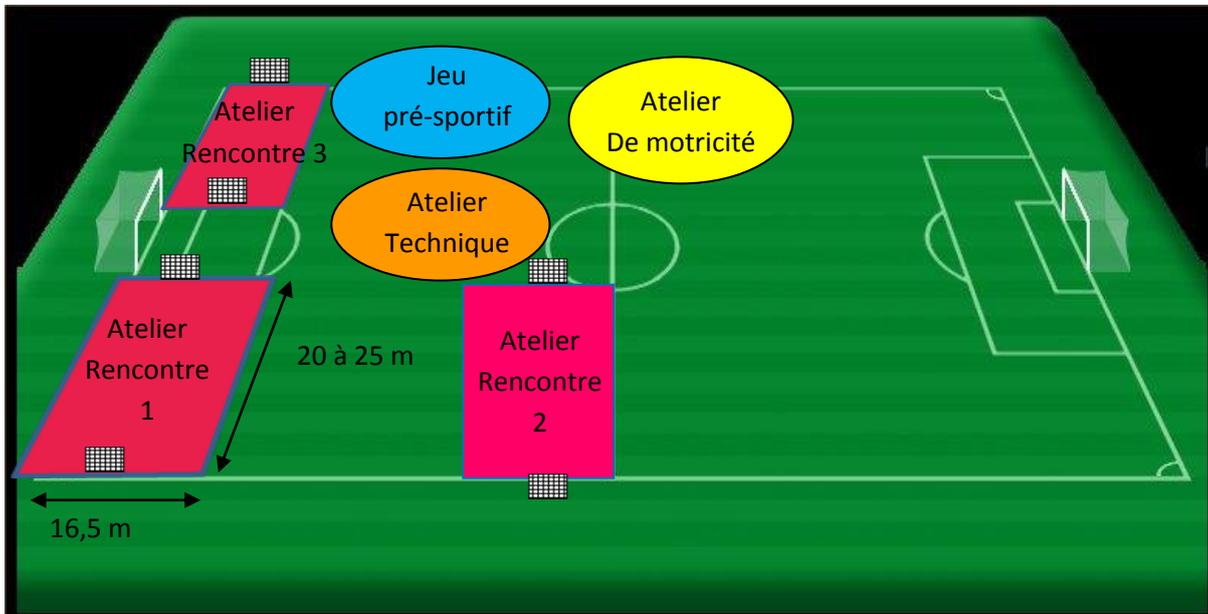




## PLATEAUX D'APPRENTISSAGE U.6 et U.7

Voici la disposition pour l'organisation d'un plateau U.6 et U.7 pour 9, 10, 11 et 12 équipes.



Le plateau comporte 5 ou 6 ateliers de 7 ou 8 minutes selon le nombre d'équipes:

En fonction du nombre d'équipes :

**2 ou 3 ateliers** au choix  
parmis : **Atelier de motricité** pour le développement de la coordination.  
**Atelier technique** pour la découverte de la manipulation du ballon.  
**Jeu pré-sportif** pour découvrir les notions de partenaire et d'adversaire.

**3 ateliers rencontres** : **Atelier rencontre** pour découvrir l'activité football et son règlement.

Pour chaque plateau, le District de l'Orne a préparé une **fiche à suivre** pour vous aider dans votre organisation.

Si le nombre d'équipes est impaire, le seul atelier qui nécessite deux équipes est l'atelier rencontre. Lors de chaque plateau, toutes les équipes doivent réaliser les 5 ou 6 ateliers.

L'utilisation d'un **demi terrain à 11** suffit à l'organisation d'un plateau U.7.

Pour tous renseignements, contactez :

Florent JIQUEL

Conseiller Départemental du Football d'Animation

[footanimation@footorne.fff.fr](mailto:footanimation@footorne.fff.fr)

02-33-81-77-22

**POUR 9 EQUIPES : (3 rencontres et 2 ateliers au choix)**

**Temps des séquences 8'**

N°	Equipes	Niv	séquence 1	séquence 2	séquence 3	séquence 4	Séquence 5
1		A	R 1	Atelier 1	Atelier 2	R3	R1
2		A	R 1	R 3	R3	R 2	Atelier 1
3		B	Atelier 1	R 2	R3	Atelier 2	R1
4		B	Atelier 1	R 1	Atelier 2	R3	R2
5		B	R 2	R3	Atelier 2	R 1	Atelier 1
6		B	R 2	Atelier 1	R 1	Atelier 2	R3
7		C	R3	Atelier 2	R 1	Atelier 1	R2
8		C	R3	R 2	Atelier 1	R 1	Atelier 2
9		A	Atelier 2	R 1	Atelier 1	R 2	R3

**POUR 10 EQUIPES : (3 rencontres et 2 ateliers au choix)**

**Temps des séquences 8'**

N°	Equipes	Niv	séquence 1	séquence 2	séquence 3	séquence 4	Séquence 5
1		A	R 1	Atelier 1	R 2	R3	Atelier 2
2		A	R 1	Atelier 2	R3	R 2	Atelier 1
3		B	Atelier 1	R 2	R3	Atelier 2	R1
4		B	Atelier 1	R 1	Atelier 2	R3	R2
5		B	R 2	R3	Atelier 2	R 1	Atelier 1
6		B	R 2	Atelier 1	R 1	Atelier 2	R3
7		C	R3	Atelier 2	R 1	Atelier 1	R2
8		C	R3	R 2	Atelier 1	R 1	Atelier 2
9		A	Atelier 2	R 1	Atelier 1	R 2	R3
10		A	Atelier 2	R3	R 2	Atelier 1	R1

**POUR 11 EQUIPES : (3 rencontres ; 3 ateliers)**

**Temps des séquences 7'**

EQUIPES	Niv	séquence 1	séquence 2	séquence 3	séquence 4	séquence 5	Séquence 6
	A	R 1	Motricité	R 2	Technique	R 3	Jeu pré-sportif
	A	R 1	Jeu pré-sportif	R 3	Technique	R 2	R1
	B	Motricité	R 2	Technique	R 3	Jeu pré-sportif	R 1
	C	Motricité	R 1	Jeu pré-sportif	R 3	Technique	R 2
	A	R 2	Technique	R 3	Jeu pré-sportif	R 1	Motricité
	A	R 2	Motricité	R 1	Jeu pré-sportif	R 3	Technique
	C	Technique	R 3	Jeu pré-sportif	R 1	Motricité	R 2
	B	Technique	R 2	Motricité	R 1	Jeu pré-sportif	R 3
	B	R 3	Jeu pré-sportif	R 1	R 2	R 2	Technique
	B	R 3	R3	R 2	Motricité	R 1	Jeu pré-sportif
	C	Jeu pré-sportif	R 1	Motricité	R 2	Technique	R 3

**POUR 12 EQUIPES : (3 rencontres ; 3 ateliers)**

**Temps des séquences 7'**

EQUIPES	Niv	séquence 1	séquence 2	séquence 3	séquence 4	séquence 5	Séquence 6
	A	R 1	Motricité	R 2	Technique	R 3	Jeu pré-sportif
	A	R 1	Jeu pré-sportif	R 3	Technique	R 2	Motricité
	B	Motricité	R 2	Technique	R 3	Jeu pré-sportif	R 1
	C	Motricité	R 1	Jeu pré-sportif	R 3	Technique	R 2
	A	R 2	Technique	R 3	Jeu pré-sportif	R 1	Motricité
	A	R 2	Motricité	R 1	Jeu pré-sportif	R 3	Technique
	C	Technique	R 3	Jeu pré-sportif	R 1	Motricité	R 2
	B	Technique	R 2	Motricité	R 1	Jeu pré-sportif	R 3
	B	R 3	Jeu pré-sportif	R 1	Motricité	R 2	Technique
	B	R 3	Technique	R 2	Motricité	R 1	Jeu pré-sportif
	C	Jeu pré-sportif	R 1	Motricité	R 2	Technique	R 3
	C	Jeu pré-sportif	R 3	Technique	R 2	Motricité	R 1