



DISTRICT DE MAINE ET LOIRE
Football à 5 des débutants



Feuille du Plateau N° 1

Thème des ateliers techniques : le contrôle

Secteur :

Phase :

Date :

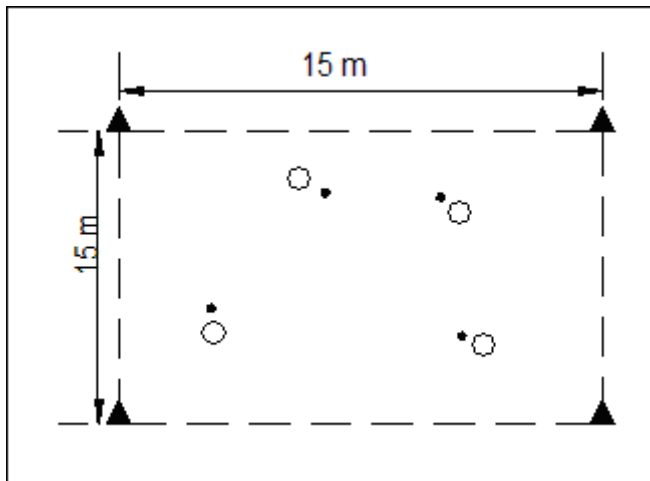
Club Organisateur :

Nom du responsable :

Club	Nb équipes	Nb joueurs	Dont joueuses
TOTAL			

Cette feuille de plateau est à adresser dans la semaine qui suit à votre responsable de secteur

1 - Thème des ateliers techniques : Le contrôle

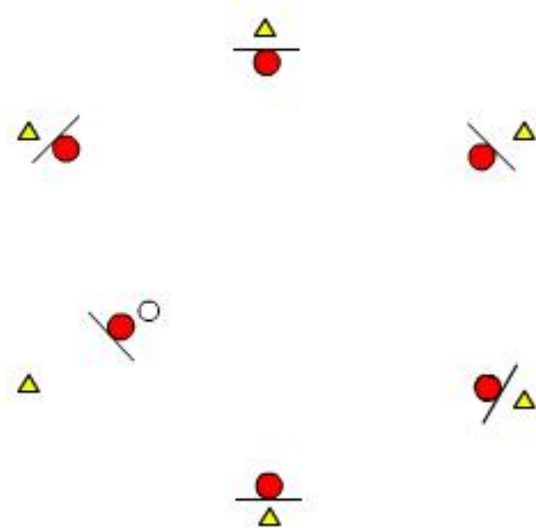


Jeu des statuts

Matériel : 4 plots, 1 ballon par joueur

Les joueurs trottent en conduite de balle
au signal : immobiliser la balle (semelle - ballon)
le dernier qui s'immobilise a 1 point de pénalité

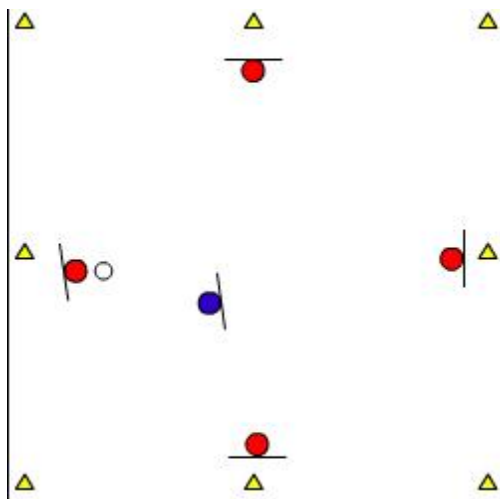
Variantes : imposer un type d'arrêt : pied droit ou gauche sur le ballon, s'asseoir sur le ballon, immobiliser le ballon sur l'une des lignes du terrain



Le cercle

6 joueurs en cercle, un joueur a le ballon.
Le joueur qui a le ballon conduit passe à un partenaire et prend sa place.

Insister sur le contrôle réalisé par le partenaire.
Contrôle arrêté d'abord puis orienté ensuite

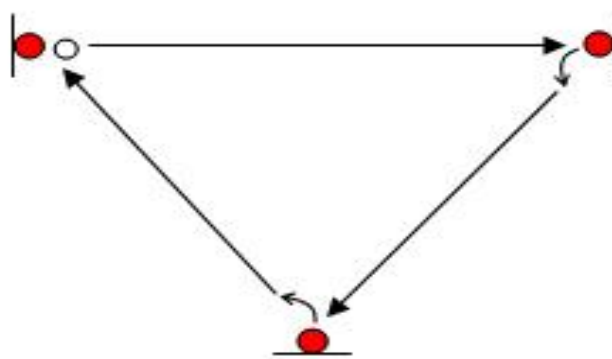


Taureau 4 contre 1

4 joueurs tentent de conserver la maîtrise du ballon contre un défenseur.

Le joueur qui perd le ballon devient défenseur

2 touches de balle obligatoires pour obliger les joueurs à orienter leurs contrôles



Le triangle

Par groupe de 3 joueurs. 1 ballon pour 3

En triangle, contrôle et passe.
Le joueur peut changer le sens de circulation du ballon quand il le souhaite.

Consignes :

Distance entre joueurs : 7—8 m

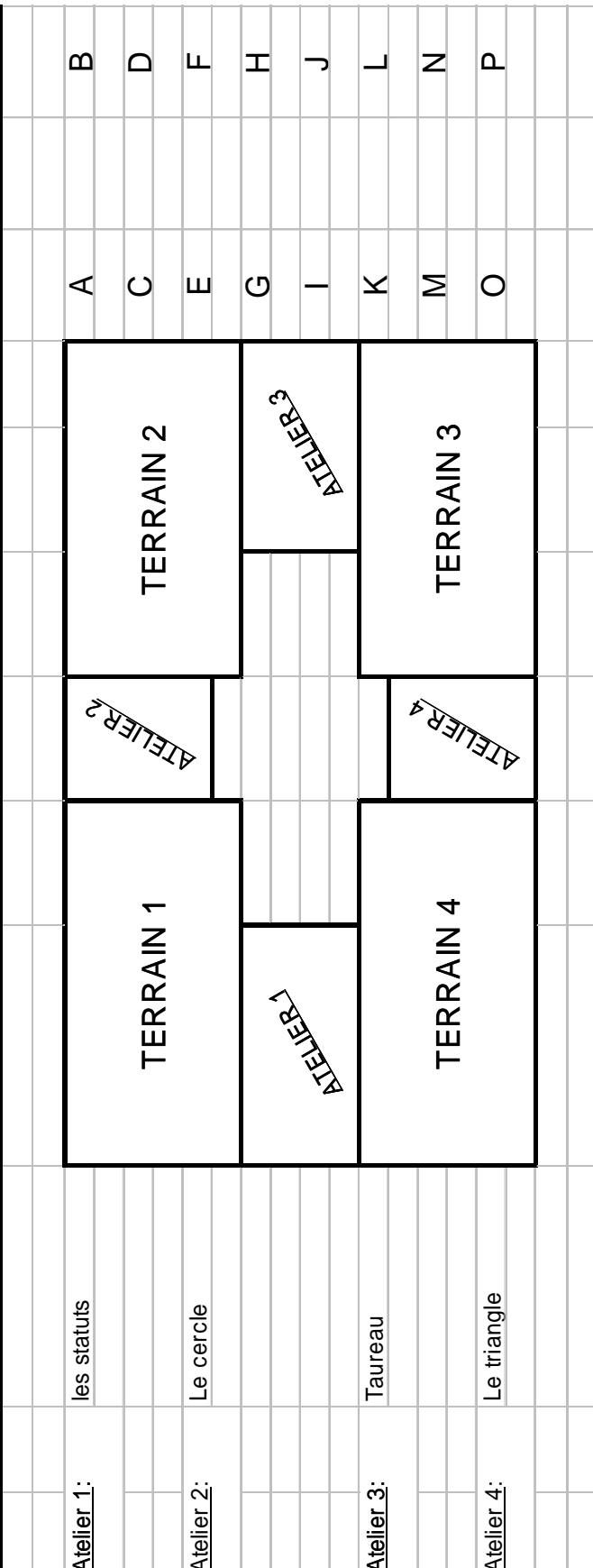
Attaquer le ballon

Contrôler en direction du joueur à qui on va passer le ballon.

ORGANISATION PLATEAU DEBUTANTS (16 équipes maximum)

HEURES	TERRAINS (matches)				ATELIERS (on change à la mi-temps des			
	temps	T1	T2	T3	T4	Atelier 1	Atelier 2	Atelier 3
14h45	2 x 10'	A B	C D	E F	G H	I J	K L	M N
15h10	2 x 10'	I J	K L	M N	O P	A B	C D	E F
15h35	2 x 10'	A D	B C	E H	F G	M P	N O	I L
16h00	2 x 10'	I K	J L	M P	N O	E H	F G	A D
En fonction du nombre d'équipes, on peut mettre moins d'ateliers ou alors 1 seule équipe par atelier								

Atelier 1: les statuts						A	B	
Atelier 2: Le cercle						C	D	
Atelier 3: Taureau						E	F	
Atelier 4: Le triangle						G	H	
						I	J	
						K	L	
						M	N	
						O	P	



LE FOOTBALL À 5 EST UN JEU ÉDUCATIF POUR LES "DÉBUTANT(E)S"
LES PLATEAUX DE FOOT À 5 NE SONT PAS DES COMPÉTITIONS

Consignes pour l'organisation d'un plateau

- Se présenter au responsable dès son arrivée au stade et indiquer le nombre de joueurs et d'équipes
- Former des équipes hétérogènes, équipes supplémentaires possibles avec les remplaçants
- Protège tibias obligatoires, crampons vissés interdits, ballon N° 3
- Jouer à 5 et pas +, notion de fête
- Le terrain appartient aux enfants, pas aux parents
- Animation des enfants entre les matchs : ateliers techniques
- Éviter le sifflet si possible, arbitrage éducatif. Possibilité de ne pas mettre des arbitres. Entente entre les dirigeants pour animer le match : intérêt de responsabiliser les dirigeants
- Goûter après les matchs. Demander la présence de tous les joueurs
- Informer systématiquement les responsables de secteur

Commentaire sur le déroulement du plateau