

U10

U11

LE CHALLENGE U10-U11

SAISON 2026-2027

ORGANISER UN PLATEAU QUOI ET COMMENT ?



U10-U11 / Garçons et Filles
Saison 2026-2027



U10-U11 – Sur le plan administratif – Avant le Challenge

U10-U11

Un Football pour tous les enfants

Connaitre les lois du jeu et les appliquer

LOIS DU JEU DU FOOT À 8

CATÉGORIE U10 – U13

JOUEUR / JOUEUSE
 - U10-U11 : U10-U11 G et F / 3 U9 G ou F par équipe / U12F / Mixité autorisée
 - U12-U13 : U12-U13 G et F / 3 U11 G ou F par équipe / U14F / Mixité autorisée

DURÉE
 U10-U11 : 60 min
 U12-U13 : 70 min

BUTS
 6m x 2,10m

BALLON
 Taille 4

CLASSEMENT
 U10-U11 : Classement à la journée
 U12-U13 : Classement sur la phase

FAIR-PLAY
 Check main au début et à la fin de chaque rencontre

LE GARDIEN DE BUT
 Prise de balle à la main suite à une passe d'un partenaire interdite. Relance uniquement à la main ou au pied sur ballon posé au sol. Sinon CF indirect ramené perpendiculairement sur la ligne des 13m. Volée et demi-volée interdite.

SURFACE DE RÉPARATION
 26 x 13m

TOUCHE
 à la main

COUP DE PIED DE BUT
 Ballon arrêté dans la zone virtuelle 6m x 9m (délimitée par la longueur des montants du but et le point de réparation)

CORNER
 Au pied, adversaire à 6 mètres

TACLES
 autorisés

COUP FRANC
 Direct et indirect. Adversaire à 6m.

PENALTY
 à 9 mètres

ENGAGEMENT
 Au milieu du terrain, interdiction de marquer directement

HORS-JEU
 à la ligne médiane

JEU DE TÊTE
 toléré

REPLACEMENTS
 illimité / Max 4 suppléants

PAUSE COACHING
 U10/U11 : pas de pause coaching excepté sur « Jour de Coupe »
 U12-U13 : 2 min au milieu de chaque période

ARBITRAGE
 À la bouche : Enfant Tutoré
 Centre : Jeune ou Adulte
 Tournoi 8v8 : arbitrage à 2 au centre (un 1/2 terrain par enfant)

DIMENSIONS DU TERRAIN
 1/2 terrain de foot à 11
 60 à 70 mètres en longueur
 45 à 50 mètres en largeur

RETROUVEZ LES RÈGLES ET LES LOIS DU JEU DEPUIS VOTRE TÉLÉPHONE PORTABLE !

FLASHES !

Cliquez sur l'image

Le club recevant prépare la Feuille de Challenge

FEUILLE DE CHALLENGE 1/2

District : Saison :
 Épreuve / Phase : Date :
 Secteur : Pools :
 Journée : Horaire :
 Installation :

Club Organisateur : Responsable du challenge : Nom Prénom : N° de licence :

Equipe	Résultat	Equipe	Défi match	Vainqueur défi match
			☐	
			☐	
			☐	
			☐	
			☐	

Remarques du responsable du challenge :

Signature responsable du challenge :

ÉVALUATION GLOBALE DU CHALLENGE

Organisateur et centres du challenge (impact de l'organisation des clubs / matériel / conditions / climat / sports / relations, ...)

Noter de 1 à 5 (1 étant la meilleure note)

Ne compléter que les cases correspondant à votre organisation district.

Vous trouverez ces documents directement dans FAL

FEUILLE DE CHALLENGE 2/2

ÉQUIPE 1 :

N°	Nom	Prénom	N° de licence	Blessure
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

Nom Responsable : N° de licence :

ÉQUIPE 2 :

N°	Nom	Prénom	N° de licence	Blessure
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

Nom Responsable : N° de licence :

ÉQUIPE 3 :

N°	Nom	Prénom	N° de licence	Blessure
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

Nom Responsable : N° de licence :

ÉQUIPE 4 :

N°	Nom	Prénom	N° de licence	Blessure
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				

Nom Responsable : N° de licence :

Les clubs visiteurs remplissent et signent la Feuille de Challenge

Passion

ORGANISATION DU CHALLENGE U10-U11 G & F

Plaisir



VOS RÉFÉRENTS DE SECTEUR *U10-U11*



SECTEUR NORD
(Boulonnais/Calaisis)

PIERRE-ANDRÉ MAILLARD

ref-u11.nord@cotedopale.lfhf.fr



SECTEUR SUD
(Audomarois/Canche Auhtie)

David VAESKEN

ref-u11.sud@cotedopale.lfhf.fr





ROTATION N°1

DÉFI JONGLERIE

Organisation :

- Pour le bon fonctionnement du Défi, chaque équipe devra venir au minimum avec 4 ballons chacune
- A l'arrivée des équipes, on tire au sort pour déterminer qui sera l'équipe A, l'équipe B, l'équipe C et l'équipe D.
- Sur le terrain, les équipes A et B feront le Défi jonglerie ensemble, et les équipes C et D ensemble.
- **Le Défi Jonglerie n'est réalisé qu'UNE SEULE FOIS au début du Challenge.**
- Les joueur(se)s de chaque équipe se range dans l'ordre du meilleur jongleur(se) au moins bon. Les duos formés se serrent la main et échangent leur prénom, ils partent ensuite pour le Défi.
- L'éducateur lance le chrono en même temps pour tout le monde.
- Chaque joueur aura 2 essais d'1 minute. Ils peuvent démarrer ballon à la main ou ballon au sol.
- Surfaces de contact autorisées : Pieds, genoux et poitrine
- La **tête** est **interdite** !!!
- Le pied de frappe doit toucher le sol entre chaque contact avec le ballon. Le joueur doit réaliser le plus de jonglages possibles. Si son ballon tombe, il reprend le comptage là où il était arrivé (Ex : 1, 2, 3, 4, le ballon tombe, il le reprend, 5, 6, 7, etc... pendant 1 minute.
- Une fois que tous les joueur(se)s ont réalisé leurs 2 essais, ils se remettent en colonne par duo, et celles/ceux qui ont remporté leur Défi lèvent le bras. L'éducateur compte les points. Les 2 équipes ayant remporté leur Défi Jonglerie marqueront 2 points supplémentaires au classement du Challenge.
- Le Défi Jonglerie dure entre 10 et 15 minutes, il faut le commencer avant 11h, afin de pouvoir lancer les premiers matchs à l'heure.



Vidéo explicative : <https://youtu.be/PEP2IIXUyWg>

Organisation :

- Pour le bon fonctionnement du Défi, chaque équipe devra venir au minimum avec 4 ballons chacune
- A l'arrivée des équipes, on tire au sort pour déterminer qui sera l'équipe A, l'équipe B et l'équipe C.
- Sur le terrain, les 3 équipes feront le Défi jonglerie ensemble.
- **Le Défi Jonglerie n'est réalisé qu'UNE SEULE FOIS au début du Challenge.**
- Les joueur(se)s de chaque équipe se range dans l'ordre du meilleur jongleur(se) au moins bon. Les trios formés se serrent la main et échantent leur prénom, ils partent ensuite pour le Défi.
- L'éducateur lance le chrono en même temps pour tout le monde.
- Chaque joueur aura 2 essais d'1 minute. Ils peuvent démarrer ballon à la main ou ballon au sol.
- Surfaces de contact autorisées : Pieds, genoux et poitrine
- La **tête** est **interdite** !!!
- Le pied de frappe doit toucher le sol entre chaque contact avec le ballon. Le joueur doit réaliser le plus de jonglages possibles. Si son ballon tombe, il reprend le comptage là où il était arrivé (Ex : 1, 2, 3, 4, le ballon tombe, il le reprend, 5, 6, 7, etc... pendant 1 minute.
- Une fois que tous les joueur(se)s ont réalisé leurs 2 essais, ils se remettent en colonne par trio, et celles/ceux qui ont remporté leur Défi lèvent le bras. L'éducateur compte les points. L'équipe ayant remporté leur Défi Jonglerie marquera 2 points supplémentaires au classement du Challenge.
- Le Défi Jonglerie dure entre 10 et 15 minutes, il faut le commencer avant 11h, afin de pouvoir lancer les premiers matchs à l'heure.



Vidéo explicative : <https://youtu.be/PEP2IIXUyWg>



ROTATIONS N°2 À 4

MATCHS

Pratique : 8 v 8 dont GB

Espace de jeu : Terrain Foot à 8

Nbre d'équipes : 4

Contenu :

- Rotation 1 : Défi jonglerie au début
- 3 matchs de 20 min – 5 min de pause maxi
 - Rotation 2 : Match : A v B et C v D
 - Rotation 3 : Match : A v C et B v D
 - Rotation 4 : Match : B v C et D v A

Classement à la journée

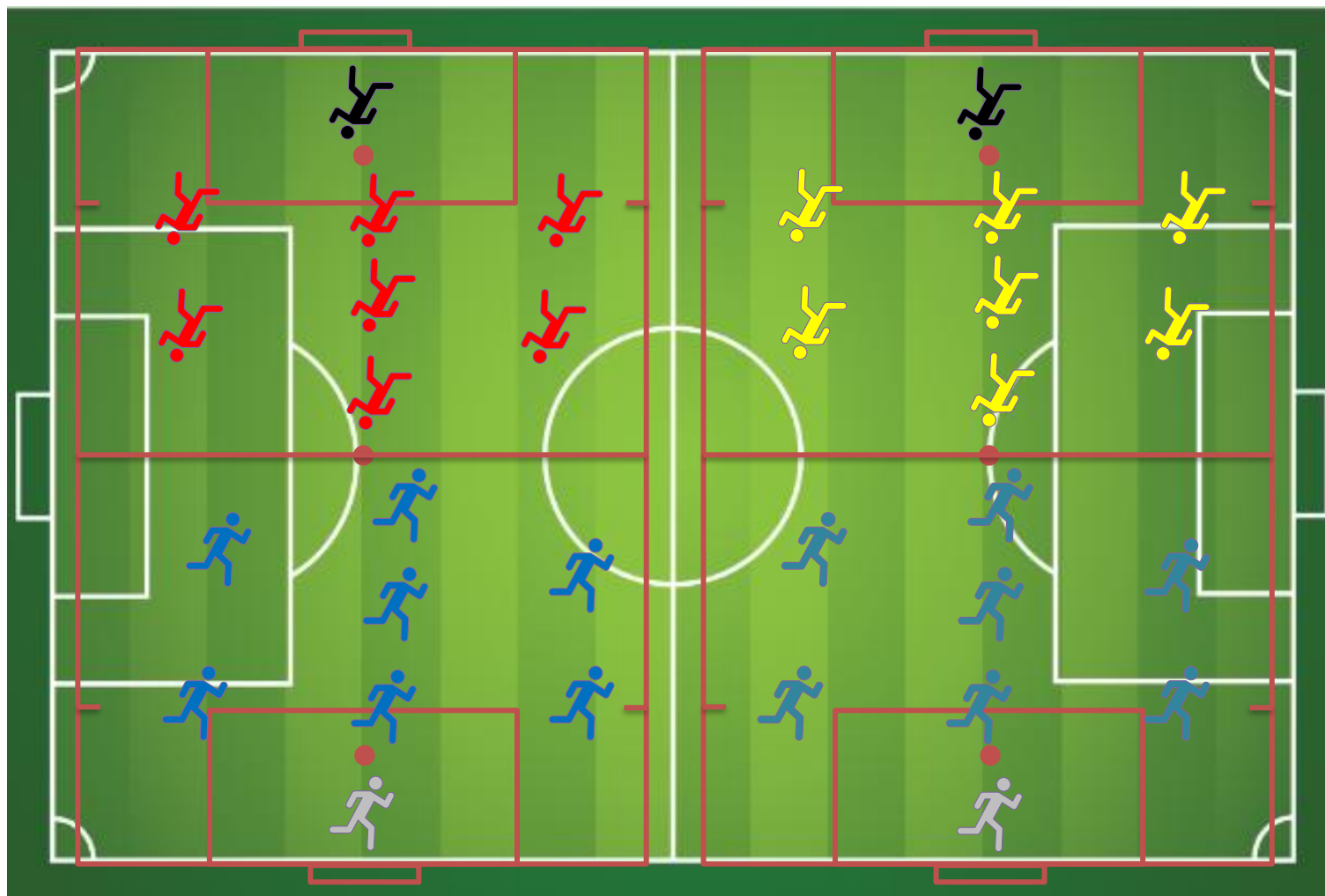
- Rencontre : V = 4 pts , N = 2 pts et D = 1 pt
- Jonglerie : 2 pts

Lois du jeu :

- Football à 8

Conseils Niveau :

- Challenge avec des équipes de même niveau



U10

U11

ORGANISATION À 4 ÉQUIPES

3 ROTATIONS DE 20 MINUTES - TOUTES LES ÉQUIPES SE RENCONTRENT

LE PLATEAU

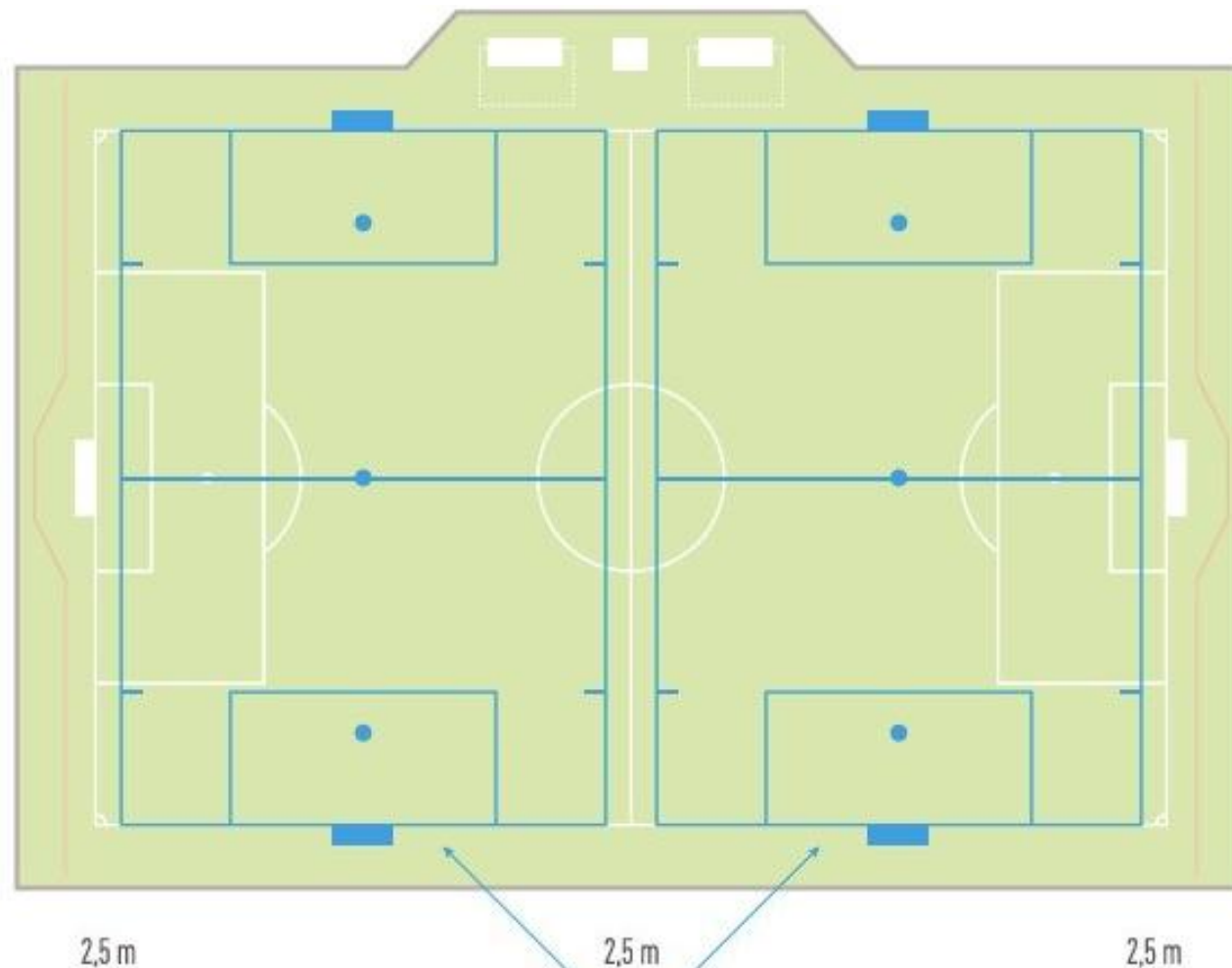
Ordre à respecter pour toutes les équipes

Protocole DEBUT DE PLATEAU

Séquence n°1	Défi Jonglages
Séquence n°2	Rencontre 1 A-B & C-D
Séquence n°3	Rencontre 2 A-C & B-D
Séquence n°4	Rencontre 3 A-D & B-C

Protocole FIN DE PLATEAU

NOUVEAUTÉ
HORS-JEU à la MÉDIANE



2 terrains de foot à 8
intégrés à un terrain de foot à 11

Pratique : 8 v 8 dont GB

Espace de jeu : Terrain Foot à 8

Nbre d'équipes : 3

Contenu :

- Rotation 1 : Défi jonglerie au début
- 3 matchs de 30 min – 5 min de pause maxi
 - Rotation 2 : Match : A v B et C repos
 - Rotation 3 : Match : A v C et B repos
 - Rotation 4 : Match : B v C et A repos

Classement à la journée

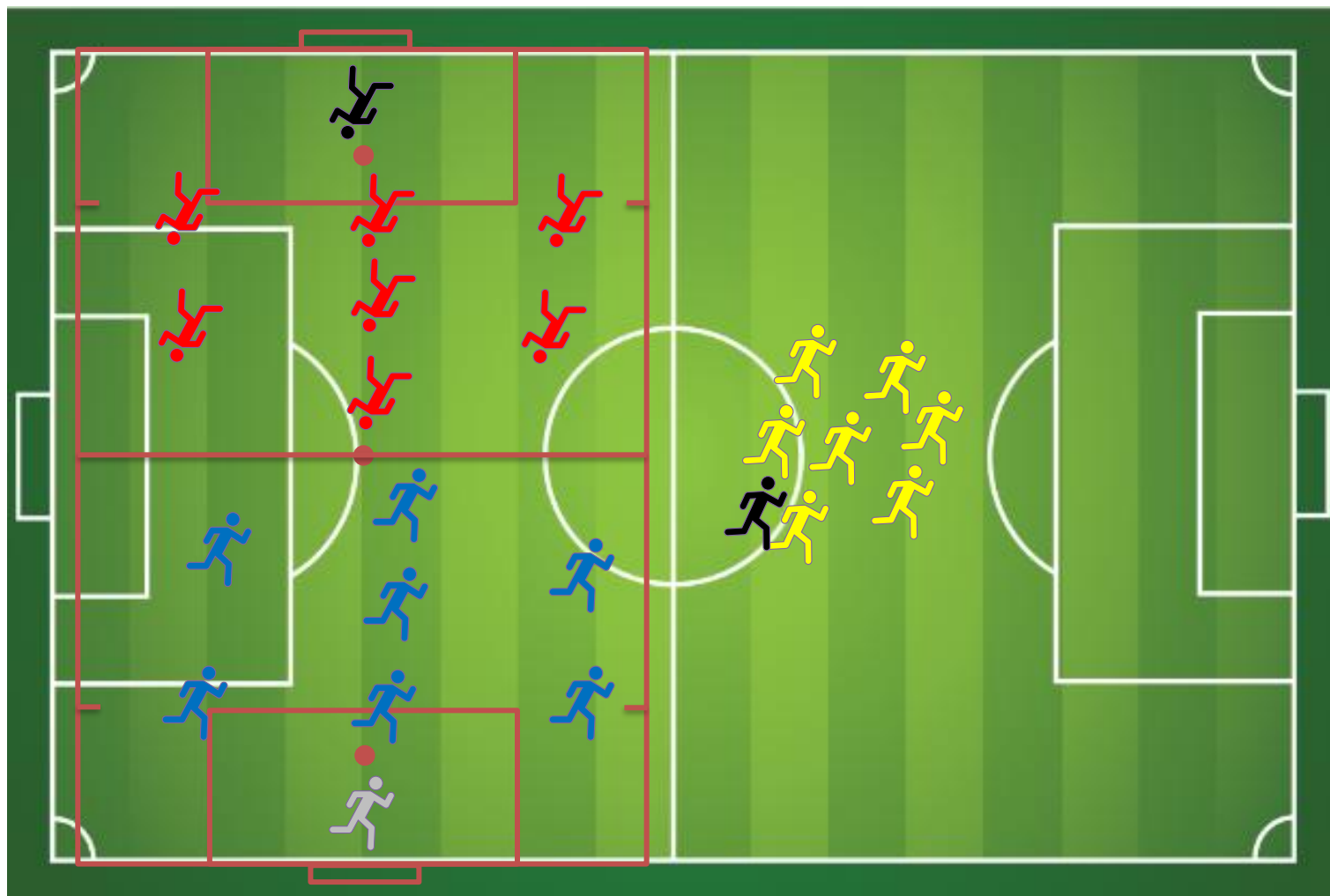
- Rencontre : V = 4 pts , N = 2 pts et D = 1 pt
- Jonglerie : 2 pts

Lois du jeu :

- Football à 8

Conseils Niveau :

- Challenge avec des équipes de même niveau



U10

U11

ORGANISATION À 3 ÉQUIPES

3 ROTATIONS DE 30 MINUTES - TOUTES LES ÉQUIPES SE RENCONTRENT

LE PLATEAU

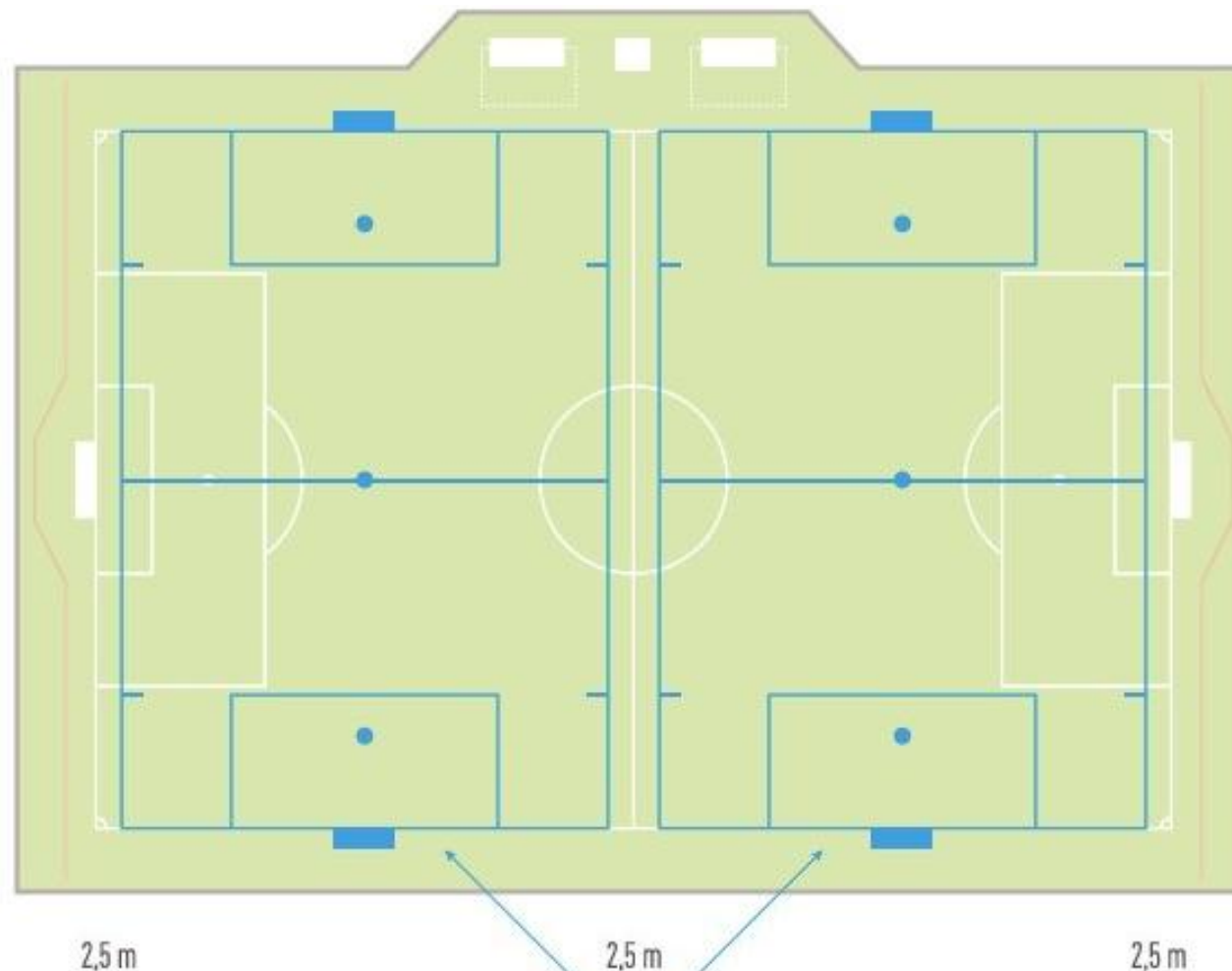
Ordre à respecter pour toutes les équipes

Protocole DEBUT DE PLATEAU

Séquence n°1	Défi Jonglages
Séquence n°2	Rencontre 1 A-B & C au repos
Séquence n°3	Rencontre 2 A-C & B au repos
Séquence n°4	Rencontre 3 B-C & A au repos

Protocole FIN DE PLATEAU

NOUVEAUTÉ
HORS-JEU à la MÉDIANE



2 terrains de foot à 8
intégrés à un terrain de foot à 11

Le club recevant transmet la feuille de Challenge dans FAL, pour le lundi soir au plus tard.

ATTENTION, il faut bien penser à cocher les présences ou absences pour pouvoir ajouter ensuite la feuille de plateau !!!

Il rentre les scores des rencontres et coche la case « *Vainqueur Défi Global* » de la ou des équipes ayant remporté le Défi Jonglerie.

Pour transmettre plusieurs documents, c'est possible, mais il faudra les enregistrer dans 1 seul et même fichier. Pour cela, vous pouvez utiliser l'application pour Android « **ADOBE SCAN** »

FEUILLE DE CHALLENGE 1/2

District: Saison:
 Eprouve / Phase: Date:
 Secteur: Horaire:
 Journée:
 Installation:

Club Organisateur: Responsable du challenge: Nom Prénom: N° de licencié:

Équipe	Résumé	Équipe	Défi match	Vainqueur défi match
			☐	
			☐	
			☐	
			☐	
			☐	

Remarque du responsable du challenge:

Signature responsable du challenge:

Défi Global

Nom de l'équipe	Ordre	NOM Prénom	N° de licencié

Arbitres

NOM Prénom	N° de licencié

ÉVALUATION GLOBALE DU CHALLENGE

Organisation et contenu du challenge (seul ou à l'initiative du club):

Équipement (ballon, filets, etc.):

Classement (points, classement, etc.):

Noter de 1 à 5 (1 est le meilleur, 5 le moins):

Ne compléter que les cases correspondant à votre organisation district.

FEUILLE DE CHALLENGE 2/2

ÉQUIPE 1:

Nom	Prénom	N° de licencié	Blessure
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Nom Responsable: N° de licencié:

ÉQUIPE 2:

Nom	Prénom	N° de licencié	Blessure
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Nom Responsable: N° de licencié:

ÉQUIPE 3:

Nom	Prénom	N° de licencié	Blessure
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Nom Responsable: N° de licencié:

ÉQUIPE 4:

Nom	Prénom	N° de licencié	Blessure
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Nom Responsable: N° de licencié: