temps





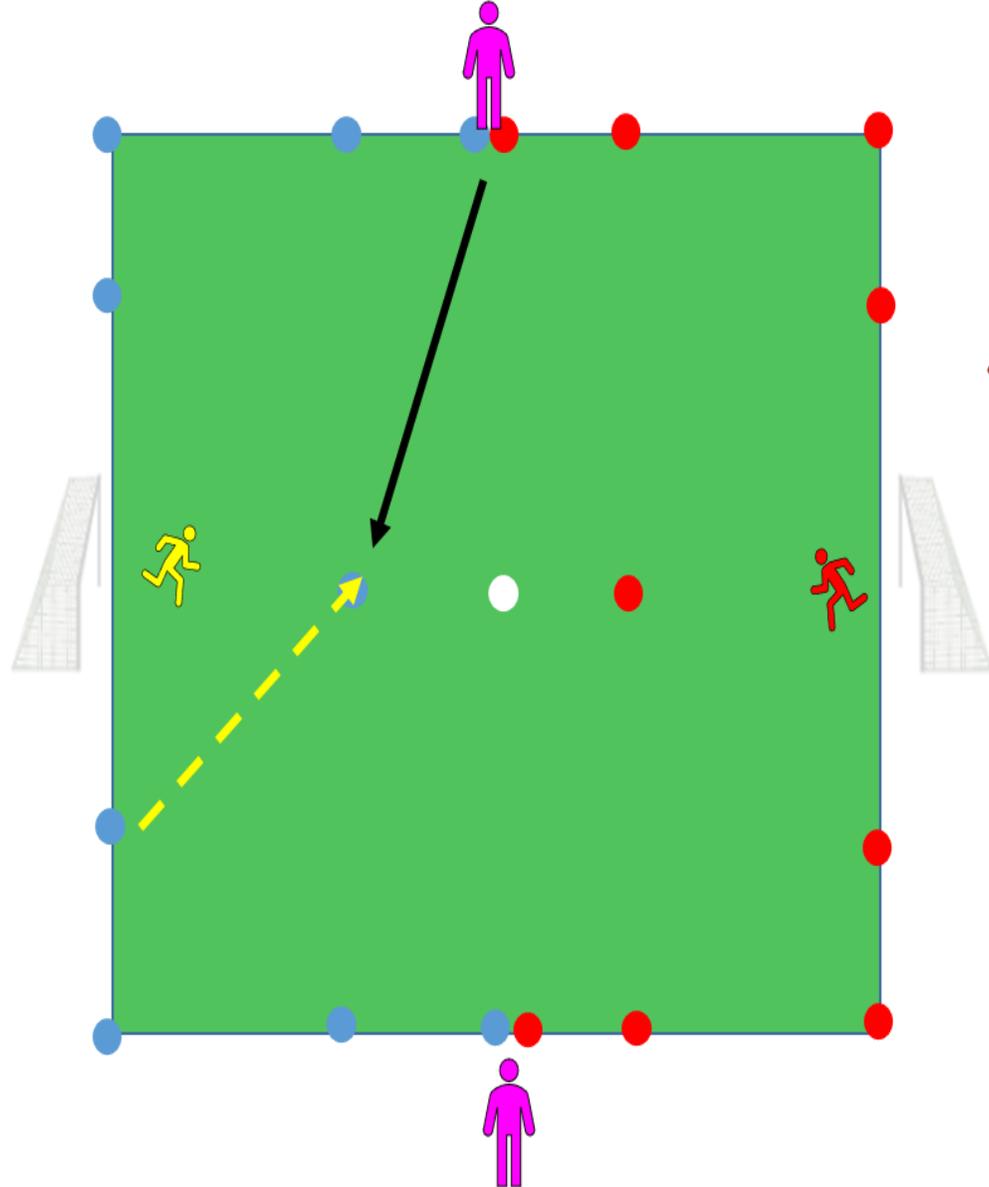
L'ATELIER TECHNIQUE U7

LE BALLON MAGIQUE

GRANDS PRINCIPES

- Educateur équipe 1 (E1) transmet le ballon au 1er joueur rouge ou jaune (passe dans les pieds du joueur).
- Le joueur ayant le ballon doit aller marquer dans le but adverse

A la fin de la séquence, les enfants quittent le terrain par les portes latérales et on recommence avec l'autre équipe .



CONSEILS pour E1 :

- Ne pas donner le ballon toujours à la même équipe
- Donner correctement le ballon (à la main ou aux pieds) pour favoriser le contrôle de la part des enfants.

ROLE DE E2 :

- Conseille, guide les joueurs
- Contrôle le temps de la séquence
- Au bout de 4 passages, changer les GB



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 minutes 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 quel que soit son niveau touche le ballon = Rééquilibrage collectifs**
- **Développement Moteur et Technique INDIVIDUEL très important à cet âge**
- **Plaisir des enfants de cette catégorie = MARQUER / AVOIR LE BALLON**



POSTURE DE L'EDUCATEUR U7/U9

Ce qu'il faut retenir

- Créer un environnement familier pour **sécuriser** l'enfant
- Utiliser un **langage simple** pour se faire comprendre
- **Positiver** pour développer la confiance
- Utiliser **le jeu** pour apprendre





LE BON REFLEXE : SITE INTERNET

ALLER DANS L'ONGLET PRATIQUES



PUIS L'ONGLET U7/U9

INFORMATIONS

FÉMININES

VÉTÉRANS

U7 - U9

U11 - U13

FUTSAL

Pour toutes questions ou renseignements



Coralie BELIN

Conseillère technique DAP en charge du football des enfants

Mail : cbelin@footcantal.fff.fr

Tél : 06-67-80-39-40



BONNE SAISON A TOUS!



« Tous les enfants ont du génie, le tout c'est de le faire apparaitre. » CHARLIE CHAPLIN