

2021-  
2022

Le livret complet de la saison  
pour catégorie U6-U7



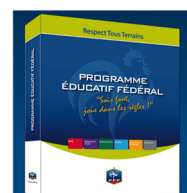
## INTRODUCTION

Cette brochure est éditée pour les accompagnateurs de la catégorie « foot à 4 découverte ». Elle doit constituer pour eux un outil de travail indispensable au bon encadrement des enfants de 5 et 6 ans.

L'accompagnateur y puisera des informations sur l'organisation de la saison, des connaissances sur les particularités des U6/U7, des outils pour l'organisation des plateaux du samedi et des séances d'entraînements.

## SOMMAIRE

Le calendrier de la saison.....	Page 3
La connaissance de l'enfant.....	Page 4
Les compétences à développer.....	Page 5
La politique éducative fédérale.....	Page 6
Rôle des éducateurs, accompagnateurs et parents.....	Page 8
Le plateau du samedi.....	Page 10
Les règles de jeu du Foot à 4 découverte.....	Page 12
La séance en U6-U7.....	Page 13



## LE CALENDRIER DE LA SAISON EN FOOT A 4 DECOUVERTE

### Phase 1

**Septembre à Octobre**

1 Interclub

Une réunion  
« responsables jeunes »

Une rentrée du foot

3 plateaux en extérieur

1 Journée féminine

### Phase 2

**Novembre à Février**

2 plateaux en extérieur

1 Plateau Noel

2 plateaux en salle

3 journées féminines

Une réunion de secteur

### Phase 3

**Mars à Juin**

9 plateaux en extérieur

1 journée Nationale

2 journées Féminine

### ***C'est quoi un plateau ?***

C'est ce qui désigne les rencontres du samedi pour les U6/U7. Des équipes de plusieurs clubs se retrouvent sur un même terrain.

Les enfants alternent des jeux, des relais et des matchs 4 contre 4.

### ***C'est quoi un interclubs ?***

C'est le moment où se retrouvent les écoles de football de deux ou trois clubs afin de partager un moment festif.

**Les dates : 04 Septembre 2021, 06 Novembre 2021, 11 Décembre 2021, 05 Février 2022**

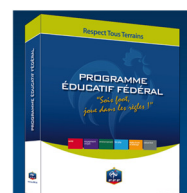
### ***C'est quoi « la rentrée du foot » et « la journée nationale des débutants » ?***

Ce sont deux manifestations organisées par la fédération française de football pour banaliser la saison.

La rentrée du foot marque le lancement de la saison avec un rassemblement par secteur.

La journée nationale clôture l'année footballistique avec un grand rassemblement départemental.

**La date : 18 Septembre 2021 et 11 Juin 2022**



# LA CONNAISSANCE DE L'ENFANT

**Age** : 5 et 6 ans

**Sexe** : Fille et Garçon

**Classe** : Grande section maternelle et cours préparatoire

## CARACTERISTIQUES ET INCIDENCES PEDAGOGIQUES

### AU PLAN MORPHOLOGIQUE :

Peu ou pas de différence entre fille et garçon.

- Accepter et encourager la mixité

Os non consolidés, cartilage de croissance avec fragilité des zones d'insertion musculaire.

Hyper laxité articulaire et ligamentaire naturelle :

- Ne proposer aucune activité en surcharge mécanique.

Faible régulation thermique, se fatigue vite...mais récupère vite :

- Respecter l'activité fractionnée

Mauvaise coordination générale et maîtrise difficile du ballon

- Développer toutes les formes de motricité de base
- Privilégier les parcours de motricité d'évolution

Mauvaise perception de l'espace et du temps

- Délimiter toujours les espaces de jeu

### SUR LE PLAN PSYCHOLOGIQUE

Appropriation des personnes, des objets, très égocentrique

- Individualiser la relation dans le groupe

Le jeu est son centre d'intérêt

- Proposer des situations ludiques et variées

Notion de copain peu développée, début d'une attirance sociale

- Proposer des activités de coopération pour stimuler l'intégration de l'autre avec confiance

Attention peu soutenue et de courte durée

- Privilégier les séquences courtes

Tout début d'une capacité d'analyse, il agit sur un mode intuitif et affectif

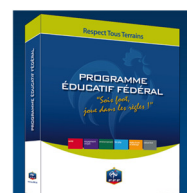
- Inciter l'enfant à explorer librement et à s'adapter aux situations proposées
- Privilégier l'action à l'explication
- Inciter l'enfant à parler de son action

Passage de l'activité isolée à l'activité collective

- Privilégier une pédagogie active
- Montrer et laisser réaliser

Besoin d'affection incluant une relation direct

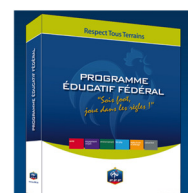
- Accorder de l'attention à chaque enfant



## LES COMPETENCES A DEVELOPPER

LES COMPETENCES SPORTIVES			
JEU	TECHNIQUE	COMPORTEMENT	MOTRICITE
Être capable de			
Découvrir le partenaire	Contrôler et passer le ballon au sol	Rester concentrer	Travailler la coordination
Identifier le but à attaquer, le but à défendre et les limites du terrain	Conduire le ballon, 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	Découvrir les différents déplacements et rythmes
Se reconnaître défenseur	S'opposer à la progression du ballon	S'engager totalement	

LES COMPETENCES EDUCATIVES					
Périodes	Septembre /Octobre	Novembre /Décembre	Janvier/février	Mars/Avril	Mai/Juin
<b>Valeurs de la FFF</b>	<b>PLAISIR</b>	<b>RESPECT</b>	<b>ENGAGEMENT</b>	<b>TOLERANCE</b>	<b>SOLIDARITE</b>
<b>COMPETENCES</b>	Faire son sac et bien s'équiper	Economiser l'eau	Réduire sa consommation d'énergie	S'enrichir de la diversité au sein de son 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 football



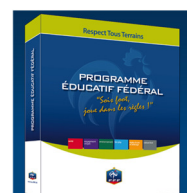
## PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL

La Fédération Française de Football met en place une politique éducative fédérale afin de promouvoir les valeurs éducatives du football. Elle porte sur deux aspects, **les règles de vie** qui portent sur le bon comportement sur et en dehors du terrain, et **les règles du jeu** qui permettent à l'enfant de mieux connaître les règles du football pour une meilleure compréhension de son sport.

Retrouver ci-joint des exemples d'objectif à atteindre pour les catégories U6/U7.

LES REGLES DE VIE		
SANTE	ENGAGEMENT CITOYEN	ENVIRONNEMENT
<p><b>Apprendre à préserver la capitale santé</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Faire son sac et bien s'équiper</li> <li>- L'hydratation</li> </ul>	<p><b>Faire adopter un comportement exemplaire</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Saluer les personnes de son environnement.</li> <li>- Connaître les codes de politesse et s'assurer qu'ils sont respectés.</li> <li>- S'enrichir de la diversité au sein de l'équipe.</li> <li>- Faire du club un lieu de convivialité et de solidarité.</li> </ul>	<p><b>Inciter à l'utilisation des transports verts.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Economiser l'eau</li> <li>- Réduire sa consommation d'énergie.</li> <li>- Sensibiliser au tri des déchets.</li> <li>- Identifier la nature des déchets.</li> </ul>

LES REGLES DU JEU		
FAIR-PLAY	REGLES DU JEU ET ARBITRAGE	CULTURE FOOT
<p><b>Amener l'enfant à respecter tous les acteurs du jeu</b></p> <p>Respecter ses partenaires et son éducateur.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Respecter l'adversaire.</li> <li>- Savoir encourager son équipe respectant les autres.</li> </ul>	<p><b>Connaître les fautes à ne pas commettre</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Connaître les règles essentielles du jeu.</li> </ul>	<p><b>Conduire l'enfant à connaître l'histoire et l'actualité de son club et du football.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partager sa connaissance du football.</li> <li>- Connaître les valeurs de son club.</li> </ul>



Vous pouvez vous inscrire au Programme Educatif Fédéral en suivant la démarche suivante sur Footclubs :

Onglet Organisation → Identité club → Codé la case « demandé » face à la ligne « engagement dans l’application du programme éducatif fédéral ».

Une fois inscrit, votre demande sera validée par le district. Et vous recevrez en échange le classeur du Programme Educatif Fédéral, un poster et les incollables du foot.



## PROGRAMME ÉDUCATIF FÉDÉRAL

### CHALLENGE PEF

Nom du Club :  District :  Date de l'animation : ..... / ..... / 20.....

Nombre de participants :

Garçons :  Filles :

Nom de la personne qui a mis l'action en place :

Diplôme :  Attestation (Educ ou Dirigeant) :

Mail :  Club Labélisé : oui

Intervenant extérieur :

Référent du Pef au club : Oui  Non  En cours : oui  Non

**SANTÉ**

**ENGAGEMENT CITOYEN**

**ENVIRONNEMENT**

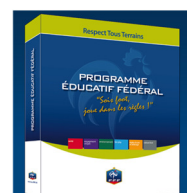
**FAIR-PLAY**

**RÈGLES DU JEU ET DE L'ARBITRAGE**

**CULTURE FOOT**

INTITULÉ	DONNEES
QUI (Quel public – catégorie(s))	
QUOI (Quel thème)	
POURQUOI (Orientation)	
Où (Lieu )	
QUAND (Période)	
DESCRIPTION (Objectif(s), action...)	

Envoyer vos photos et ou vidéo sur [gettransfer](#) avec la boîte mail sécurisé du club à :

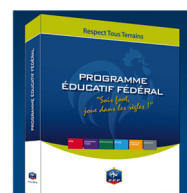


## RÔLE DES EDUCATEURS, ACCOMPAGNATEURS ET PARENTS

L'encadrement d'un jeune joueur est composé d'un tryptique : l'éducateur, l'accompagnateur (ou 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.

RÔLE DE L'EDUCATEUR	
<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 <b>Programme Educatif Fédéral</b> dans son fonctionnement</li><li>&gt; Prévoit des animations extra-sportives</li><li>&gt; Assure le lien avec les parents (réunion, contact...)</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 à jour la fiche de présence</li><li>&gt; Fait le point sur l'organisation des rencontres du weekend</li><li>&gt; S'entretien avec le joueur si besoin</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 ou les équipes et donne les consignes</li><li>&gt; Noue le contact avec l'adversaire et l'arbitre</li><li>&gt; Laisse jouer les enfants et donne le même temps de jeu à tous</li><li>&gt; Fait un bilan rapide avec les joueurs</li><li>&gt; Précise le prochain rendez-vous</li><li>&gt; Tient la fiche de présence à jour.</li></ul>



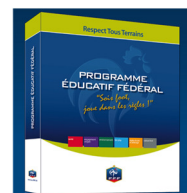


## RÔLE DE L'ACCOMPAGNATEUR

<b>EN DEHORS DE LA PRATIQUE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Prépare le déplacement et les conditions matérielles (licences, ballons, équipements, feuille de match...)</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>
<b>A L'ENTRAÎNEMENT</b>	<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> </ul>
<b>LE JOUR DE LA RENCONTRE (Avant, pendant, après)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Distribue les équipements</li> <li>&gt; Accueille les équipes adverses</li> <li>&gt; Seconde l'éducateur dans son rôle</li> <li>&gt; Prépare le goûter</li> </ul>

## RÔLE DES PARENTS

<b>EN DEHORS DE LA PRATIQUE</b>	<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; 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; Participe au transport des joueurs de l'équipe</li> <li>&gt; Accueille les parents des autres équipes</li> <li>&gt; Encourage tous les joueurs de l'équipe</li> <li>&gt; Aide à la préparation de la collation</li> </ul>



## LE PLATEAU DU SAMEDI

### L'ESPRIT

- . Rassembler plusieurs clubs d'un même secteur ou de secteurs différents
- . Instaurer et préserver un esprit festif
- . Alternier matchs et jeux afin de répondre aux besoins des enfants

### L'AVANT

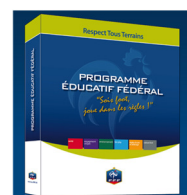
- . Préparer, avec l'aide des parents, un jeu, un relais, un parcours,  
Et 2 terrains de 4 c 4.
- . Désigner un responsable de plateau qui aura pour rôle de gérer les rotations.
- . Prévoir une personne pour l'animation des jeux.
- . Préparer le goûter en demandant aux parents de venir avec des gâteaux.

### LE PENDANT

- . S'assurer du nombre d'équipes présentes.
- . Le responsable de plateau choisit la feuille de rotation correspondant au nombre d'équipes (**A télécharger sur le site du District**)
- . Il réunit les accompagnateurs et les enfants présents et leurs explique le fonctionnement de l'après-midi.
- . Il lance la première rotation et régule le temps de jeu.
- . A chaque fin de rotation l'accompagnateur, ou un enfant, vient voir le responsable de plateau pour savoir sur quel atelier son équipe doit aller.

### L'APRES

- . Regrouper les enfants et leurs accompagnateurs pour faire un bilan.
- . Offrir le goûter.
- . Remplir **correctement** la feuille de plateau puis l'envoyer au responsable du District qui gère la catégorie U6-U7.



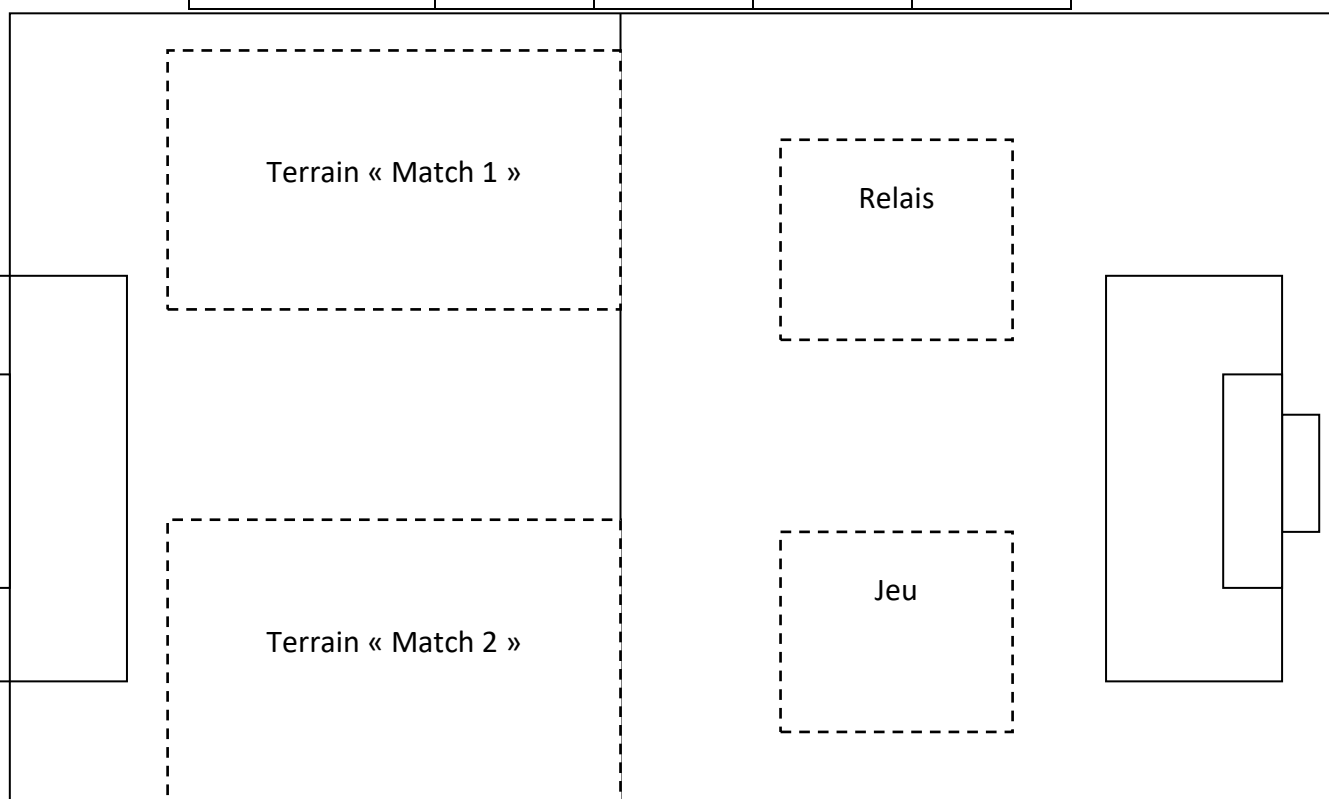
## EXEMPLE D'UNE FEUILLE DE ROTATION POUR 8 EQUIPES

**A télécharger sur le site District Somme Football, onglet Jeunes foot Animation**

Equipes présentes	
Equipe A :	
Equipe B :	
Equipe C :	
Equipe D :	
Equipe E :	
Equipe F :	
Equipe G :	
Equipe H :	

Temps de Jeu : 48' (matches et jeux) ; Temps d'une rotation : 12'

	Match 1	Relais	Match 2	Jeu
<i>1<sup>ère</sup> rotation</i>	AE	GH	BF	CD
<i>2<sup>ème</sup> rotation</i>	DH	BE	CG	AF
<i>3<sup>ème</sup> rotation</i>	EF	CD	AB	GH
<i>4<sup>ème</sup> rotation</i>	DG	AF	CH	BE



## LES REGLES DE JEU DU FOOT A 4 DECOUVERTE

Dimension du terrain : 30 x 20 m

Dimension du but : 4 x 1.5 m.

L'équipe se compose de **3 joueurs + 1 gardien**.

**La licence est obligatoire.**

**Relance protégée à 8m pour le gardien, interdiction de volée et de ½ volée.**

Suppression du tacle : **c'est interdit.**

Le ballon est de taille n°3

**Le port des protège-tibias est obligatoire.**

Autorisation de faire jouer deux U8 en foot à Découverte.

L'arbitrage se fait à l'extérieur du terrain.

La durée des rotations : 10 à 12 minutes selon le nombre d'équipes.

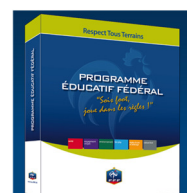
Il n'y a pas de hors-jeu.

Les coups francs sont directs. L'adversaire doit se trouver à 4 m.

Les rentrées de touches se font par une passe ou par une conduite de balle.

### RECOMMANDATIONS :

- ➔ Les relances du gardien à la main ou ballon au sol sont **OBLIGATOIRES**.
- ➔ Le prêt de joueur entre club pour compléter des équipes ou constituer des ententes, est fortement conseillé afin d'augmenter le temps de jeu de chaque enfant.



## LA SEANCE EN U6/U7

PARTIE	DUREE	PROCEDES D'ENTRAINEMENT	OBJECTIFS
1	10'	Jeux pour repérer le partenaire	Reconnaître le partenaire. Atteindre la cible malgré un adversaire en s'aidant d'un partenaire.
2	10'	Jeux pour repérer l'adversaire	Reconnaître l'adversaire. Accéder au but malgré l'opposition
5'		Hydratation	
3	10'	Jeux pour repérer la cible	Reconnaître la cible à attaquer et à défendre. Acquérir le sens du jeu.
4	10'	Jeux pour développer la motricité	Développement moteur. Tourner, sauter, s'équilibrer, se latéraliser
5'		Hydratation	
5	10'	Match	Jouer !
5'		Bilan de la séance	

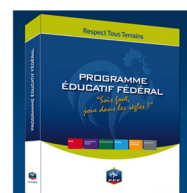
### FORMATION DE CADRE

**Module U6-U7 - Objectif :** Accueillir en sécurité des enfants de 5 et 6 ans, accompagner et diriger une équipe le samedi.

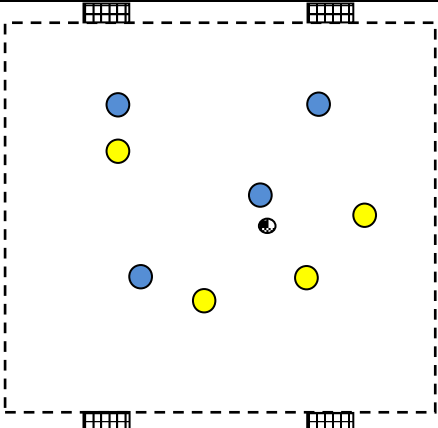
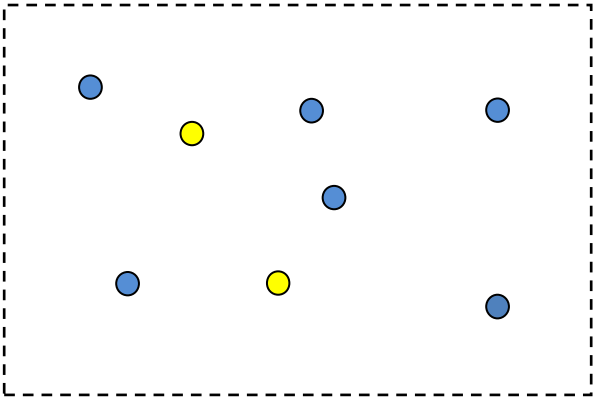
*Le samedi 06 Novembre 2021 de 9h à 18h (secteur Santerre)*

*Le samedi 09 Avril 2022 de 9h à 18h (secteur Ponthieu)*

**Les inscriptions aux formations se font sur le site de la Ligue des Hauts de France.**



## EXEMPLE DE SEANCE

Partie	Durée	Procédés d'entraînement	Déroulement du jeu
1	10'	Jeux pour repérer le partenaire	<p>Le multi but</p> <p><u>But</u> : Marquer le plus de buts</p> <p><u>Consigne</u> : 4 contre 4. On attaque 2 buts, on défend 2 buts. Pas de gardien de but.</p> <p>1 but = 1 point.</p> <p><u>Espace</u> : 30mx20m</p>
			
Partie	Durée	Procédés d'entraînement	Déroulement du jeu
2	10'	Jeux pour repérer l'adversaire	<p><b>Les sorciers</b></p> <p><u>But</u> : Ne pas se faire toucher par les sorciers.</p> <p><u>Consigne</u> : Les sorciers doivent toucher les autres joueurs. Dès qu'ils sont touchés, ses joueurs doivent rester sur place. Pour être délivré, leurs partenaires doivent leur taper dans la main. Compter le nombre de joueurs touchés en 1'. Changer les sorciers à chaque séquence.</p> <p><u>Variable</u> : Ballon au pied.</p> <p><u>Espace</u> : 15x20</p>
			

Partie	Durée	Procédés d'entraînement	Déroulement du jeu
3	10'	Jeux pour repérer la cible	<p><b>Les déménageurs</b>  <u>But</u> : L'équipe qui aura le plus de ballons dans sa maison marque 1 point.  <u>Consigne</u> :            Au signal, aller chercher un ballon dans l'autre maison et le ramener à la main dans sa maison.            Compter le nombre de ballons déménagés après 1'.  <u>Variable</u> : Le joueur doit ramener le ballon en conduite de balle.  <u>Espace</u> : 30x20</p>
4	10'	Jeux pour développer la motricité	<p><u>But</u> :            Marquer plus de point que l'équipe adverse. 1 point par manche remportée.  <u>Consigne</u> :            Duel 1 contre 1, départ main sur le cône. Au signal de l'éducateur, un joueur de chaque équipe doit récupérer un cerceau et le placer sur une coupelle correspondant à sa couleur. Le 1<sup>er</sup> des 2 joueurs qui retouche le cône de départ, remporte le point.</p>
5	15'	Jeux	Consignes : 5 contre 5 ; Règles du foot à 5

## 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 coeur



**TOLÉRANCE**  
Exemplaire dans l'accueil  
de toutes les aptitudes



**SOLIDARITÉ**  
Solidarité du football français  
et du sport d'équipe

---

