



Livret du Football d'Animation Filles de U11F (2011-2012-2013)



Saison 2021/2022

Clément LOUDJANI :

Conseiller Technique, Développement et Animation des Pratiques

Site internet de District de Football de l'Orne :

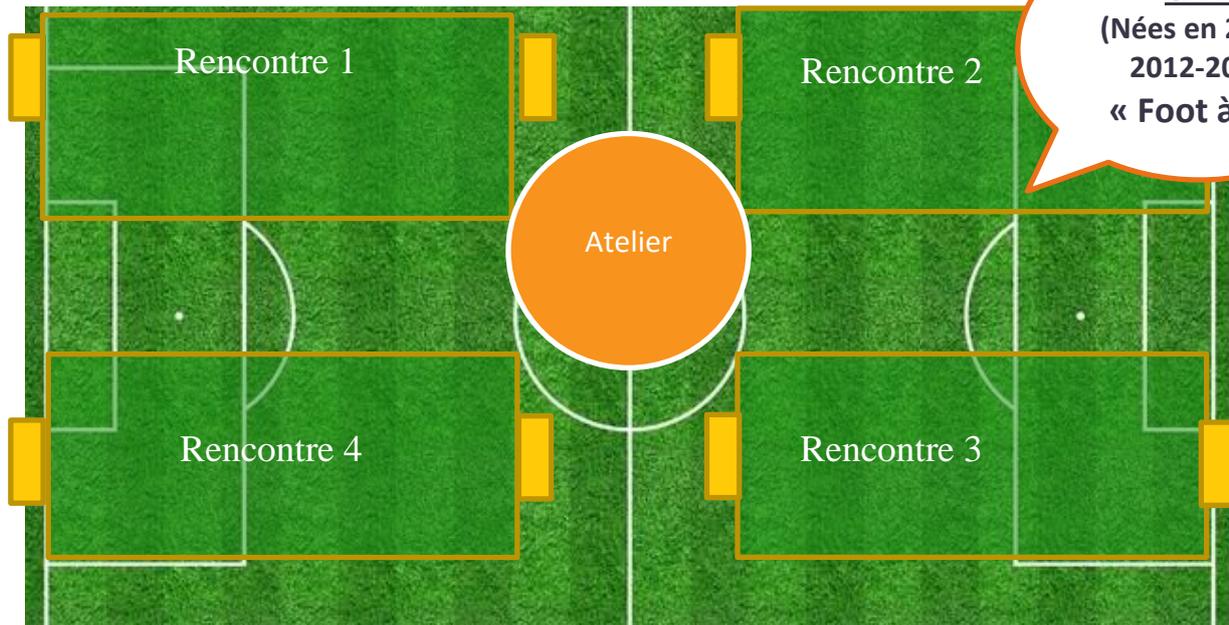
<http://footorne.fff.fr/>

Page Facebook du District de l'Orne:

<https://www.facebook.com/DistrictOrneFootball>

Organisation d'un plateau U.11F

Disposition pour l'organisation d'un plateau U11F



Dimensions des terrains U11F :



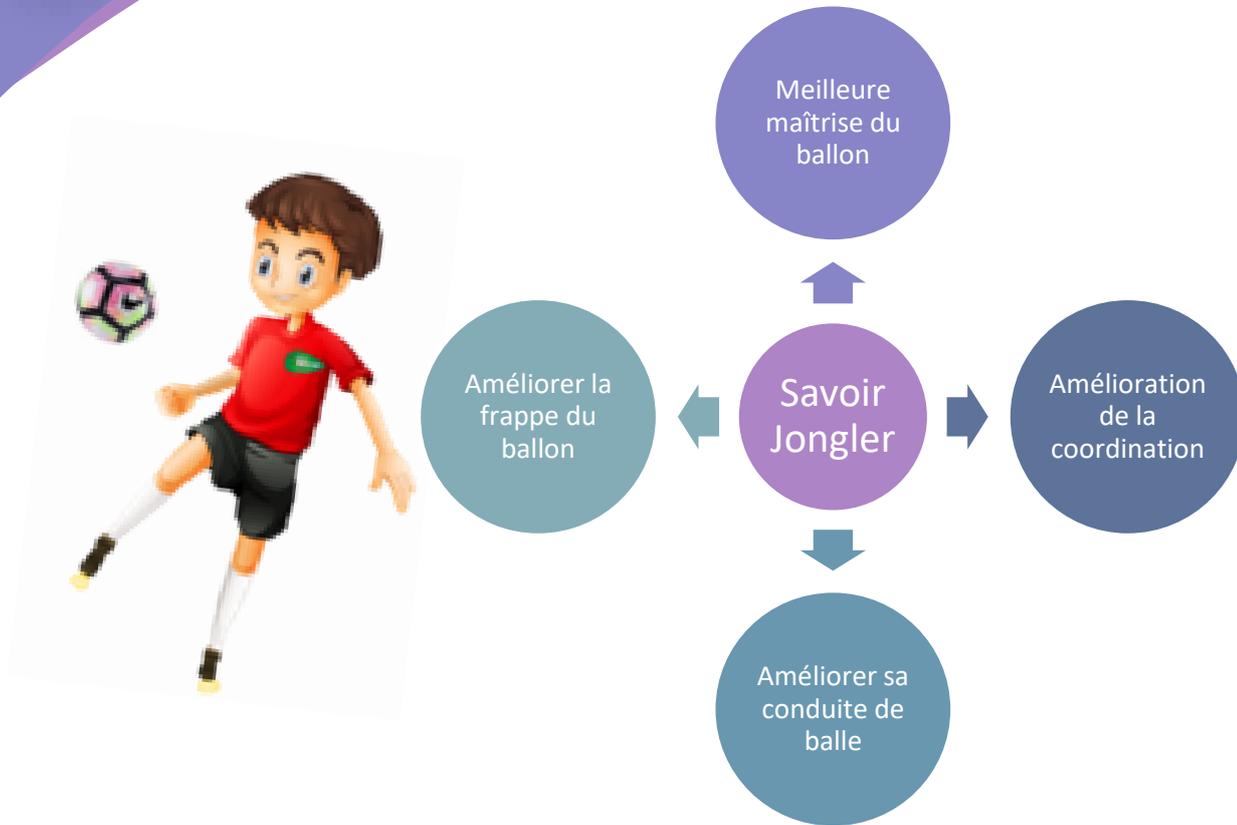


Grille de résultats de la jonglerie U11F

N°	NOM PRENOM	N° LICENCE	PIED DROIT (/ 20)	PIED GAUCHE (/ 20)	TOTAL
			Meilleur essai	Meilleur essai	
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					

N°	NOM PRENOM	N° LICENCE	PIED DROIT (/ 20)	PIED GAUCHE (/ 20)	TOTAL
			Meilleur essai	Meilleur essai	
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					

Pourquoi s'entraîner à la jonglerie ?



Équipements des joueurs



Étapes et corrections de la technique de jonglerie

Regard fixé sur le ballon

Les bras servent à s'équilibrer.

Jambe d'appui semi-fléchie.

Jambe de frappe semi-fléchie.

Pointe du pied tendue.

Phase de préparation :



Regard fixé sur le ballon

Les bras servent à garder l'équilibre du corps.

Jambe d'appui semi-fléchie.

Critère de réussite : le ballon ne tourne pas.

Ballon frappé par-dessous et au milieu avec le **cou du pied**.

Phase d'exécution :

Regard fixé sur le ballon

2^{ème} temps : Les bras servent à se rééquilibrer.

1^{er} temps : Reprise d'appui.

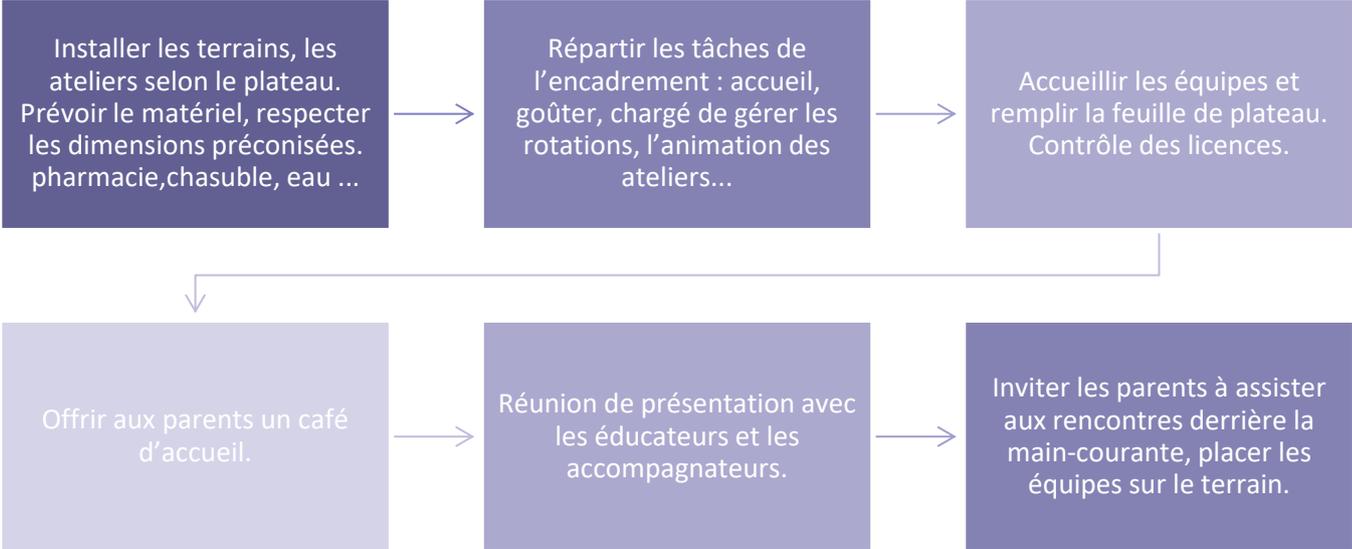
La hauteur du ballon ne dépasse pas la tête.

Phase de transition :

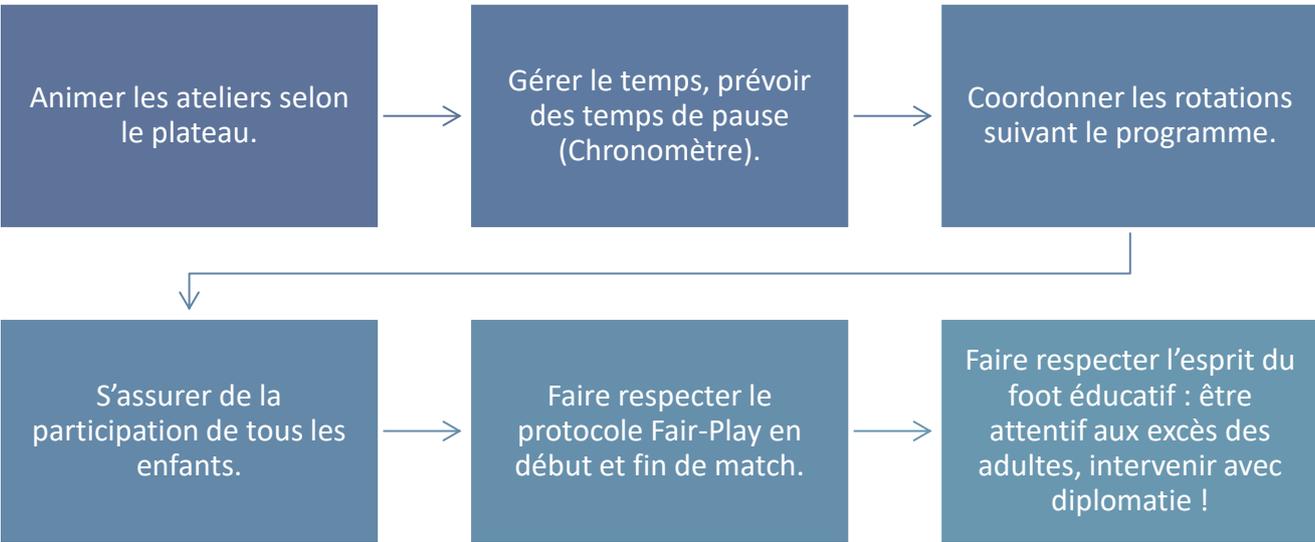


Comment organiser mon plateau

Avant

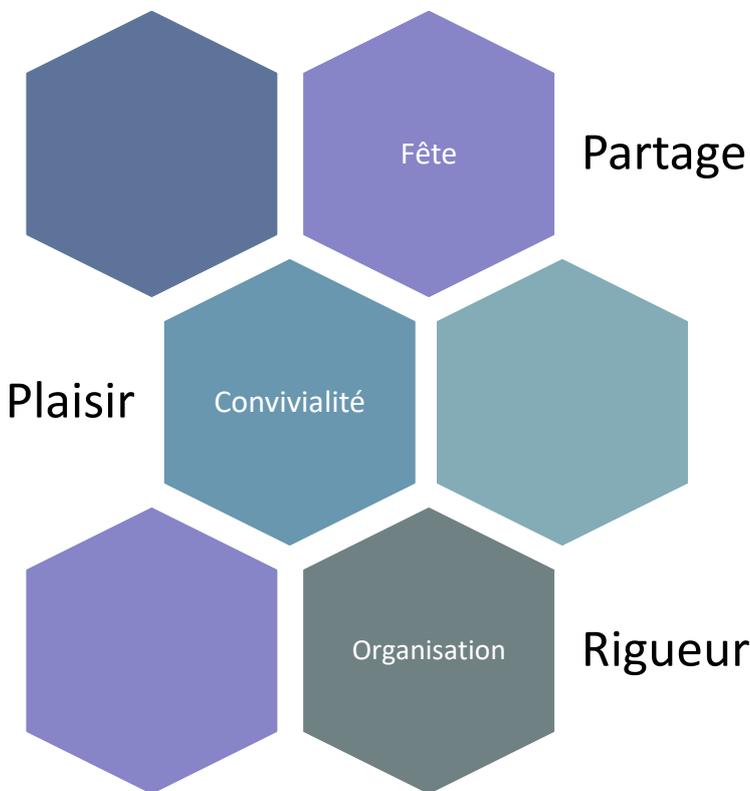
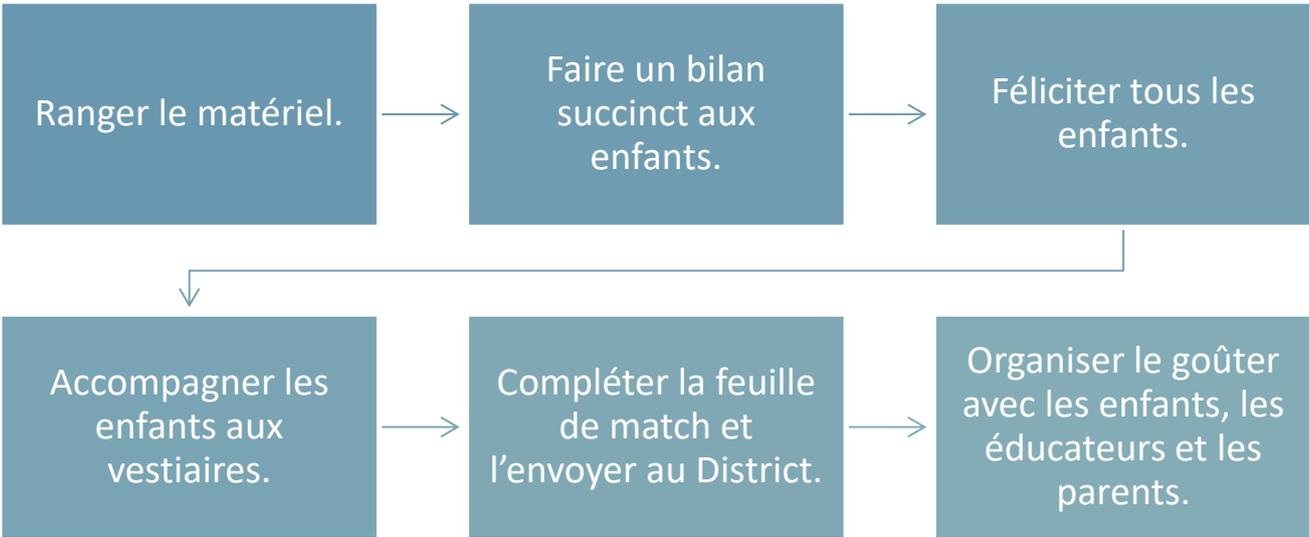


Pendant





Après



Parents / Éducateurs



Ce que j'attends de mes Parents :

- Qu'ils soient supporters,
- Qu'ils m'encouragent,
- Qu'ils n'interviennent pas à la place de mon éducateur,
- Qu'ils me laissent jouer,
- Qu'ils me mettent en confiance,
- Qu'ils me valorisent,
- Qu'ils encouragent les attitudes Fair-Play.
- Qu'ils aident mon éducateur (accompagner, préparer les goûters...)



Ce que j'attends de mon Educateur :

- Qu'il respecte la philosophie de ma catégorie : Plaisir/ Jeu...
- Qu'il me valorise et me mette en confiance sans me crier dessus,
- Qu'il comprenne que pour moi, le Foot c'est avant tout :
 - Un plaisir,
 - M'amuser en jouant, matchs et jeux,
 - Etre avec mes copain(e)s
- Qu'il me mette au moins 1 fois « titulaire » sur les 4 matchs.
- Qu'il me fasse jouer autant de fois que mes copain(e)s :
 - au moins 50% de temps de jeu sur le plateau.
- Qu'il observe sans me commander et me laisse prendre des initiatives dans le jeu,
- Qu'il communique avec moi :
 - me parle, me conseille, me sécurise, me stimule, me recadre.

**Le comportement des enfants est influencé par celui des adultes !
Soyons exemplaire !**



Vidéo engagement citoyen :

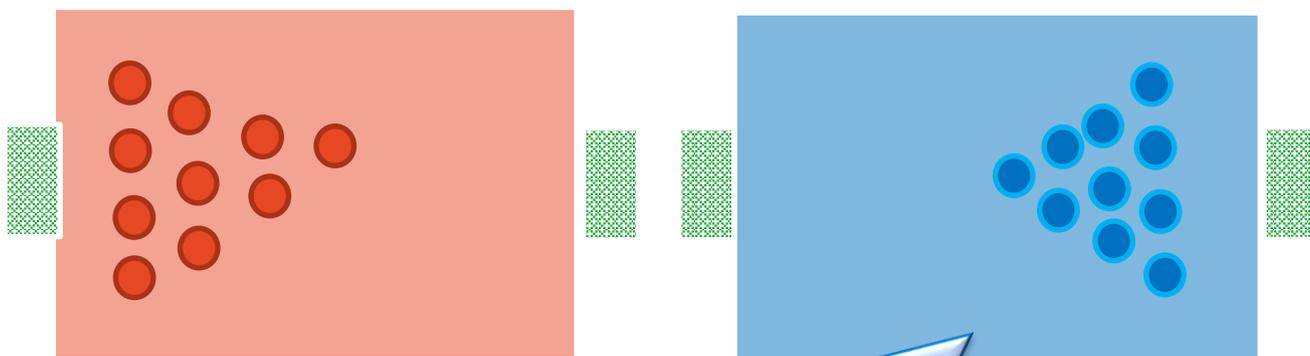
Organisation :

Toutes les équipes se rejoignent sur le terrain, les joueurs sont scindés en deux « KOP » du même nombre de joueurs. Un « KOP » bleu sur le terrain bleu et un « KOP » rouge sur le terrain rouge.

- Le « KOP » bleu chante « RESPECT », le « KOP » rouge lui répond en chantant « RESPECT ».
- Le « KOP » bleu chante « FRANCE », le « KOP » rouge lui répond en chantant « FRANCE ».
- Le « KOP » bleu chante « ENGAGEMENT », le « KOP » rouge lui répond en chantant « ENGAGEMENT ».
- Le « KOP » bleu chante « ALLER LES BLEUS », le « KOP » rouge lui répond en chantant « ALLER LES BLEUS » entre les deux terrains et se tapent dans la main.

Vous pouvez personnaliser votre chant de supporter :

- Il est possible de remplacer les valeurs RESPECT et ENGAGEMENT par : PLAISIR, FAIR-PLAY, SOLIDARITE, TOLERANCE, EGALITE, FRATERNITE, etc....
- Il est possible de remplacer le pays France par : Angleterre, Espagne, Allemagne, Belgique, Italie, Portugal, etc...
- L'échange doit systématiquement se terminer par « ALLEZ LES BLEUS »



À réaliser avec un téléphone portable durant la pause de 10 min à l'issue des quatre premières rencontres.

Vidéo à envoyer au District pour la mise en ligne sur le site internet et la page Facebook.



Règlement U11F :

- 40m x 20m.

Dimension du terrain



Taille 4 par défaut.

Le ballon



- Durée totale 50min.

Durée des rencontres



- 5 joueuses dont 1 gardienne de but et 2 suppléantes maximum.

Nombre de joueuses



- Pas de hors jeu.

Hors-jeu :



Tous les coups-francs sont directs.

Coups francs



- À la main ou par une passe au pied avec le ballon au sol ou le joueur pourra rentrer en conduite de balle.

Touches :



- Le ballon est placé au sol devant le but, à une distance maximale de 8 m de la ligne de but.

Coup de pied de but (sortie de but)



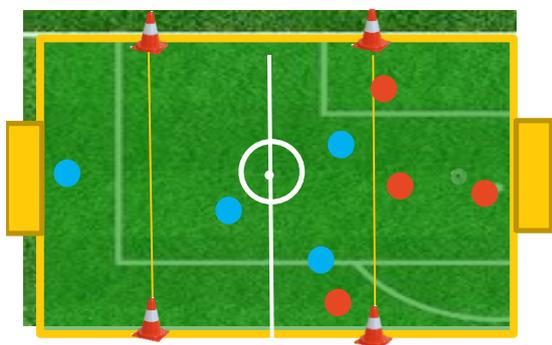
- Les dégagements se font à la main ou ballon au sol. Le dégagement de volée ou demi-volée est interdit.

Gardiennes de but :



Toutes les joueuses doivent avoir un **temps de jeu au moins égal à 50 %** de la durée de la rencontre. Chaque joueuse a l'obligation de débiter une rencontre.

La relance protégée à 8m : Sortie de but ou GDB en possession du ballon à la main, l'adversaire se replace au-delà de la zone protégée. Elle ne pourra pénétrer dans celle-ci, que lorsque le ballon sera touché par une partenaire de la GDB ou aura franchi la ligne de la zone protégée ou aura franchi la ligne de touche.





Calendrier U11F 2021/2022

Calendrier Foot Animation 2021-2022											
	sam	U13 2009-2010	U11 2011-2012	U9 2013-2014	U7 2015-2016	U9F à 4 2014-2012	Plateaux U11F à 5 2012-2010	U15F 2007- 2009	sam		
août	14								14	août	
	21								21		
	28								28		
Sep	4								4	Sep	
	11	Brassage	Brassage					Plateau de Rentreé	11		
	18	Brassage	Brassage	Rentrée du foot U7, U9, U9F et U11F					18		
	25	J1	plateau 1					J1	25		
Oct	2	challenge 1	challenge 1	plateau 1	plateau 1	plateau F 1	plateau F 1	J2	2	oct	
	9	J2	plateau 2	plateau 2	plateau 2	plateau F 2	plateau F 2	J3	9		
	16	Challenge 2	plateau 3	P3 - Festi Foot	plateau 3	plateau F 3	plateau F 3	J4	16		
	23	J3	PR ou CH					CPD U12F/U13F	23		
Toussaint	30	MR						CPD U12F/U13F	30	Toussaint	
Nov	6	MR	PR ou CH						6	Nov	
	13	J4	Challenge 2	plateau 4	plateau 4	plateau F 4	plateau F 4	J5	13		
	20	challenge 3	plateau 4	plateau 6	plateau 6	plateau F 6	plateau F 6	J6	20		
	27	J5	plateau 5	PR	PR	PR	PR	J7	27		
Déc	4	M.R	Challenge 3	plateau 7	plateau 7	plateau F 7	plateau F 7	MR	4	Déc	
	11	challenge 4	plat Futsal 1	Plat Futsal 1	PR	PR	plateau Futsal	plateau Futsal	11		
	18	Futsal J1	PR ou CH		Plat Futsal 1	plateau Futsal		CPD U12F/U13F	18		
	25								25		
Janv	1								1	Janv	
	8	Futsal J1						CPD U12F/U13F	8		
	15	MR	PR ou CH	plat Futsal 2	Plat Futsal 12			plateau Futsal	15		
	22	Challenge 5	plat Futsal 2			plateau Futsal	plateau Futsal	CPD U12F/U13F	22		
Fév	29	MR	plateau 6	plat Futsal 3	Plat Futsal 3	plateau Futsal	plateau Futsal	MR	29	Fév	
	5	Finale Dép Futsal						Finale Dép Futsal	5		
	12	MR							12		
	19	MR						CPD U12F/U13F	19		
Mars	26	J1 2eme phase	Plateau 1 seconde phase	plateau 8	plateau 8	plateau F 8	plateau F 8	Journée Régionale U13F	26	Mars	
	5	J2	Plateau 2	plateau 9	plateau 9	plateau F 9	plateau F 9	J8	5		
	12	J3	Challenge 4	plateau 10	plateau 10	plateau F 10	plateau F 10	J9	12		
	19	MR	PR ou CH	plateau 11	plateau 11	plateau F 11	plateau F 11	J10	19		
Avril	26	J4	Plateau 4	PR	PR	PR	PR	J11	26	Avril	
	2	Finale dép challenge U13 ou MR	challenge 5	plateau 12	plateau 12	plateau F 12	plateau F 12	Finale dép U13F	2		
	9	MR	PR ou CH					MR	9		
	16	MR	PR ou CH					MR	16		
Mai	23	MR	PR ou CH					MR	23	Mai	
	30	J5	Plateau 4	plateau 13	plateau 13	plateau F 13	plateau F 13	J12	30		
	7	J6	Plateau 5	plateau 14	plateau 14	plateau F 14	plateau F 14	J13	7		
	14	Finale régionale U13/ MR	plateau 6	plateau 15	plateau 15	plateau F 15	plateau F 15	J14	14		
Pentecôte	21	J7	plateau 7	plateau 16	plateau 16	plateau F 16	plateau F 16	J15	21	Pentecôte	
	28	Week-end ascension									28
	4	Week-end Pentecôte									4
Juin	11	JND								11	Juin
	18		Finale dép challenge						18		
	25								25		
	sam	U13 2009-2010	U11 2011-2012	U9 2013-2014	U7 2015-2016	U9F à 4 2014-2012	Plateaux U11F à 5 2012-2010	U15F 2007- 2009	sam		
		J accueil	plat Futsal	P R							
	Futsal J1	challenge 1	plateau 1								



District de l'Orne de Football



Adresse : 61000 Alençon, Impasse Claude Bertholet



Téléphone : 02.33.81.77.22



Fax : 02.33.27.58.89



Web : <http://footorne.fff.fr/>



Page Facebook du district de Football de l'Orne :

<https://www.facebook.com/DistrictOrneFootball>

Clément Loudjani :

Conseiller Technique DAP



Portable : 07 83 15 47 96



E-mail : cloudjani@footorne.fff.fr