



GUIDE DE LA PRATIQUE

SAISON
2026
2027

CATEGORIE

V10

V11

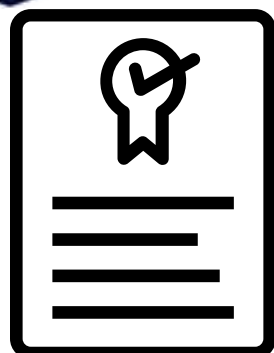




PREAMBULE

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants



En cohérence avec la politique fédérale sur la catégorie U11

- Ce guide s'inscrit dans les orientations de la DTN pour la catégorie U10-U11, centrées sur le plaisir, la multi-activité et l'apprentissage du jeu à effectif réduit
- Il décline ces orientations nationales à l'échelle de notre territoire, en tenant compte des réalités du football auboïs

Un guide utile, interactif et facilitateur

- **Utile** : des outils clés en main pour faciliter l'organisation de la saison
- **Interactif** : un support vivant, à s'approprier et à faire évoluer selon les besoins du terrain
- **Facilitateur** : simplifier la prise de fonction et l'intégration des éducateurs et éducatrices sur cette catégorie

SAVOIR ÊTRE

COURTOISIE

BIENVEILLANCE

ACCUEIL

ESPRIT DE PARTAGE

« La norme n'est pas une contrainte, c'est un cadre. C'est en son sein que nos dirigeants trouvent leur liberté d'action, et que nos jeunes grandissent, en tant que footballeurs, et surtout en tant que citoyens. »

Passion

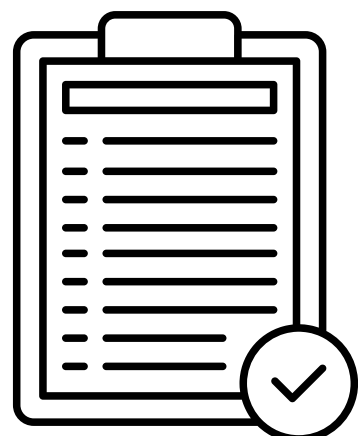
Plaisir



SOMMAIRE

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants



<u>CALENDRIER GENERAL</u>	<u>Page 4</u>
<u>ORGANISATION DE LA PRATIQUE</u>	<u>Page 5</u>
<u>LES DOCUMENTS D'ORGANISATION</u>	<u>Page 6 & 7</u>
<u>PREPARATION & ORGANISATION DU PLATEAULES LOIS DU JEU</u>	<u>Page 8 & 9</u>
<u>LES LOIS DU JEU</u>	<u>Page 10</u>
<u>REGLEMENT - CHALLENGE & COUPE</u>	<u>Page 11</u>
<u>LES DIMENSIONS DU TERRAIN</u>	<u>Page 12</u>
<u>ORGANISATION DU CHALLENGE & JOUR DE COUPE</u>	<u>Page 13</u>
<u>REGLEMENT - CHALLENGE 5c5</u>	<u>Page 15</u>
<u>DIMENSION & ORGANISATION - CHALLENGE 5c5</u>	<u>Page 16 & 17</u>
<u>LES DIFFERENTS ATELIERS</u>	<u>Page 18</u>
<u>DESCRIPTION DE L'ATELIER</u>	<u>Page 19 & 20</u>
<u>DISPOSITION FINANCIERE & REGLEMENTAIRE</u>	<u>Page 21</u>
<u>LIENS INDISPENSABLES</u>	<u>Page 22</u>
<u>COORDONNEES CLUBS</u>	<u>Page 23</u>
<u>CONTACTS PRATIQUES</u>	<u>Page 24</u>

Passion

Plaisir



CALENDRIER GENERAL

ACTION FEDERALE



PHASE HIVERNALE

- FUTSAL
- INDOOR

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants

JOUR DE COUPE

CHALLENGE

- BRASSAGE
- 5C5 (SUR INSCRIPTION)



Rentrée du
Foot

U10 - U11
12 SEPTEMBRE

10 Octobre

28 Novembre

17 Avril

FESTIVAL U11
22 MAI 2027

VS

Cycle 1

VS

Cycle 2

VS

Cycle 3

VS

Cycle 4

VS

Cycle 5

VS

19 Septembre
26 Septembre

3 Octobre
17 Octobre
31 Ocotbre

7 Novembre
14 Novembre
21 Novembre

5 Décembre
12 Décembre

9 Janvier
16 Janvier
23 Janvier
30 Janvier

6 Février
13 Février
20 Février

13 Mars
20 Mars

10 Avril

29 Mai

5 Juin

Réunion plénière

Réunion infos
Phase Automne

Réunion infos
Phase Hivernale

Réunion infos
Phase Printemps

Réunion Bilan

5 Septembre 2026

14 Septembre 2026

19 Novembre 2026

14 Janvier 2027

17 Juin 2027

Passion

Plaisir



ORGANISATION DE LA PRATIQUE

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants

LE CADRE

Les équipes auront **rendez-vous à 9H30**. Le challenge doit **débuter à 10H00**.

En cas d'absence d'une ou plusieurs équipes, merci d'**avertir le club organisateur et le district avant le vendredi midi**.

Passion

LA PRATIQUE

Les plateaux sont constitués de 4 équipes de foot à 8 :

Selon la formule retenue, un défi technique doit être réalisé avant le début des rencontres lors de chaque challenge. Ce guide présente les différentes organisations possibles.

Durée maximale du challenge :
1H30

Pas de championnat, mais des classements à la journée

Guide de la pratique U10 - U11

OPTIMISATION DU CHALLENGE

UN CHALLENGE U10/U11 DOIT IMPERATIVEMENT SE DEROULER SUR UN TERRAIN DE FOOT A 11

LES CLUBS DOIVENT REMPLIR LEURS FEUILLES D'EQUIPE AVANT D'ARRIVER SUR LE LIEU DU CHALLENGE.

LES PARENTS DOIVENT SE TROUVER A L'EXTERIEUR DU TERRAIN, DERRIERE LA MAIN COURANTE

Plaisir



LES DOCUMENTS D'ORGANISATION > CHALLENGE

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants



POUR LE CLUB RECEVANT
FEUILLE DE CHALLENGE

FEUILLE DE CHALLENGE U11			
INFORMATIONS CHALLENGE U11			
District:	AUBE	Saison:	2025 / 2027
Épreuve / Phase:		Date:	
Secteur:	Poule:	Horaire:	10:00
Journée:			
Installation:			
CLUB ORGANISATEUR & RESPONSABLE DU CHALLENGE U11			
Club organisateur:		Nom Prénom (responsable):	
		N° de licencié:	
ORGANISATION DU CHALLENGE U11			
RÉSULTATS — à compléter le jour / par le responsable du challenge			
	Équipe	Résultat	Équipe
E1 x E2			
E3 x E4			
E1 x E3	0		0
E2 x E4	0		0



POUR L'ENSEMBLE DES CLUBS
PARTICIPANT AU CHALLENGE
FEUILLE DE LICENCE

FEUILLE DE PRESENCE - CHALLENGE U11									
EQUIPE N°:		NOM DU CLUB:		JONGLERIE					
N°	Non Présent (absence)	Nom	Prénom	Catégorie	N° de licencié	Blessure	Pied droit	Pied gauche	Tête
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
RESPONSABLE D'ÉQUIPE							Somme des 8 meilleurs résultats		
Non Présent:		N° de licencié:							
Non Présent:		N° de licencié:							
Non Présent:		N° de licencié:							



« LE FOOTBALL, C'EST AVANT TOUT
UN JEU ! »



LE CLUB RECEVANT LE PLATEAU
Doit renvoyer l'ensemble des documents via l'application FAL
48H maximum après le plateau soit le lundi 12H00

Passion

Plaisir



LES DOCUMENTS D'ORGANISATION > JOUR DE COUPE

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants



POUR LE CLUB RECEVANT
FEUILLE JOUR DE COUPE

FEUILLE DE COUPE U11			
INFORMATIONS COUPE U11			
District:	AUBE	Saison:	2026 / 2027
Épreuve / Phase:		Date:	
Secteur:	Poule:	Horaire:	10:00
Journée:			
Installation:			
CLUB ORGANISATEUR & RESPONSABLE DU TOUR DE COUPE U11			
Club organisateur:		Nom Prénom (responsable):	
		N° de licencié:	
ORGANISATION DU TOUR DE COUPE U11			
RÉSULTATS — à compléter le jour / par le responsable du challenge			
	Équipe	Résultat	Équipe
M1 - E1xE2			1er
M2 - E3xE4			2ème
V M1 x V M2			3ème
P M1 x P M2			4ème



POUR L'ENSEMBLE DES CLUBS
PARTICIPANT AU JOUR DE COUPE
FEUILLE DE LICENCE

FEUILLE DE PRESENCE - COUPE U11									
EQUIPE N°:		NOM DU CLUB:		Tir aux buts					
N°	Nom Prénom (sélection)	Nom	Prénom	Catégorie	N° de licencié	Mesure	Séance 1	Séance 2	Total
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
Somme des 12 Tirs aux buts									
RESPONSABLE D'EQUIPE									
Nom Prénom		N° de licencié		Nom Prénom		N° de licencié		N° de licencié	
Nom Prénom		N° de licencié		Nom Prénom		N° de licencié		N° de licencié	



« LE FOOTBALL, C'EST AVANT TOUT
UN JEU ! »



LE CLUB RECEVANT LE PLATEAU
Doit renvoyer l'ensemble des documents via l'application FAL
48H maximum après le plateau soit le lundi 12H00

Passion

Plaisir



PREPARATION & ORGANISATION DU CHALLENGES & COUPE U10 - U11

Un Football pour tous les enfants



Durant la semaine... qui précède le plateau

LE MATERIEL

- Prévoir les ballons
- Coupelles pour matérialiser les lignes
- Matériel selon les besoins de l'atelier
- Une pharmacie
- Chasubles
- Bouteilles d'eau

ENCADREMENT

- **Responsables d'équipes**
Une personne identifiée sur la feuille d'engagement par équipe engagée.
- **Responsables d'ateliers**
Une personne par atelier, chargée de l'animer et de le faire vivre. À défaut d'éducateur désigné par le club recevant, les éducateurs des équipes participant à l'atelier en assurent conjointement l'animation et la gestion.

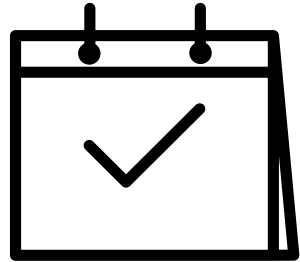
- **Coordinateur du plateau**
Accueil des équipes, distribution des feuilles d'engagement, de rotations, numérotation des équipes, gestion du temps.
- **Arbitres**
L'arbitrage sera effectué par un jeune (U13/ U15/U18) ou un adulte au centre. La touche est assurée par un jeune, qui commence sur le côté avec possibilité de changement en cours de match.
- **Personne-ressource**
En cas de problème, eau, préparation du goûter...



PREPARATION & ORGANISATION DES CHALLENGES & COUPES

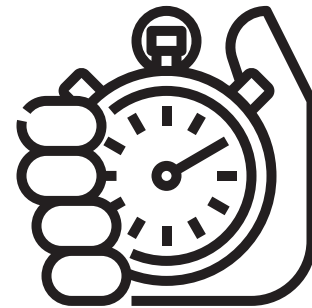
U10 - U11

Un Football pour tous les enfants



Durant le plateau...

TIMING



« Dans l'art de la stratégie, le respect du timing est le catalyseur qui transmute une simple action en un avantage décisif, prouvant que la valeur d'une idée réside autant dans son exécution que dans sa ponctualité. »

L'encadrement du club organisateur se réunit une heure avant le début du plateau pour la mise en en place des terrains

8H30 : Installation des terrains.

9H00 : Réunion d'organisation interne : qui fait quoi ?

9H15 : Accueil des équipes + distribution (ou récupération) des feuilles d'engagement et vérification du nombre d'équipes.

9H50 : Réunion des responsables pour définir l'organisation des rotations de la matinée.

10H00 : Début des défis techniques

10H20 : Début des matchs.

11H40 : Fin du challenge ou de la Coupe, rangement des terrains et du matériel, distribution du goûter par le club organisateur (recommander).

Passion

Plaisir



LES LOIS DU JEU

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants

Effectif de pratique	Football à 8 (7 + 1 GdB)	Hors Jeu	Ligne des 13m (En-cours de réflexion)	Coup-Francs	Coup franc direct et indirects
Suppléant(s)	4 maximum	Taille des Buts	6m x 2m10	Coup de pied de réparation	9m
Nombre minimal de joueur	7 par équipe	Taille des Ballons	T4	Mise à distance des joueurs	6m (Engagement, coup franc, corner) 4m (Touche)
Tacle	Oui	Temps de jeu Max. Rencontres + Défis	75 minutes (60 minutes + 15 minutes)	Prise de balle à la main du gardien sur passe en retrait volontaire d'un partenaire	Interdit sinon coup franc indirect Ramené perpendiculairement à la ligne des 13m. Mur autorisé à 6m
Mixité	Oui	Durée Max des rencontres	60 minutes (Selon la formule : 3 x 20 minutes ou 2 x 30 minutes)	Relance Gardien de But	Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol > Volée et demi-volée interdite Sinon CF indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13m
Surclassement	3 U9 maximum par équipe avec autorisation médicale	Engagement	Au centre du terrain Interdiction de marquer directement	Relance Protégée	Non protégée
Sous-Classement	Possibilité U12F	Coup de pied de but	Libre dans la zone virtuelle : 6m x 9m (délimitée par la largeur des montants du but et le point de réparation) Placement libre des joueurs (idem foot à 11)	Temps de jeu par joueur	Temps de jeu égal pour tous
Dimensions des Terrains	1 / 2 terrain à 11	Touche	A la main	Arbitrage	Arbitrage par un jeune (U13/ U15/U18) ou un adulte au centre + Le rôle de juge de touche est assuré à tour de rôle par les joueurs disponibles, avec possibilité de changement en cours de match
Zone Gardien de But		Corner	Au pied Passe, Centre ou Frappe	Pause Coaching	Non

Passion

Plaisir



REGLEMENT > CHALLENGE & JOUR DE COUPE

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants



Taille du ballon	Taille 4
Nombre de joueurs	8 c 8 (dont un gardien) OBLIGATOIRE
Prise de balle à la main du gardien sur passe en retrait volontaire d'un partenaire	Interdit sinon coup franc indirect Ramené perpendiculairement à la ligne des 13m. Mur autorisé à 6m
La relance du gardien	Uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol > Volée et demi-volée interdite Sinon CF indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13m
Arbitrage	Arbitrage par les éducateurs à la touche + Le rôle de juge de touche est assuré à tour de rôle par les joueurs disponibles, avec possibilité de changement en cours de match
Parents des joueurs et des joueuses	Il est demandé à ce que l'ensemble des parents non-inscrit sur la feuille d'engagement restent à l'extérieur du terrain, derrière la main courante. Ceci dans le but d'éviter de surcharger le terrain.

«Un même temps de pratique pour tous,
un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs»

Passion

Plaisir

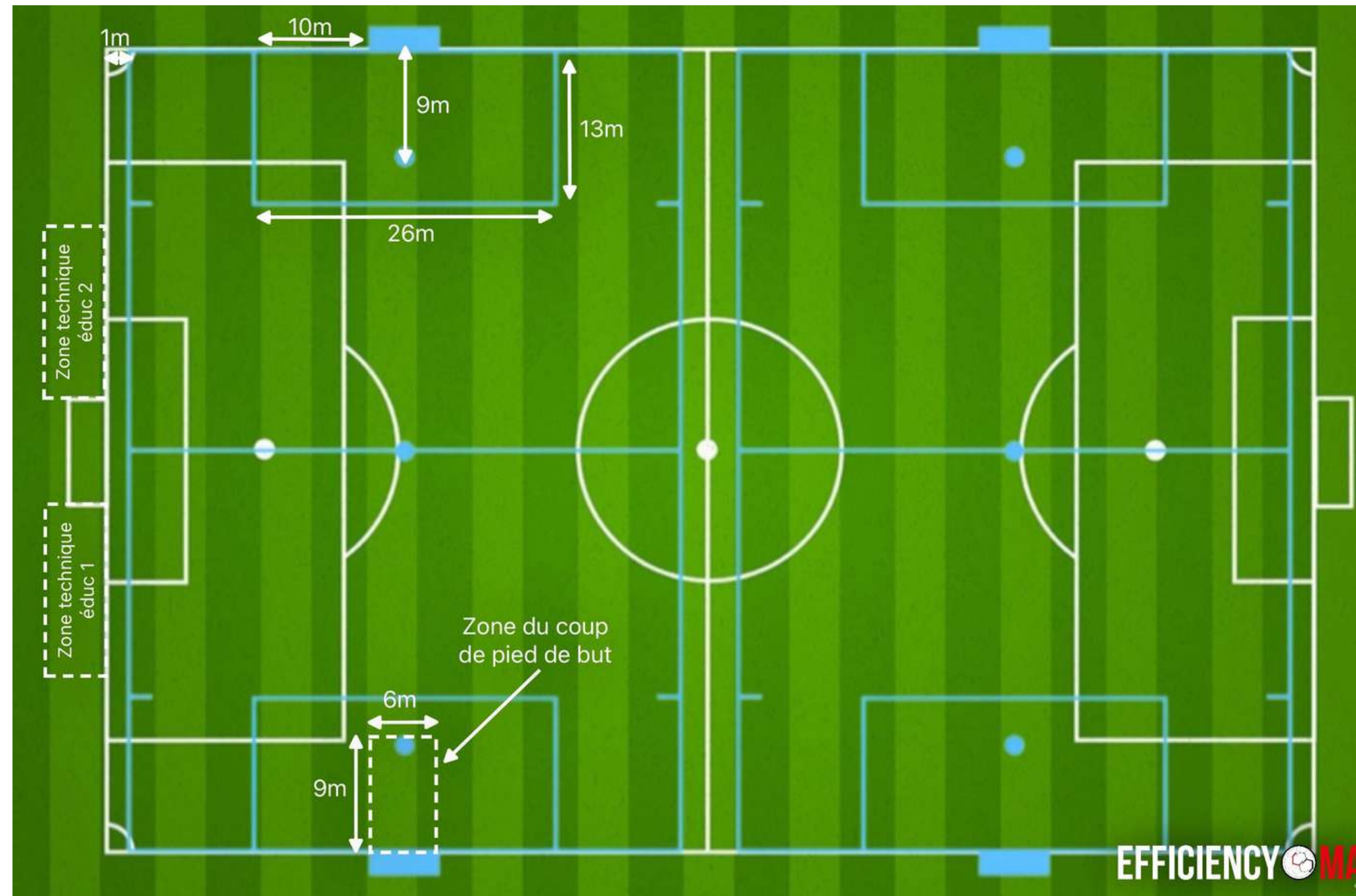


Un Football pour tous les enfants

Guide de la pratique U10 - U11

CHALLENGE

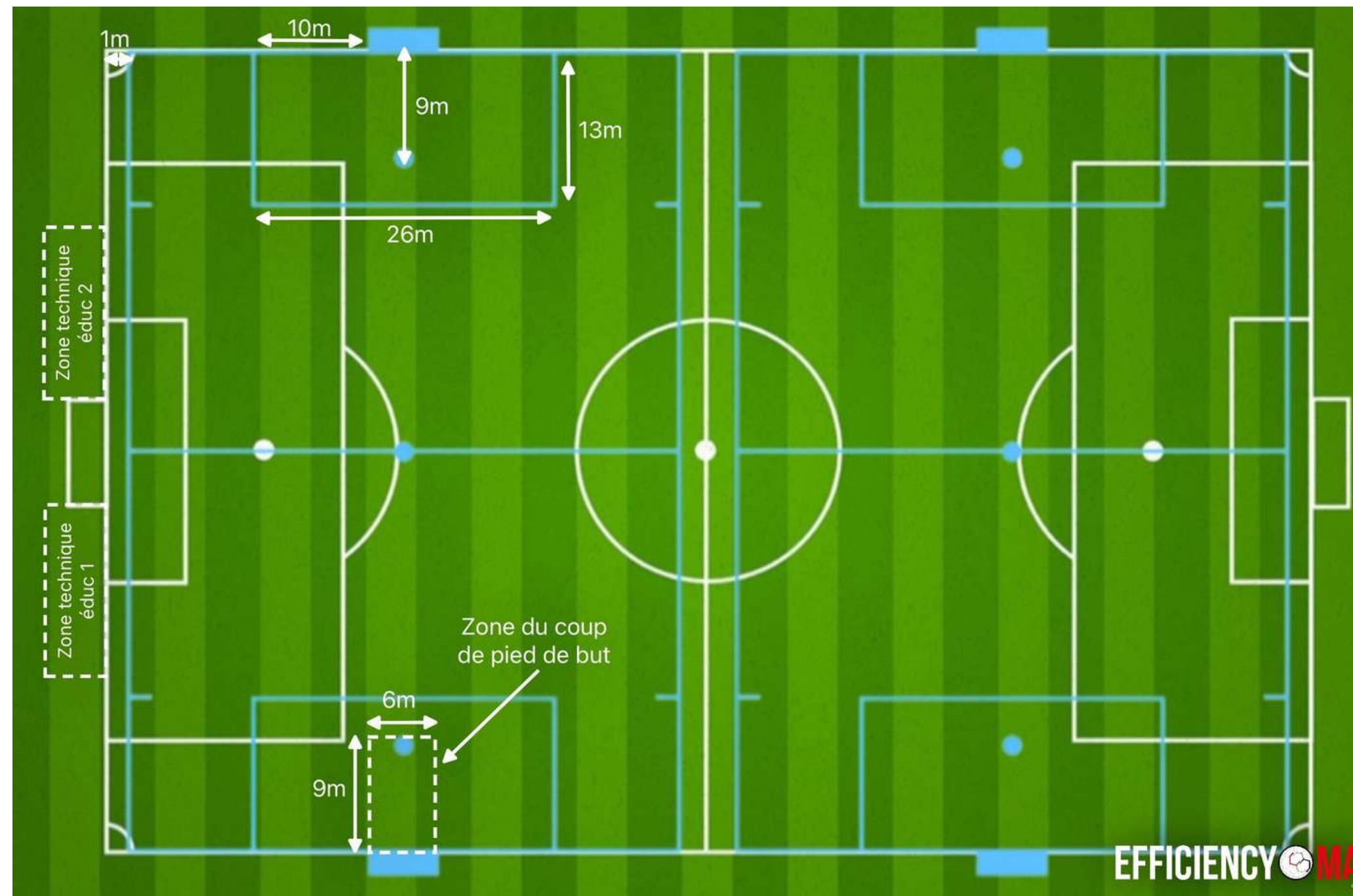
- BRASSAGE



ORGANISATION

- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à 4
 - Chaque rotation dure **20 minutes**
 - Temps de pause entre chaque rotation de **6 minutes maxi**
- Le cadre retenu :**
- Chaque équipe fait le défi technique puis 3 matchs

JOUR DE COUPE



ORGANISATION

- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à 4
- Chaque rotation dure **30 minutes**
- 1 pause coaching par match à la 15'
- Temps de pause entre chaque rotation de **6 minutes maxi**

Le cadre retenu :

- Chaque équipe fait le défi technique puis 2 matchs



REGLEMENT > CHALLENGE 5C5

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants



Taille du ballon	Taille 4 > Ballon Futsal dans la mesure du possible
Nombre de joueurs	5 c 5 (dont un gardien)
Coup d'envoi	Tous les joueurs dans leur propre moitié de terrain excepté le joueur exécutant le coup d'envoi. Il peut se faire en avant, en arrière ou latéralement. Adversaires à au moins 3 mètres du ballon ; sinon : à refaire. Un but peut être marqué directement sur le coup d'envoi.
Règle des 4 secondes	À chaque remise en jeu concernée, le joueur dispose de 4 secondes pour jouer le ballon. L'arbitre effectue un décompte clair et visible. Au-delà de 4 secondes, la remise en jeu est accordée à l'équipe adverse selon le cas prévu par les Lois du Jeu. Situations concernées : Rentrée de touche / Corner / Coup franc (direct ou indirect) / Sortie de but exécutée par le gardien / Possession du gardien dans son camp, à la main ou au pied
Rentrée de touche	Au pied, ballon immobile sur la ligne de touche Un but ne peut pas être marqué directement ; sinon : sortie de but
Sortie de but	A la main, par le GB. Adversaires hors de la surface de réparation ; le ballon est en jeu lorsqu'il a été lancé ou dégagé par le gardien (plus d'obligation que le ballon sorte de la surface de but pour être en jeu) Un but ne peut être marqué directement. Sinon : sortie de but pour l'adversaire
Arbitrage	Arbitrage à 2 arbitres Les arbitres évoluent chacun sur une ligne de touche opposée et suivent le jeu en diagonale. Ils disposent des mêmes pouvoirs, se partagent l'observation du jeu, des fautes, des remplacements et collaborent pour prendre les décisions les plus justes.
Parents des joueurs et des joueuses	Il est demandé à ce que l'ensemble des parents non-inscrit sur la feuille d'engagement restent à l'extérieur du terrain, derrière la main courante. Ceci dans le but d'éviter de surcharger le terrain.

«Un même temps de pratique pour tous,
un droit pour les enfants, un devoir pour les éducateurs»

Passion

Plaisir



LES DIMENSIONS DU TERRAIN > CHALLENGE 5C5

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants

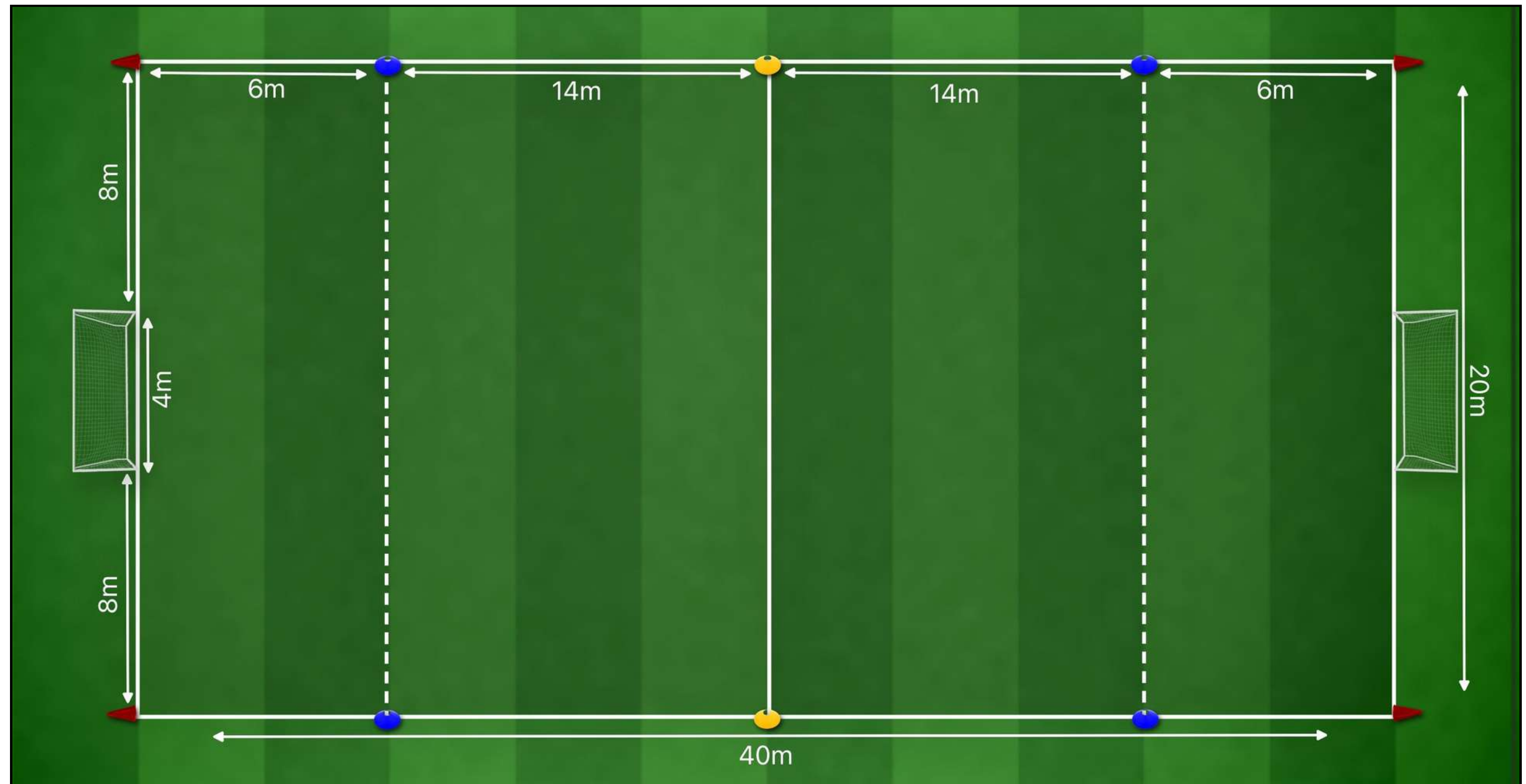
Dimensions du terrain

Longueur : 40m

Largeur : 20m

Zones GDB : 6m

Largeur des buts : 4m



Passion

Plaisir



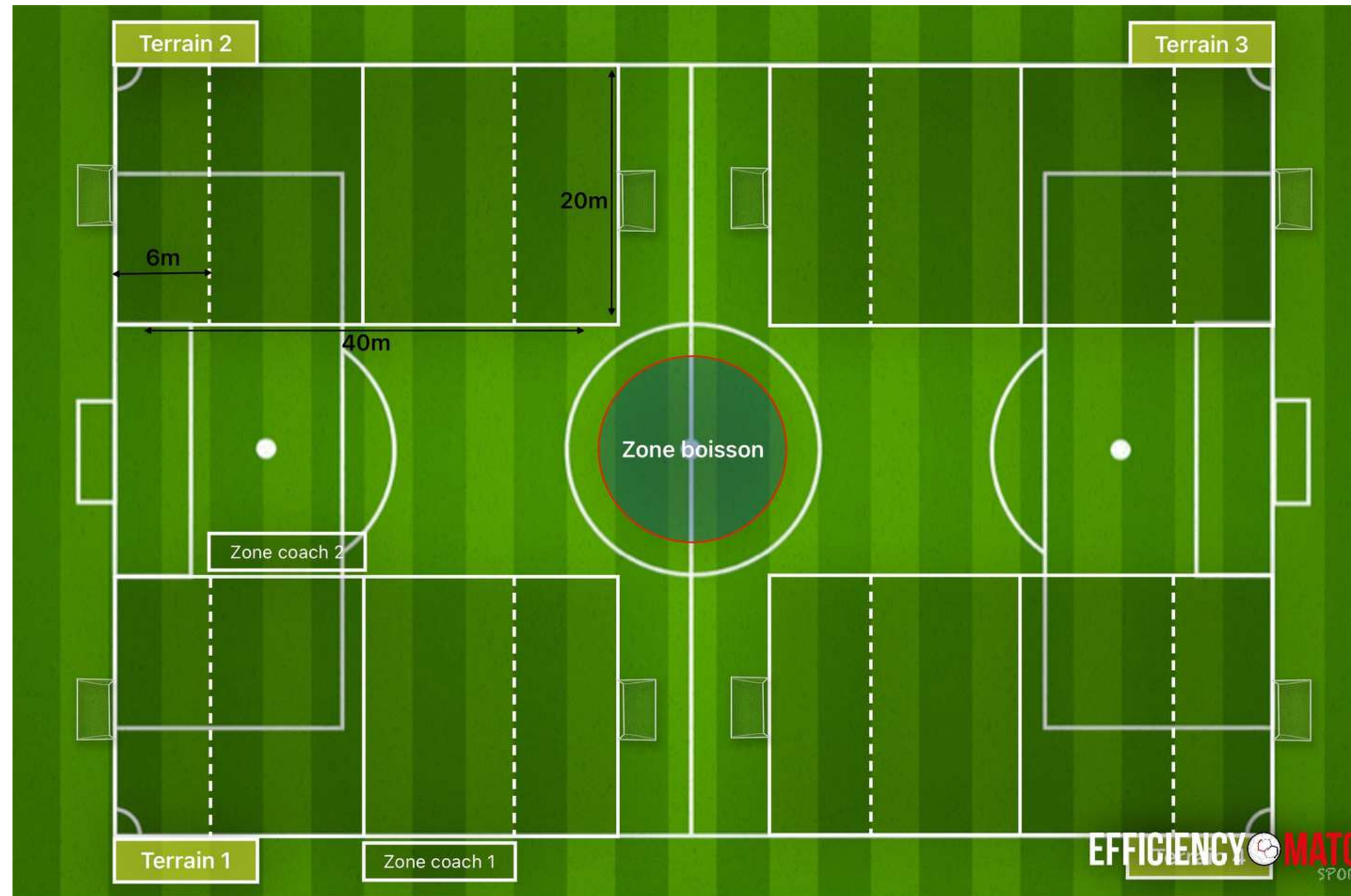
ORGANISATION DU CHALLENGE 5c5

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants

CHALLENGE

- 5C5 (SUR INSCRIPTION)



ORGANISATION

- Attribuer un numéro à chaque équipe de 1 à x selon la formule
 - Chaque rotation dure **12 minutes**
 - Temps de pause entre chaque rotation de **6 minutes maxi**
- Le cadre retenu :**
- Chaque équipe fait 5 matchs

Passion

Plaisir



LES DIFFERENTS DEFIS TECHNIQUES

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants



JONGLERIE

Coordination motricité, maîtrise
et aisance technique du ballon,
concentration, persévérance...



TIRS AU BUT

Réalisation technique, confiance en soi
sous pression, concentration et gestion
des émotions, prise de décision...



DESCRIPTION DE L'ATELIER

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants

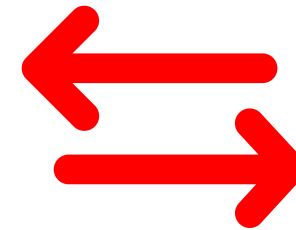
GRANDS PRINCIPES

- 2 essais par joueur - seul le meilleur essai est pris en compte
- 1 jeune face à 1 autre par numéro
- Comptage des jongles par le joueur en attente
- Résultats inscrits sur la feuille de rencontre par l'arbitre ou l'éducateur avant le coup d'envoi
- 1 ballon pour 2 ou 12 ballons par terrain
- 1 feuille de jongleries (sur les feuilles de présence)
- 1 terrain football à 8
- Départ > au pied sauf pour la tête
- Adaptations possibles selon les niveaux
- Aucun rattrapage
- Après chaque contact avec le ballon, le pied doit toucher le sol



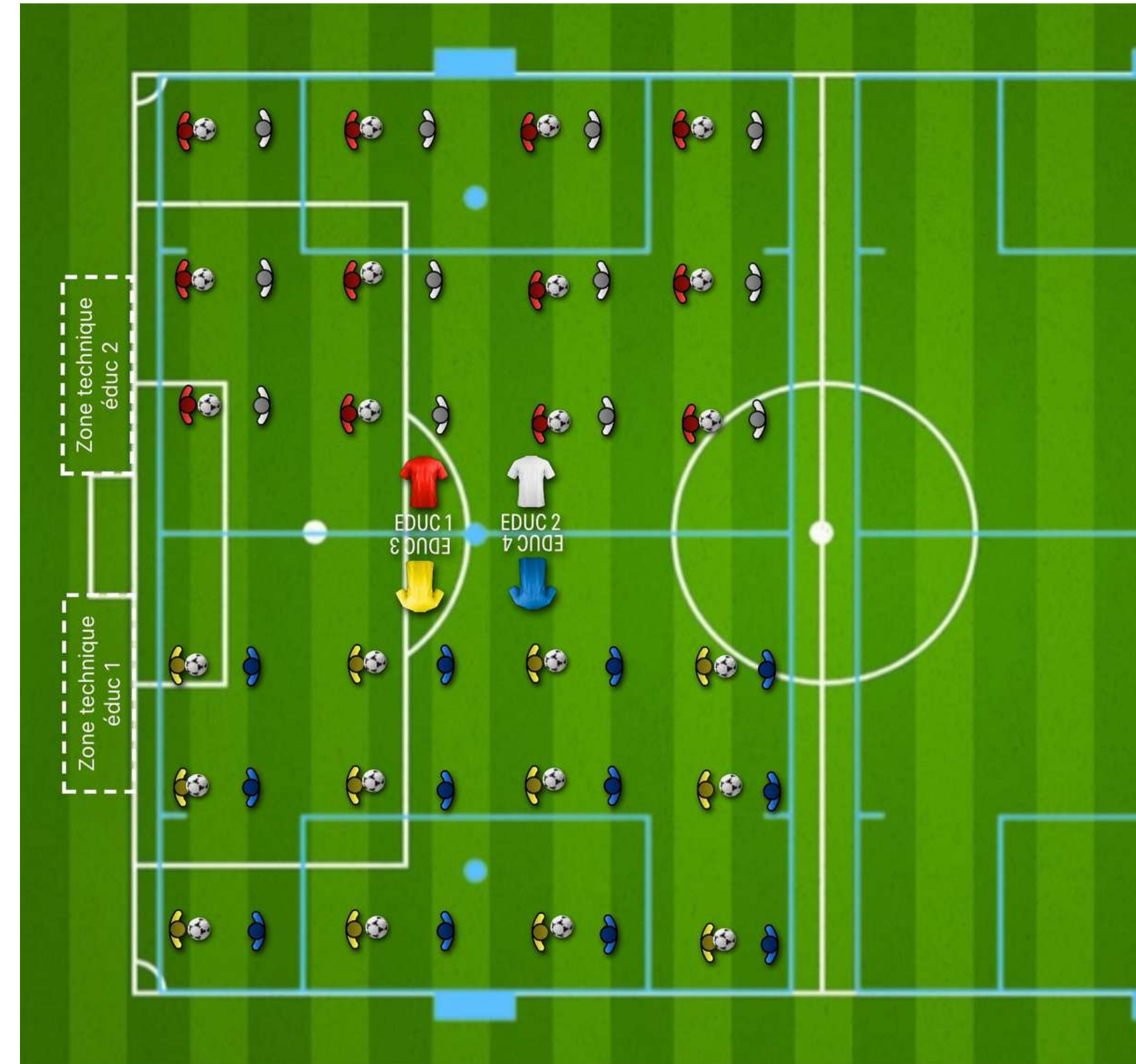
JONGLERIE

TRANSFÈRE SUR LE TERRAIN



ROLE DES EDUCS

- Superviser son équipe tout au long du défi
- Veiller au respect de l'ordre de passage afin que tous les joueurs réalisent leurs deux essais
- S'assurer du respect des consignes et des règles de réalisation
- Superviser et valider le comptage des jongles effectué par les joueurs
- Encourager les joueurs avant, pendant et après chaque tentative
- Favoriser un climat de confiance, de plaisir et de fair-play en valorisant les efforts et les progrès de chacun



Passion

OBJECTIFS U11		
Pied droit	Pied gauche	Alterner
30	30	30

Guide de la pratique U10 - U11

Plaisir



DESCRIPTION DE L'ATELIER

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants

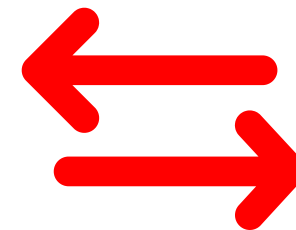
GRANDS PRINCIPES

- 3 équipes.
- 3 gardiens (un gardien par équipe)
- 3 buts de football à 8
- Chaque équipe se place face à un but et réalise sa série de tirs simultanément
- Chaque équipe effectue 6 tirs lors de la première série
- L'éducateur donne un coup de sifflet avant chaque tir
- Changement de but pour la deuxième série
- Chaque équipe effectue à nouveau 6 tirs
- Tous les joueurs doivent avoir tiré avant qu'un joueur ne réalise un second tir



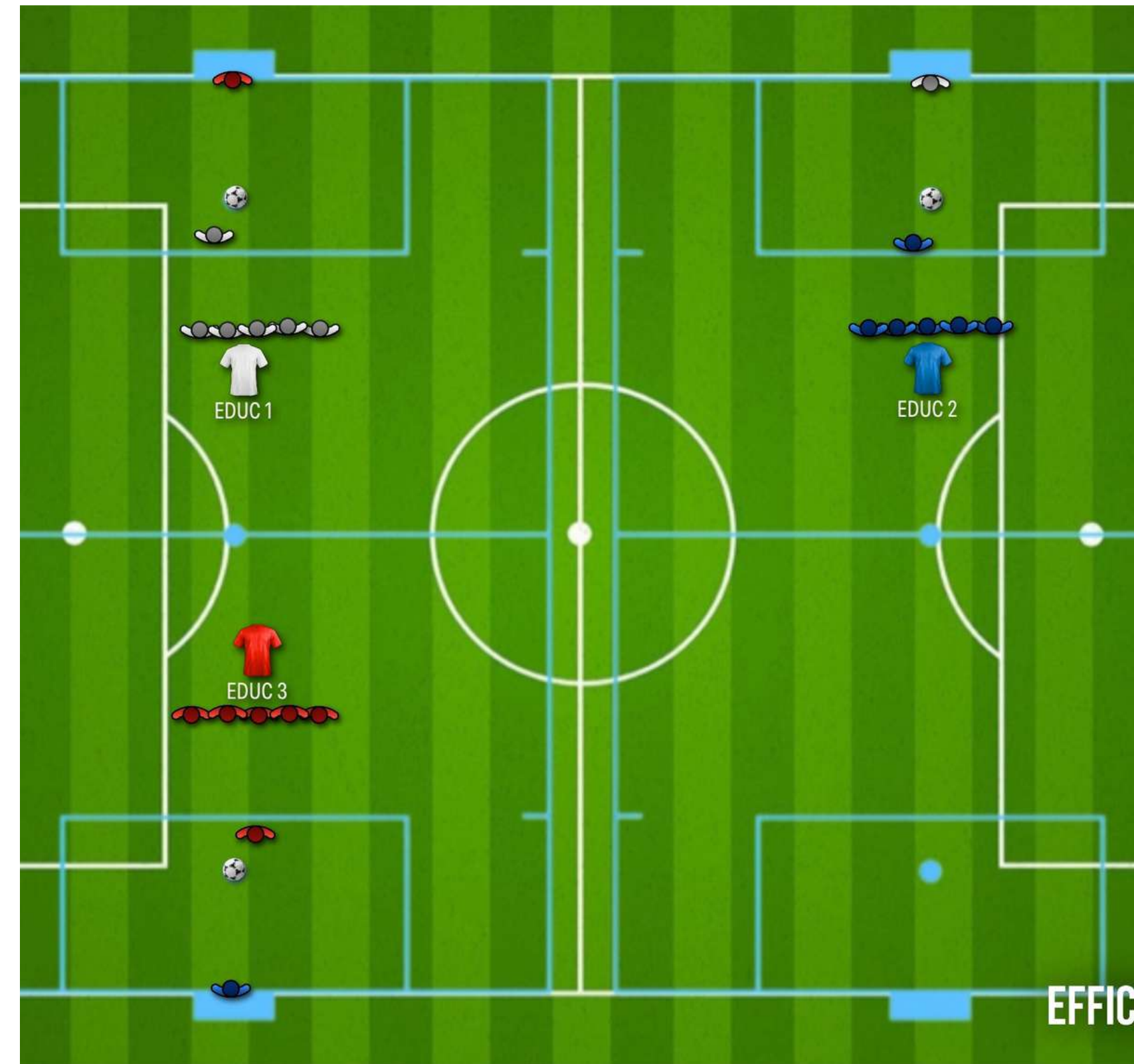
TIRS AUX BUTS

TRANSFERE SUR LE TERRAIN



ROLE DES EDUCS

- Accompagner et encadrer son équipe tout au long du défi.
- Veiller au respect de l'ordre de passage afin que tous les joueurs réalisent leurs tirs.
- Comptabiliser le nombre de buts marqués par son équipe.
- Encourager les joueurs avant, pendant et après chaque tentative.
- Valoriser la prise d'initiative et la prise de risque, quel que soit le résultat du tir.
- Favoriser un climat de confiance et de plaisir.
- Sensibiliser les joueurs au respect des adversaires, des gardiens et des décisions prises.



Passion

Plaisir



DISPOSITION FINANCIERE & REGLEMENTAIRE

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants

Conformément au Règlement Financier du District de l'Aube de Football, tout club peut se voir appliquer une amende dans les cas suivants :



LE DISPOSITIF

1. Une équipe est absente du plateau sans avoir prévenu l'organisateur au préalable ;
2. Le club est totalement absent sans excuse, ou a prévenu après le vendredi midi précédant le plateau ;
3. Une feuille d'équipe comporte une absence ou une erreur de numéro de licence ;
4. Le compte-rendu de plateau n'a pas été transmis, ou l'a été hors délai ;
5. Les documents transmis (feuille d'équipes, compte-rendu) sont illisibles ou incomplets ;
6. L'équipe se présente sans éducateur qualifié ou en nombre insuffisant d'encadrants ;
7. Un retard important est constaté sans en avoir informé l'organisateur ;
8. Un comportement antisportif d'un éducateur, dirigeant ou parent est constaté et signalé par l'organisateur du plateau.

Il appartient à l'éducateur de veiller à ce que les documents d'organisation (feuille d'équipes et compte-rendu de plateau) soient complets, lisibles et transmis dans les délais impartis.



La Commission Foot Animation consulte chaque semaine l'ensemble des documents transmis par les clubs, afin d'accompagner ces derniers dans le respect des démarches à suivre et d'identifier, le cas échéant, d'éventuelles difficultés d'organisation.

*Le montant des amendes applicables est fixé par le Règlement Financier du District, consultable auprès du secrétariat.
Toute contestation doit être adressée par écrit à la Commission compétente dans les délais impartis.*

Passion

Plaisir



LIENS INDISPENSABLES

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants



PEF

PROGRAMME EDUCATIF FEDERAL



DISTRICT AUBE DE FOOTBALL

RETROUVER SON PLATEAU



DISTRICT AUBE DE FOOTBALL

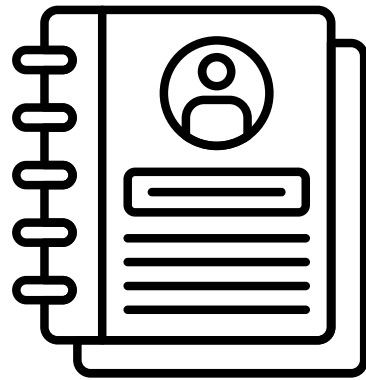
FORMATIONS D'EDUCATEURS(TRICES)



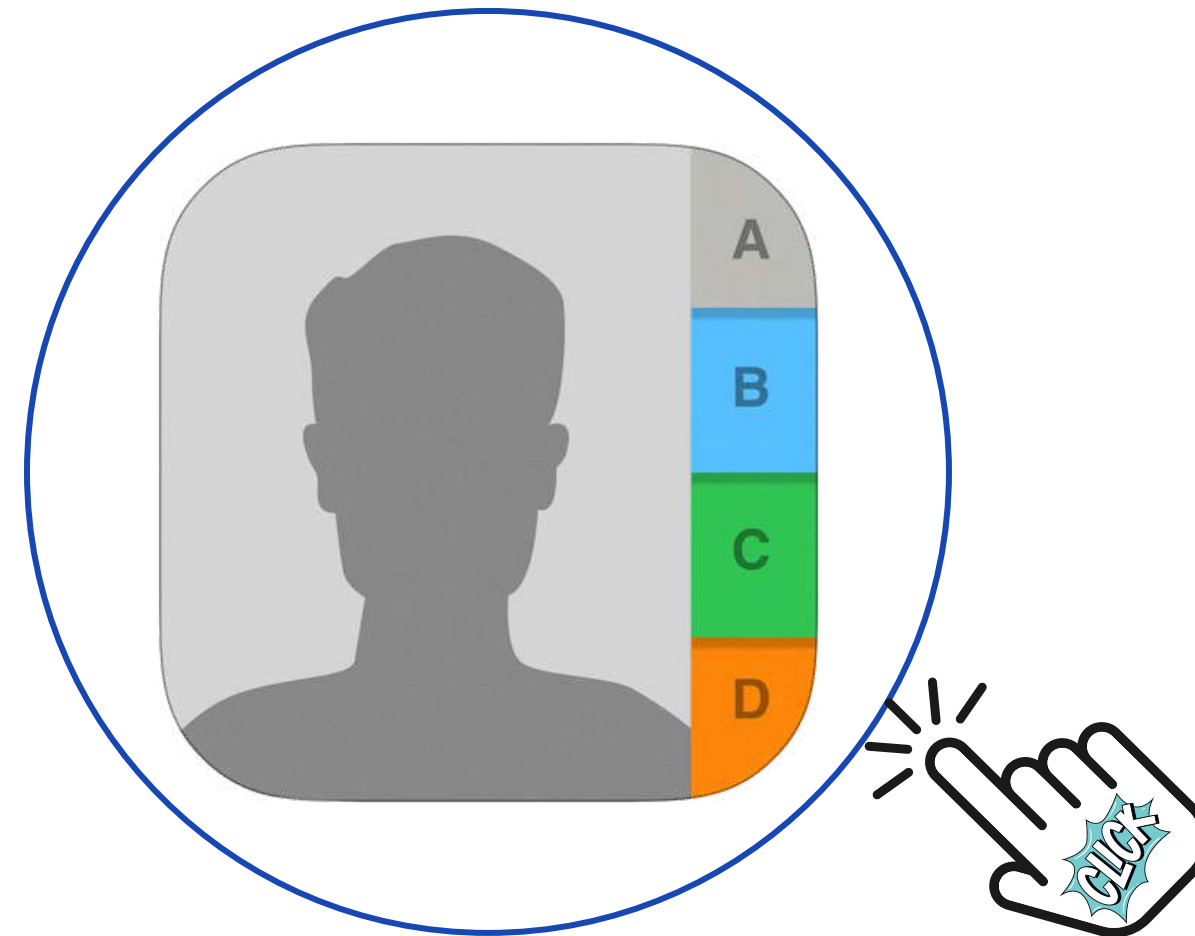
Type d'épreuve : Cliquer sur > Foot Animation & Loisir
Choisir votre club dans la liste déroulante
Puis sélectionner la catégorie concernée

Passion

Plaisir



UTILISATION DU RÉPERTOIRE DES CONTACTS



Ce document met à disposition les coordonnées des responsables techniques, éducateurs/éducatrices et secrétaires des clubs afin de faciliter l'organisation de la pratique, la communication entre clubs et le bon déroulement de la saison.

Les informations qu'il contient sont destinées exclusivement à un usage lié aux activités footballistiques de la pratique.

Chaque utilisateur s'engage à respecter :

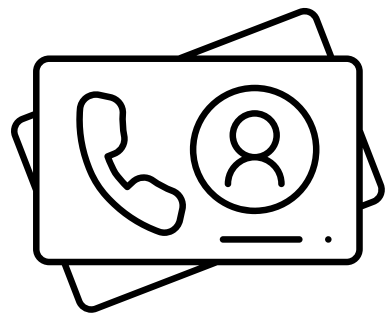
- La confidentialité de ces données
- À ne pas les diffuser à des tiers sans accord préalable
- À les utiliser dans un esprit de collaboration, de respect et de bienveillance.



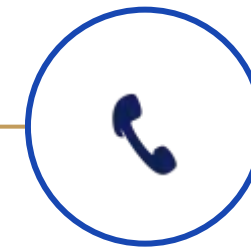
CONTACTS PRATIQUES

U10 - U11

Un Football pour tous les enfants



EMAIL



TÉLÉPHONE

BUEB ANTHONY

CTD DAP - Référent Foot des enfants

ctdap@district-aube.fff.fr

03 25 78 41 75

THOMAS ETIENNE

Président Commission Foot Animation

footanimation@district-aube.fff.fr

/

PP

CT DEVELOPPEMENT

...

...

BOUGE CEDRIC

Collaborateur Administratif

direction@district-aube.fff.fr

03 25 78 44 06

Un Football pour tous les enfants

Passion

Plaisir