



association des clubs francophones de football

LES BONNES PRATIQUES EN ÉCOLE DE FOOT

LE GUIDE U8 - U9 - JEU À 5



U6
2c2

U7
3c3

U8-U9
5c5

U10-U13
8c8

U14-U21
11c11

SOMMAIRE

L'ENFANT U8-U9	3
LES HABILITÉS À DÉVELOPPER EN U8-U9	3
LE FORMAT DE JEU À 5 CONTRE 5	5
PRINCIPES À APPLIQUER PAR MON ÉQUIPE AVEC OU SANS BALLON	6
DES REPRISES DE JEU PLUS FORMATIVES	8
PROFIL, ATTITUDE ET APPROCHE INNOVANTE DU FORMATEUR	10
COMMENT LES ENTRAÎNER ?	14
FAIR-PLAY	15
FAUT-IL REMPLACER LE PÉNALTY D'APRÈS-MATCH PAR UN « CHALLENGE » ?	16
PRINCIPES MÉTHODOLOGIQUES POUR L'APPRENTISSAGE TECHNIQUE	17
FICHE D'OBSERVATION DU LABEL ACFF	18
RÈGLES DU JEU À 5	19



L'ENFANT U8-U9



QUE DEVONS-NOUS VRAIMENT SAVOIR SUR NOTRE JOUEUR ?

- Qu'il n'est jamais qu'en 1^{ère}, 2^e ou 3^e primaire, qu'il n'est donc pas un adulte en miniature.
- Qu'il adore les jeux et est très enthousiaste.
- Qu'il est encore égocentrique : lui et les autres.
- Que sa concentration est encore limitée.
→ **Variez, diversifiez vos activités / ateliers**
- Qu'il est forcément en pleine croissance, donc fragile, qu'il se fatigue très vite et récupère très vite.
- Qu'il a besoin d'être mis en confiance pour s'engager, d'un climat sécurisant, valorisant et positif.
→ **C'est le vrai défi du coach**
- Que pour bien comprendre, il doit voir.
→ **Faites une démonstration**
- Taux d'inscriptions max dans les clubs durant cette période.
→ **Groupes hétéroclites : des débutants rejoignent des enfants ayant déjà 2-3 années de football**
→ **Respectez le rythme de chacun**

QUELLES SONT LES HABILITÉS À DÉVELOPPER EN U8-U9 ?

BASICS	
EN POSSESSION DE BALLE	EN PERTE DE BALLE
<ul style="list-style-type: none">• Conduire (changements de direction) et dribbler• Passe courte• Contrôle sur balle basse• Tir au but sur centre au sol• Se rendre libre et jouable• Se démarquer : être disponible en cherchant l'espace libre	<ul style="list-style-type: none">• Mettre la pression, duel ou recul-frein• Se positionner entre l'adversaire et le but• Marquage court sur passe courte• Intercepter ou contrer la passe courte

TEAMTACTICS

EN POSSESSION DE BALLE

- Ouvrir en largeur et en profondeur
- Occupation rationnelle des zones : être disponible
- Infiltration efficace avec ballon : conduite et dribble challenge
- Se créer une occasion par une action individuelle
- Finir le plus vite possible lors d'une occasion de but

EN PERTE DE BALLE

- Presser positivement (de face) le porteur du ballon
- Ne pas perdre le duel
- Ne jamais se faire éliminer par une action individuelle dans sa zone de vérité
- Barrer toute tentative au but

PHYSIQUE

- Agilité/Coordination générale et spécifique : oeil-main & oeil-pied
- Force avec utilisation du poids du corps
- Endurance de base : la durée de séance et à travers les différents ateliers
- Vitesse de réaction, de départ et d'accélération intégrées dans des formes jouées (6 secondes max)
+ technique de course : observation et amélioration ludique

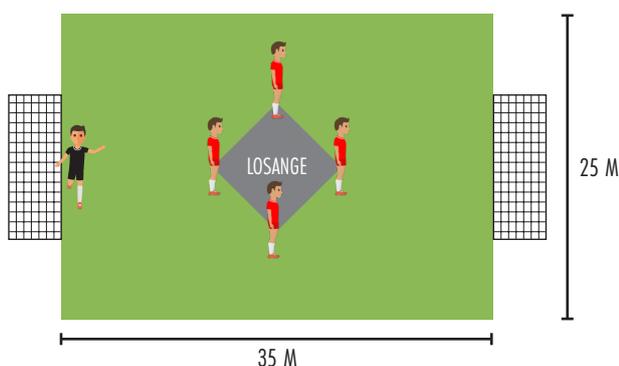
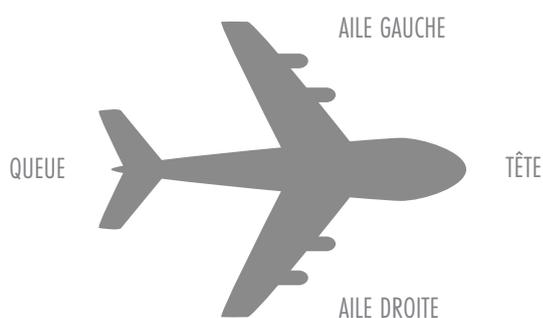


LE FORMAT DE JEU À 5 contre 5



QUEL DISPOSITIF PRÉCONISER EN 5 CONTRE 5 ?

Dispositif en losange (ou avion dans le langage des enfants) : 1 arrière - 2 latéraux - 1 avant.



POURQUOI LE LOSANGE EN 5 CONTRE 5 ?

Il permet une répartition équitable des espaces à exploiter ou à défendre tout en favorisant le jeu en triangle (essentiel dans le football) et permet d'initier les enfants aux principes du jeu en zone.

OCCUPATION DU TERRAIN EN 5C5 : LOSANGE

ENSEIGNONS À LA BASE LES BONS GESTES, LES BONS PRINCIPES ET LES BONNES ATTITUDES !

QUEL AVANTAGE LE LOSANGE APORTE-T-IL AUX ENFANTS ?

Il favorise les premières coopérations entre les enfants, tout en structurant leurs déplacements et atténuant ainsi progressivement le phénomène de « grappe » (tous sur le « même » ballon). Le jeu en losange facilite le passage du foot à 5 vers le foot à 8 lui-même structuré en double losange.

Remarque : un dispositif en carré ne sera appliqué que pour des enfants très aguerris tactiquement et très expérimentés.

PRINCIPES À APPLIQUER PAR MON ÉQUIPE AVEC OU SANS BALLON

QUELS PRINCIPES MON ÉQUIPE DOIT-ELLE APPLIQUER QUAND ELLE A LE BALLON ?

- Agrandir son espace de jeu, ouvrir en largeur et en profondeur.
→ **Former un grand avion avec deux grandes ailes**
- Occuper tout l'espace disponible en s'écartant les uns des autres.
- Gagner du terrain balle au pied, s'infiltrer efficacement vers le camp adverse : en conduite de balle et dribble. Tenter de se créer des occasions de but par des actions individuelles.
→ **Défi**
- Finir le plus vite possible lors d'une occasion de but.
→ **Tirer, centrer au sol, conclure sur centre au sol**
- Tenter de construire le jeu de l'arrière, depuis le gardien de but : pas de long dégagement aérien.
→ **Poser le ballon au sol et relancer du pied vers un partenaire libre qui décroche ou partir en conduite de balle**
- **Prise de décision**
- **Faire le bon choix**
- Favoriser la construction en progressant vers les côtés.

QU'ATTENDONS-NOUS DE NOTRE JOUEUR QUI EST EN POSSESSION DU BALLON ?

- Agrandir son espace de jeu, ouvrir en largeur. Oser avancer balle au pied (= en conduite de balle rapide) vers la cible (= but adverse) s'il y a de l'espace devant lui.
→ **S'infiltrer, gagner du terrain**
- Tenter le dribble pour éliminer son adversaire
→ **Défi**
- Oser tirer au but dans les 10 derniers mètres.
→ **Pour marquer, il faut tenter sa chance**
- S'il ne sait pas éliminer son adversaire par un dribble, transmettre le ballon par une passe courte au sol (sans rebond).
→ **Passe dans les pieds ou dans la course (espace) du partenaire démarqué**
- S'il n'a pas de solution devant lui, oser repasser par le gardien de but et progresser vers l'autre côté.
- Toujours chercher à jouer au sol.
→ **Ne pas dégager à l'emporte-pièce**

QU'ATTENDONS-NOUS DE NOS JOUEURS AUTOUR DU PORTEUR DU BALLON ?

- S'écarter de son adversaire pour être jouable, libre, disponible pour recevoir la passe.
- Ouvrir en largeur (latéraux) et en profondeur (avant).
- Aller dans un espace libre pour donner une solution de passe à l'équipier qui a le ballon.
- Les joueurs apprennent à ne pas se présenter vers le ballon, mais à s'écarter de l'adversaire : à gauche, à droite et derrière celui-ci = jouer entre les lignes.
- Bien positionner son corps avant de recevoir le ballon : épaules « ouvertes » et orientées vers l'avant pour gagner du temps sur le contrôle de balle.

QUELS PRINCIPES MON ÉQUIPE DOIT-ELLE APPLIQUER QUAND ELLE A PERDU LE BALLON ?

- Se replacer dès la perte du ballon, réduire rapidement les espaces.
→ **Reformer un petit avion avec deux petites ailes**
- Même l'attaquant revient se positionner dans le « bloc ».
- Protéger notre but : positionnement entre le ballon et notre but (axe ballon-but).
- Presser l'adversaire qui a le ballon.

QU'ATTENDONS-NOUS DE NOS JOUEURS LORSQU'ON N'A PAS LE BALLON ?

- Mettre la pression sur le porteur du ballon adverse sans se faire éliminer.
- Adopter une bonne position défensive : être sur ses appuis, orienter le duel, jouer le duel ou effectuer un recul-frein.
- Ne pas tacler inutilement (beaucoup trop d'enfants en abusent).
→ Apprendre à défendre debout sans se faire éliminer
- Tenter d'intercepter ou contrer les passes courtes adverses.

DEVONS-NOUS VRAIMENT INSISTER POUR QUE NOTRE JOUEUR DRIBBLE AU LIEU DE PRIVILÉGIER LE JEU COLLECTIF ?

Oui évidemment. Sachant que désormais dans le football, tous les postes nécessitent une réelle maîtrise technique, il y a lieu d'initier nos jeunes au dribble le plus tôt possible. Il faut les encourager lors du match à entreprendre des actions individuelles expérimentées à l'entraînement. L'apprentissage du dribble doit permettre au jeune joueur de disposer d'une large panoplie de solutions de dribble.

Progressivement, le jeune joueur saura comment, quand et où dribbler. Et sa prise de décision entre dribbler l'adversaire ou passer vers un coéquipier sera plus rapide et plus pertinente.

MES JOUEURS SONT EN GRAPPE, QUE FAIRE ?

- Tout d'abord, il s'agit d'un phénomène normal à cet âge. L'enfant ne regarde que le ballon et a du mal à tenir compte des autres paramètres : partenaires, adversaires et cible (but adverse).
- En se référant avant les matches et à la mi-temps à la forme de l'avion (la tête, la queue et les 2 ailes), nous conscientiserons progressivement nos joueurs à ne pas trop « dézoner ».

JUSQU'OU FAIRE MONTER MON DÉFENSEUR ?

Le défenseur doit participer activement à la construction, il est le « meneur de jeu », celui qui oriente le ballon vers les flancs ou le transmet d'un côté vers l'autre. Le défenseur est continuellement en appui de ses équipiers. Pour ça, il doit être à leur contact et non rester 20 mètres derrière.

MON GARDIEN DE BUT DOIT-IL RESTER DANS SON BUT ?

Non ! Il doit accompagner le bloc-équipe. Par sa position haute, il peut intercepter plus efficacement un ballon en profondeur de l'adversaire mais aussi surtout servir de point d'appui pour ses équipiers dans la construction du jeu.

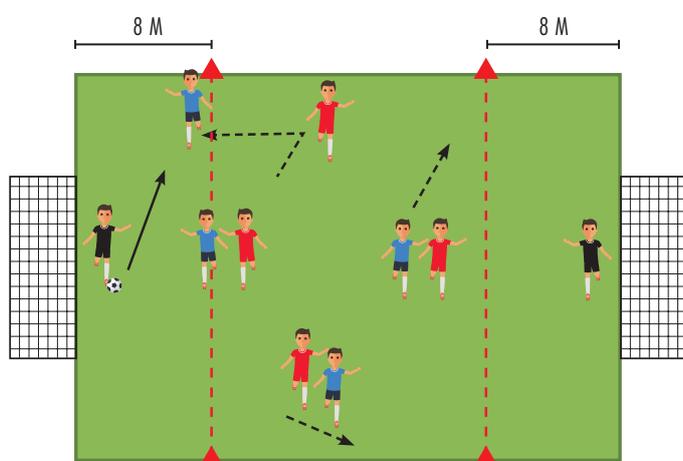
- Il va développer son jeu au pied (contrôle orienté + passe), sa concentration et sa réflexion sur le jeu.
(Quel est mon partenaire disponible ?)



DES REPRISES DE JEU PLUS FORMATIVES ?

COMMENT JOUER LE COUP DE PIED DE BUT ?

- I. Notre gardien de but met le ballon au sol (adversaires à 8 mètres) et relance par une passe courte vers un équipier ou il part en conduite de balle/dribble s'il a de l'espace devant lui.
 - Le jeu au pied du gardien de but est devenu prépondérant dans le football, favorisons donc sa progression au plus tôt.

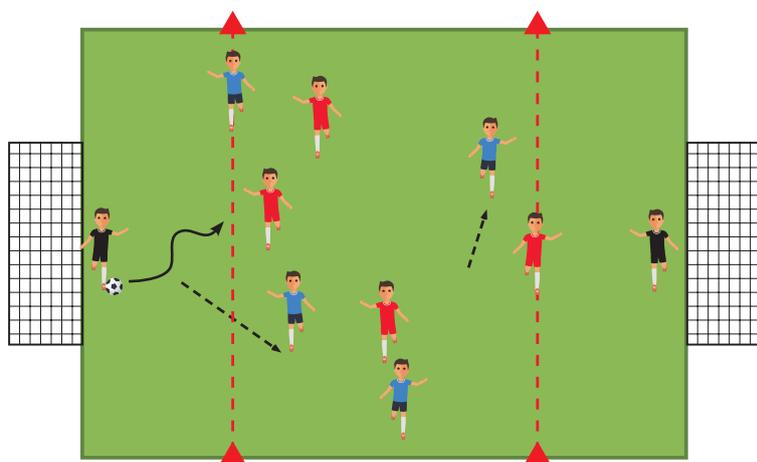


EN U8

Nous proposons de matérialiser une zone de relance protégée à 8 mètres pour favoriser la construction. L'adversaire peut rentrer dans cette zone au moment où le gardien relance le ballon (pour lui-même ou un partenaire).

- Permettre à l'enfant de faire le bon choix pour relancer proprement et efficacement.
- Processus d'apprentissage.

- II. Nos joueurs étirent l'avion pour créer un maximum d'espace, en largeur comme en profondeur.
- III. Les latéraux réalisent une action préalable pour « semer » l'adversaire et se rendre jouables pour le gardien de but.
- IV. Dès les U9, les joueurs apprennent à ne pas se présenter vers le ballon, mais à se déplacer à gauche, à droite en s'écartant du ballon.



Exemple : L'arrière évite de rester « centralement » devant le gardien de but pour se rendre jouable derrière l'attaquant adverse = entre les lignes.

COMMENT JOUER LES RENTRÉES DE TOUCHE ?

Stimulons nos joueurs à rentrer balle au pied dans le terrain, à aller défier l'adversaire, le dribbler s'il y a de l'espace ou alors passer vers un équipier démarqué ⇨ cette action à elle seule est riche d'apprentissages non seulement pour l'attaquant mais également pour le défenseur :

- Plus de contacts avec le ballon (meilleure maîtrise technique et confiance en soi)
- Prendre l'information sur la position et la réaction du défenseur (Sort-il à ma rencontre ? Si oui, que faire ? Si non, que faire ?)
- À faire rapidement le bon choix en fonction de la situation (Partenaire disponible ?)
- Obliger le défenseur à réfléchir et à prendre une décision : sortir sur le porteur du ballon ?
Temporiser : recul-frein ?

COMMENT JOUER LES CORNERS ?

- Évitions de « taper » un ballon perdu devant le but adverse, privilégions une combinaison courte au sol à 2 voire à 3 avec déplacements des joueurs.
- Notre gardien de but accompagne l'équipe et prend une position haute (ligne médiane).

COMMENT JOUER LES COUP-FRANCS ?

Plutôt qu'envoyer une « patate » qui risque de blesser le petit joueur adverse, jouons court en cherchant à combiner pour se rapprocher du but.



DEVONS-NOUS INSISTER SUR L'UTILISATION DES 2 PIEDS ?

Oui, de façon rationnelle. Quand le ballon est à gauche de mon corps, je frappe/passe du gauche et inversement quand il est à droite.

PROFIL, ATTITUDE ET APPROCHE INNOVANTE DU FORMATEUR



COMMENT PUIS-JE, EN TANT QUE FORMATEUR, MOTIVER UN ENFANT À APPRENDRE ?

Si un enfant réussit un geste, il se sent plus **FORT**, plus **COMPÉTENT**.

- Sa **CONFIANCE** et sa **MOTIVATION** augmenteront, ce qui lui permettra de prendre du plaisir dans son activité.
- Le formateur U8-U9 doit être un « **DONNEUR DE CONFIANCE** » :
 - Proposer des activités adaptées aux joueurs en tenant compte de son stade de développement ;
 - Transmettre des idées positives : **ENCOURAGER LES ENFANTS** ;
 - Donner du feedback au joueur ⇒ 6 FB positifs pour 1 FB négatif ;
 - Définir précisément des critères de réussite d'une tâche.

ÊTES-VOUS UN **DONNEUR DE CONFIANCE** ?

COMMENT DOIT SE COMPORTEUR LE FORMATEUR DURANT UN MATCH ?

- Il doit être un exemple dans tout ce qu'il fait ou dit :
 - Accepter l'autorité (ex : arbitre) ;
 - Savoir gérer la victoire et la défaite ;
 - Ne pas glisser dans l'émotionnel, car les enfants imitent ce comportement.
- Il doit créer un climat d'apprentissage stimulant :
 - Donner de la confiance permet au joueur d'oser davantage et d'être plus disponible pour les conseils ;
 - Lui dire qu'il faut oser, que ce n'est pas grave si on commet un erreur, car l'erreur est l'occasion d'apprendre et de découvrir ce dont il est déjà capable ou non ;
 - Plutôt coacher dans le sens des solutions (Qu'est-ce qu'il peut mieux faire ?) en lui donnant le bon conseil au bon moment.
- Il doit savoir observer tranquillement, sereinement le déroulement d'un match.
- Il doit guider les enfants mais pas les téléguider, laisser les enfants s'approprier leur activité.
- Il doit garantir une participation égale à tous ses joueurs. Pas de distinction entre les joueurs talentueux et les joueurs moins talentueux.
- Il doit éviter de comparer les joueurs entre eux mais accentuer le développement individuel et accorder de l'importance à chaque joueur.
- Il doit faire preuve de bienveillance (poser un bras sur son épaule ou relativiser lorsque l'enfant est en difficulté), être à l'écoute et réagir aux besoins individuels (ex : mal au ventre).

ÊTRE FORMATEUR, C'EST AVANT TOUT UN ÉTAT D'ESPRIT !

FAUT-IL OBSERVER DES PÉRIODES DE SILENCE DANS MON COACHING ?

- Comme dit ci-dessus, le coach guide ses joueurs et ne les téléguide pas. Aucune raison dès lors de parler tout au long du match.
- En introduisant des moments de silence, nous allons non seulement recaptiver l'attention des enfants lors de notre prochaine intervention mais ce silence va surtout inciter les joueurs à communiquer davantage entre eux, ce qui renforcera la cohésion.

INTRODUCTION D'UN BREAK PÉDAGOGIQUE :

Arrêt du jeu pendant 2 minutes au milieu de chaque mi-temps pour permettre au formateur de réunir ses joueurs sur le terrain et de leur donner quelques consignes sur ce qu'il aura pu observer.

- Après le premier break pédagogique, prenons le temps de nous taire, appliquons le coaching muet « Silence on tourne, place aux acteurs ». Observons notre groupe : notre message est-il bien passé ?

COMMENT INFLUENCER POSITIVEMENT LA FORMATION DE L'ADVERSAIRE ?

En respectant précisément la zone de relance du gardien de but adverse par exemple. Replions-nous et ne mettons la pression qu'après la première relance du gardien de but adverse. Affronter des adversaires qui construisent au lieu de dégager sera plus enrichissant pour nos joueurs.

- Apprendre à lire le jeu, réfléchir et trouver les solutions

FAUT-IL TENIR COMPTE DE L'ÉVOLUTION DU POSTE DE GARDIEN DE BUT ?

Conscients de l'importance du jeu au pied chez le gardien de but moderne, cela doit nous inciter à développer dès son plus jeune âge ses compétences bi-podales.

Comment ? Tant à l'entraînement qu'en match, il faut l'exposer autant que possible pour pratiquer son jeu au pied : le faire évoluer dans le jeu lui procurera maîtrise, confiance et expérience qui faciliteront ses prises de décision une fois dans son but. L'accoutumance aux différentes trajectoires de balle (basse, mi haute, haute) lui sera très utile par la suite pour les contrôles de balle et le jeu aérien.

COMMENT ÊTRE PLUS INNOVANT DANS MON APPROCHE ?

En impliquant beaucoup plus les enfants pour leur permettre de s'approprier leur activité. Exemples :

- I. Les enfants choisissent eux-mêmes leur position sur le terrain ! Chaque poste de l'avion doit être occupé : « Lequel est pour moi ? »
 - Développement de l'autonomie, la coopération, la communication et la cohésion de nos joueurs
- II. Les enfants choisissent eux-mêmes leurs objectifs, leurs défis pour le match du jour. Préalablement, le coach aura objectivé les actions et défis des enfants sur des fiches imagées en relation avec le plan d'apprentissage.
 - Son coaching sera exclusivement dirigé sur le défi choisi par l'enfant.
 - Lors du break pédagogique ou à la mi-temps, le coach n'intervient que sur l'objectif préalablement fixé.
 - Idem pour le débriefing d'après-match portant sur la réalisation ou non du défi que s'est fixé l'enfant.

Dans le feedback, questionnez l'enfant sur ce qu'il a fait, sur ce qu'il aurait éventuellement pu faire de mieux pour réussir son défi /action.

DEVONS-NOUS PRIVILÉGIER LA SPÉCIALISATION À UN POSTE OU LA POLYVALENCE DANS LE JEU ?

- La polyvalence dans le jeu est essentielle.
- Chaque enfant doit pouvoir jouer à plusieurs postes au cours d'un match afin de lui permettre de découvrir et s'adapter à de nouvelles situations (ex : les enchaînements « contrôle + conduite » sont différents lorsqu'on joue sur un côté, face ou dos au jeu).

LE JEU EN SOI EST PLUS IMPORTANT QUE LA VICTOIRE

VOUS SERVEZ-VOUS D'UN SUPPORT PÉDAGOGIQUE STYLE TABLEAU BLANC (OU TABLETTE) ?

Bonne idée pour initier vos joueurs aux prémices tactiques. Placez alors votre équipe de bas en haut, ce qui reflète la perception qu'ont les enfants du terrain à ce moment-là.



QUELQUES EXEMPLES



Je me bats comme un lion, je ne lâche rien, certainement quand j'ai perdu le ballon, j'essaie de le récupérer le plus vite possible.



Je conduis le ballon collé au pied, quand je dribble, il reste aussi collé pour que l'adversaire ne me le prenne pas.



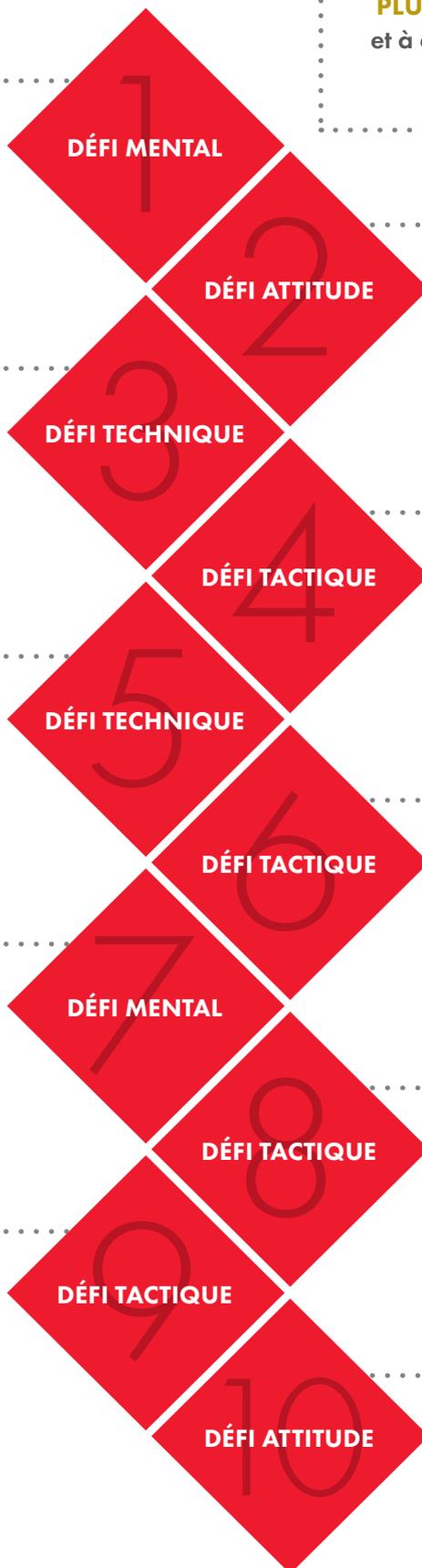
Je ne dégage plus le ballon à l'emporte-pièce, je contrôle, je regarde et je joue au sol.



Je reste concentré sur le jeu, je surveille mon adversaire et s'il part, je réagis de suite.



Quand on a le ballon, on forme un avion avec de grandes ailes.
Quand on n'a pas le ballon, on forme un petit avion avec de petites ailes et un petit nez.



Ces différentes pratiques ont pour but de favoriser chez vos joueurs et leurs adversaires, la **RÉFLEXION** et la **PRISE DE DÉCISION**. En augmentant les touches de balle pour les rendre **PLUS HABILES TECHNIQUEMENT** et à chercher et **RECONNAITRE LES ESPACES EXPLOITABLES**.



Je garde mon calme, je reste zen, je ne m'énerve pas quand un adversaire me pousse ou commet une faute sur moi. Je me relève, je lui serre la main et je reprends ma place.



Dès que je dribble mon adversaire, j'accélère comme une formule 1 pour ne pas qu'il me rattrape.



Je regarde et je réfléchis où me positionner correctement pour empêcher l'adversaire de marquer. Je muscle mon cerveau.



Si je reste dans l'ombre de l'adversaire, je ne suis pas visible pour mon équipier, je me démarque, je sors de l'ombre et je suis jouable.

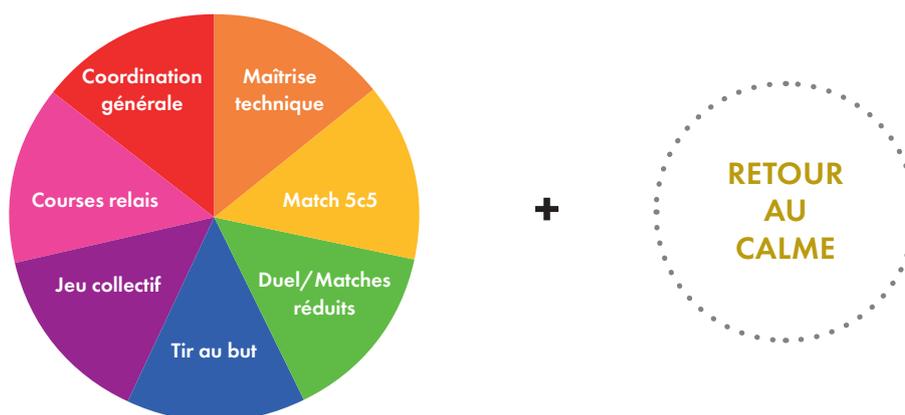


Le foot est un jeu, parfois on gagne, parfois on perd. Quoi qu'il arrive, ça reste un plaisir ... donc sourire.

COMMENT LES ENTRAÎNER ?

- Avant tout pour progresser, il faut apprendre et s'exercer dans la bonne humeur/avec plaisir.
→ **Créez vous-même ce climat d'apprentissage**
- Rappelez-vous que c'est l'âge idéal pour développer la maîtrise du corps (l'équilibre et les aptitudes motrices fondamentales) et du ballon (gestes techniques de base).
- Proposez de la variété et de l'alternance : entraînez sous forme de plateau.
→ **Plusieurs ateliers de 10'-15' = les enfants adorent ça ! De plus, le plateau permet d'intégrer tous les enfants d'une même catégorie au sein du club, quelque soit le niveau « d'expérience » des enfants. Ceci va renforcer l'esprit « club » dont tout le monde en tirera profit.**
- La séance d'entraînement en U8-U9 se compose de 6-7 ateliers d'une durée de 10 minutes et d'un retour au calme. La durée maximale de la séance est de 1h30.

QUELS TYPES D'ATELIERS SUR MON PLATEAU ?



- **COORDINATION GÉNÉRALE** avec ou sans ballon : sous forme de jeu, se déplacer, courir, sauter, pousser, tirer, lancer se tenir en équilibre, frapper, jeter, attraper, oeil-main, oeil-pied, vitesse de réaction, échelle de rythme, cerceaux (appuis contrastés/différés), haies basses (max 20cm), mobilité : changements de direction, demi-tour ou tour complet sur soi-même,...
- **MAÎTRISE TECHNIQUE** : conduite de balle, passe courte, dribble-feinte, contrôle sur balle basse
- **TIR AU BUT** : tir à 10-15m dans un grand but, tir sur centre au sol.
- **FORME DE JEU** : jeu collectif (avec ou sans ballon) : style « chasseur », course-relais, mouvements, coopération, stratégie, perception de l'espace, anticiper, décider, réagir, accélérer, freiner, etc ...
- **DUEL/MATCHS REDUITS** (petit espace) du « 1c1 » sous différentes organisations avec évolution vers 2c1, 2c2, 3c1, 3c2, 3c3, 4c2, 4c3, avec ou sans appuis, avec petits ou grands buts pour chaque équipe. Se rendre jouable, se démarquer, utilisation de l'espace et des partenaires. Voir les teamtactics.

- **COURSES RELAIS** : réagir à un signal visuel, auditif, tactile, cognitif, sous forme de course relais (distance courte, changement de direction, de déplacement, évitement d'obstacles).

Retour au calme : initiation au jonglage avec ou sans rebond, fixez des objectifs réalisables et différents à chacun des joueurs (= défis), avec « soccerpal » ou « sense-ball ».

Conseils pour l'animateur :

- **FAVORISER** la bilatéralité dans vos exercices
- **DONNEZ DE NOMBREUX FEEDBACKS POSITIFS** lors de l'apprentissage de nouveaux gestes techniques.
- **DÉMONTREZ OU FAITES DÉMONTREZ** l'exercice pour une bonne compréhension de l'ensemble du groupe.
- **LANCEZ DES DÉFIS** à vos joueurs : « Qui peut me montrer comment centrer dans le dos du défenseur ? ».
- **INTÉGRER** le plus souvent votre gardien de but dans les ateliers techniques pour développer son jeu au pied.
- **ÉVITEZ** les longues files d'attente, dédoublez votre atelier.
- **CHAQUE EXERCICE PROPOSÉ** doit trouver sa place dans la réalité du jeu : « Est-ce que ça existe vraiment en match ? » .

FAIR-PLAY



Après avoir découvert le Football dans l'environnement Festifoot, l'enfant U8-U9 joue désormais de « vrais » matches contre d'autres clubs. Les valeurs de RESPECT et de FAIR-PLAY doivent être préservées tout au long du match. Les enfants et les membres du staff se donnent une poignée de main avant et après le match, quelle que soit l'issue de celui-ci.



“ L'IMPORTANCE DONNÉE AUX RÉSULTATS AU DÉTRIMENT DE LA FORMATION DES JEUNES FOOTBALLEURS EST UN FLEAU ”

“ LE FOOTBALL N'EST PAS SEULEMENT UN JEU SIMPLE, MAIS CELA PEUT ÊTRE AUSSI UNE FAÇON DE VIVRE. QUAND PLUS DE GENS LE COMPRENDRONT, PLUS IL SERA DIVERTISSANT. TANT SUR LE TERRAIN QU'EN DEHORS. ”

— Johan Cruyff

FAUT-IL REMPLACER LE PÉNALTY D'APRÈS-MATCH PAR UN « CHALLENGE » ?

A l'issue du match 5 contre 5, si le timing le permet, le traditionnel mais non formatif « pénalty » doit être remplacé par un « Challenge », plus approprié aux besoins des enfants,

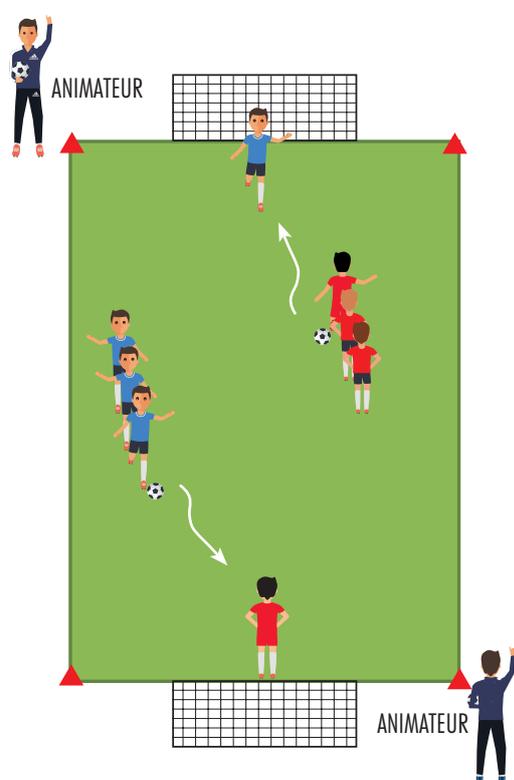
Le « Challenge » est un défi 1 contre 1 entre l'attaquant et le gardien de but stimulant la prise d'informations et de décisions de l'un comme de l'autre. Il favorise la conduite de balle, le dribble, l'audace, la créativité, la réactivité, la vitesse d'exécution et la finition rapide.

Pas de contrainte pour l'attaquant si ce n'est temporelle : finir le plus vite possible (en max 10''). Il décide lui-même de dribbler ou frapper (« essais - erreurs »). Avec le temps, les enfants réaliseront un geste technique dans leur course vers le but.

ORGANISATION :

- Départ en miroir (chaque équipe attaque un but défendu par le gardien de but adverse) ou en alternance sur un seul but (les gardiens de buts se relayant).
- Partir en conduite de balle du centre du terrain vers le but. Deux « Challenges »/enfant.
- Le nombre incalculable de « Challenges » joués sur la saison va développer les habiletés footballistiques et le sentiment de compétence chez l'enfant (attaquant comme gardien de but).

Cette activité ne peut pas entraîner du retard pour les matches suivants.



CHALLENGE

=

CONDUITE DE BALLE

+

DRIBBLE

+

TIR

=

MAÎTRISE TECHNIQUE

+

PRISE D'INFORMATIONS

+

PRISE DE DÉCISIONS

QUELS SONT LES PRINCIPES MÉTHODOLOGIQUES POUR L'APPRENTISSAGE TECHNIQUE ?

- Présence optimale du ballon
- Importance de la fréquence du geste
- Individualisation idéale de l'apprentissage
- Progression du simple au complexe
- Sans adversité : à l'arrêt – en mouvement
- Avec vitesse d'exécution
- En situation réelle
- Apprentissage bilatéral
- Organisation de l'apprentissage en séquences de 4 à 5 semaines pour un geste technique
- Référence aux exigences techniques du match
- Importance de la préparation de la séance
- Démontrer le geste technique et expliquer les détails techniques
- Organiser les situations pour une optimisation du temps d'apprentissage (nombre de répétitions, ...)
- Importance de la qualité correctrice du geste technique : le joueur peut être acteur dans la correction
- Importance du feedback : constructif pour une confiance optimisée du joueur
- Présence du FUN, de la variation, ...

QUELLES SONT LES RAISONS D'UNE BAISSÉ DE MOTIVATION LORS D'UNE SÉANCE TECHNIQUE ?

- Exercice ou forme jouée incompris
- Exercice trop facile ou trop complexe
- Manque de progression dans la méthodologie
- Trop de temps pour le même exercice
- Correction imprécise, grossière
- Réussite insuffisante, manque d'efficacité
- Pas assez de renforcements et d'encouragements
- Trop d'attente dans les exécutions
- État de fatigue trop élevé
- Formateur impatient, agressif ou autoritaire
- Formateur ne favorisant pas la créativité, les prises de risque

PAR LE FORMATEUR

+ À FAIRE

- Laisser le joueur, par lui-même, prendre ses décisions
- Laisser le joueur, par lui-même, découvrir
- Soutenir le joueur, être patient avec lui et lui donner confiance à court terme et à long terme
- Aider le joueur à prendre la bonne décision, à trouver une solution, avec un coaching positif
- Donner à chaque joueur un temps de jeu équivalent

- À NE PAS FAIRE

- Entraîner comme des adultes, avec un esprit de « championnite » démesuré
- Ne pas accorder à tous le même temps de jeu
- Être directif, sans échange avec les joueurs, du début à la fin de la séance
- Faire des reproches réguliers aux jeunes joueurs moins doués
- Remplacer un enfant après une erreur commise
- Empêcher un jeune de décider, en lui criant sans cesse à l'avance ce qu'il doit faire

Association des Clubs Francophones de Football		
Matricule		U8/U9
Club		
Fiche d'observation - Format de jeu à 5c5		
Catégorie		
Match		
Date		
Formateur		
Encadrement		Evaluation
1	Mise en place du terrain (dimensions, buts ancrés et terrain délimité)	
	Justification :	
2	Application du protocole Fair-Play (avant & après)	
	Justification :	
3	Attitude générale du formateur envers les différents acteurs (son équipe, son adversaire, arbitre et autres)	
	Justification :	
4	Intervient lors d'un comportement inapproprié d'un joueur (ex : vocabulaire, faute grossière)	
	Justification :	
5	Accorde au moins 50% de temps de jeu à chaque joueur : « le jeu est plus important que la victoire »	
	Justification :	
6	Coache positivement et s'accorde des périodes de silence dans son coaching	
	Justification :	
7	Favorise la polyvalence de ses joueurs (rotation des positions)	
	Justification :	
8	Respect de la zone de relance adverse (pas de pressing intempestif) et de la distance sur rentrée en touche	
	Justification :	
9	Favorise la possession de balle par une circulation de balle courte et au sol	
	Justification :	
10	Invite le gardien de but à relancer le jeu au sol (coup de pied de but, ballon en main)	
	Justification :	
11	Incite le gardien de but à occuper une position haute et accompagner ses partenaires lors d'une offensive	
	Justification :	
12	Stimule continuellement la créativité et la prise de décision de l'enfant. Exemple : encourage l'enfant à fixer, défier et dribbler l'adversaire lors des rentrées en touche	
	Justification :	
13	Corners : privilégie la combinaison courte au sol à deux ou à trois Coups-francs : cherche à combiner court et au sol pour se rapprocher du but	
	Justification :	
14	Encourage les enfants à défendre debout et à ne pas tacler	
	Justification :	
15	Application correcte du "Challenge" d'après-match	
	Justification :	

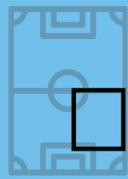
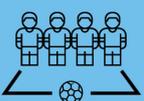
Evaluation générale		/75
	0,0	/50

Item en jaune = Recommandation prioritaire (voir règles d'évaluation)

Evaluation		Points
A	Application permanente	5 points
B	Application occasionnelle	0 point
C	Non appliqué	échec

Règles d'évaluation

5 points sont attribués par recommandation
 Si minimum un item est noté avec la lettre "C", l'évaluation sera de 24/50
 Si deux items sont notés avec la lettre "C", l'évaluation sera de 18/50
 Si trois items sont notés avec la lettre "C", l'évaluation sera de 12/50
 Si quatre items sont notés avec la lettre "C", l'évaluation sera de 6/50
 Si cinq items sont notés avec la lettre "C", l'évaluation sera de 0/50
 Si six items sont notés avec la lettre "C", l'évaluation sera de 0/50

<p>CATÉGORIE</p>  <p>U8 - U9 Document d'identité obligatoire</p>	<p>FEUILLE DE MATCH</p>  <p>Feuille digitale obligatoire</p>	<p>DURÉE DE MATCH</p>  <p>2 x 25' Mi-temps = 10'</p>	<p>TERRAIN</p>  <p>Sens de la longueur ou largeur de la surface de jeu normale</p> <p>35m x 25m</p>	
<p>BUTS</p>  <p>5m x 2m Solidement ancrés au sol !</p>	<p>BALLON</p>  <p>Taille 3</p>	<p>CHAUSSURES</p>  <p>Crampons en alu interdits</p>	<p>CLASSEMENT</p>  <p>Pas d'application</p>	<p>PROTOCOLE FAIR-PLAY</p>  <p>Poignée de main avant et après la rencontre</p>
<p>CARTE JAUNE/ROUGE</p>  <p>D'application Carte jaune non enregistrée aussi pour le staff</p>	<p>REPLACEMENTS</p>  <p>Permanents Max. 3 remplaçants</p>	<p>SURFACE DE BUT</p>  <p>Zone fictive dans un rayon de 8 m à partir du centre du but</p>	<p>PÉNALTY</p>  <p>Pas d'application</p>	<p>COUP DE PIED DE BUT</p>  <p>En dribble ou par une passe au sol Ce joueur ne peut pas marquer directement Adversaires en dehors de la surface de but</p>
<p>COUP FRANC</p>  <p>Toujours indirect Adversaires à 8 m</p>	<p>RENTREE DE TOUCHE</p>  <p>En dribble ou par une passe au sol Ce joueur ne peut pas marquer directement Adversaires à 3m</p>	<p>GARDIEN DE BUT</p>  <p>Ne peut pas toucher le ballon des mains sur passe volontaire d'un coéquipier</p>	<p>CORNER</p>  <p>Botté de l'intersection ligne de touche et ligne de but Adversaires à 8 m</p>	<p>HORS-JEU</p>  <p>Pas d'application</p>

www.acff.be - infos : footballdebase@acff.be



L'ACFF a pour objectif de rendre le football plus attractif pour les enfants U6-U9 en leur proposant un format de jeu adapté à leur développement. Tout en valorisant et dynamisant les bonnes pratiques au sein des écoles de foot de ses clubs labellisés, l'ACFF ambitionne d'y créer l'environnement idéal à l'épanouissement des plus jeunes en leur offrant plus de plaisir encore et en accélérant leur progression pour les fidéliser sur le long terme. Pour cette raison, l'ACFF a rédigé ces quelques pages à l'attention des formateurs pour leur permettre d'optimiser leur approche du jeu à 5 contre 5 et adopter la bonne attitude avec les U8-U9.

CONTACT

Xavier Donnay - Manager Football de base - xd@acff.be

Plus d'informations sur www.acff.be/joueurs

Editeur responsable : acff.be - footballdebase@acff.be

Mise en page : Amélie Patte - ameliep@nohanis.be