



EQUIPE A :

1

EQUIPE B :

J	DATES*	DEFIS
1	19/03/2022	Tir en mouvement
2	26/03/2022	Circuit en 8
Fest Dép	02/04/2022	Festival Départemental
3	09/04/2022	Jonglage en mouvement
4	30/04/2022	Tir en mouvement
5	07/05/2022	Circuit en 8
6	21/05/2022	Jonglage en mouvement
7	28/05/2022	Tir en mouvement

* Entourer la date du plateau

2

RESULTAT DU DEFI

Equipe A		Equipe B	
1		1	
2		2	
3		3	
4		4	
5		5	
6		6	
7		7	
8		8	
9		9	
10		10	
11		11	
12		12	
Total		Total	

ATTRIBUTION DES POINTS DU DEFIS		
DEFI JONGLERIE PIEDS + TETE	> 400	3 points
	≤ 400 et > 250	2 points
	≤ 250	1 points
	NON Réalisé	0 point
DEFI CIRCUIT EN 8 DEFI TIR DEFI JONGLAGE EN MOUVEMENT	Premier	3 points
	Second	1 points
	NON Réalisé	0 point

DEFI EQUIPE A	DEFI EQUIPE B
..... Points Points

3

RESULTAT DU MATCH

	EQUIPE A	EQUIPE B
Nombre de Buts Buts Buts
Victoire : 3Points - Egalité: 2 points - Défaite: 1 point		
Nombre de Points Points Points

REMARQUES:

4

RESULTAT DU PLATEAU

Le Résultat ci-dessous est à saisir sur FootClubs

EQUIPE A	EQUIPE B	
..... Points	Total des Points DEFI + MATCH Points
EQUIPE A	EQUIPE B	
.....	Noms des Dirigeants
Signatures		

FEUILLE "LICENCES" - U12F PHASE N°1 - Saison 2021 - 2022

Joueuses nées en 2010, 2011 et 2012



Poule :

Date : / /

Lieu :

EQUIPE A :

EQUIPE B :

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

E= Educateur - D= Dirigeant

E= Educateur - D= Dirigeant

E		E	
D		D	

ARBITRE DU MATCH

A	Nom - Prénom	N° de licence
---	--------------	---------------

REMARQUES GENERALES SUR LE PLATEAU : (état-d'esprit sur le terrain, en dehors du terrain, déroulement du défi, 13ème joueur présent, arbitrage par des jeunes, autre...)

Signature responsable équipe A Contrôle des licences effectué <input type="checkbox"/> (cocher la case)		Signature responsable équipe A Contrôle des licences effectué <input type="checkbox"/> (cocher la case)	
Avant match	Après match	Avant match	Après match

Feuille "LICENCES" à transmettre via footclubs en tant que feuille de match principale dans les 48h après la rencontre accompagnée de la feuille "RESULTATS".

LE DEFI TIR EN MOUVEMENT EN U12F

EXPLICATION DE LA MISE EN PLACE DU DEFI

Chaque joueur doit mettre le ballon en mouvement et tirer au but.

* Les 2 équipes sont concernées en même temps par ce défi.

* Le club recevant mettra en place l'atelier comme indiqué dans le croquis ci-dessous.

* Les joueuses de chaque équipe sont placées dans l'ordre de la feuille de match. Toutes les joueuses participent. Un tir par joueuse y compris la gardienne.

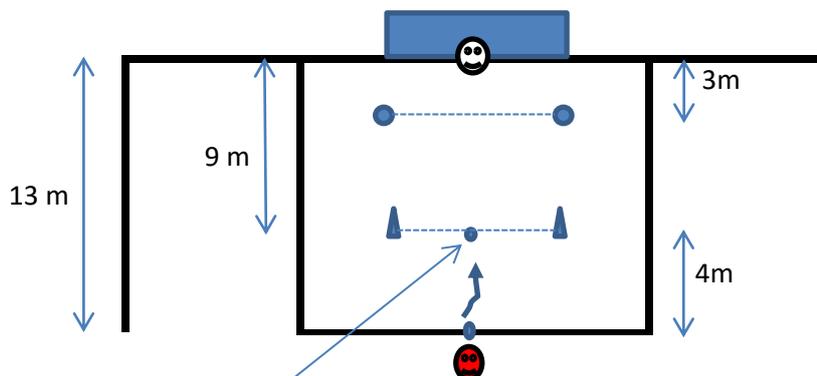
* Si une équipe est composée de 8 joueuses, le résultat se fera en fonction des 8 passages. Si une équipe est composée de 10 joueuses, elles participent toutes et à la fin du défi, l'éducateur ne retiendra que les 8 meilleurs résultats. Cette équipe aura donc 2 "chances" supplémentaires pour marquer des points.

* Chaque joueuse (alternativement : n°1 de l'équipe A puis n°1 de l'équipe B, puis n°2 de l'équipe A, puis n°2 de l'équipe B, etc...) met le ballon en mouvement entre les 13 mètres et le point de pénalty à 9 mètres avant de frapper impérativement avant le point de pénalty en direction du but. Si le but est marqué, la joueuse concernée marque 1 point pour son équipe. Si le but n'est pas marqué la joueuse ne marque pas de points (0).

ATTENTION : le ballon doit impérativement être en mouvement au moment du tir.

* La gardienne de but doit se trouver sur sa ligne de but au moment du départ du tireur. Il peut cependant avancer jusqu'à 3 mètres maximum pour stopper le tir. Le club recevant devra matérialiser les 3 mètres par des coupelles comme indiqué dans le croquis ci-dessous.

* Une fois que toutes les joueuses sont passées au défi (1 tir chacun), les éducateurs entourent les 8 meilleurs résultats. L'équipe qui marque le plus de points gagne le défi et empoche 3 points. L'équipe perdante marque 1 point. En cas d'égalité, les deux équipes marquent 2 points.



Point de pénalty
situé à 9 mètres

Le ballon
doit être
impérativement
en mouvement
au moment
du tir.

**On ne se débarasse pas du défi !!!
Celui-ci permet aux éducateurs d'observer
une progression technique des joueuses...**

ATTENTION A NE PAS PERDRE DE TEMPS POUR LES CHANGEMENTS DE GARDIEN
CE DEFI doit durer 15 minutes au maximum

LE DEFI CIRCUIT EN 8

EXPLICATION DE LA MISE EN PLACE DU DEFI

Chaque joueur doit conduire le ballon sur un circuit en 8.

* Les 2 équipes sont concernées en même temps par ce défi.

* Le club recevant mettra en place l'atelier comme indiqué dans le croquis ci-dessous.

* Les joueuses de chaque équipe sont placés dans l'ordre de la feuille de match.
Toutes les joueuses participent.

* En cas de différence numérique, faire repasser une ou plusieurs joueuses ayant perdu leur défi

> 2 piquets ou constris à 5 mètres l'un de l'autre et 2 coupelles à 1m50 du piquet de départ (ligne de départ)

> Départ du ballon derrière la ligne de départ

Principe: Conduite en croisant les déplacements (faire un double huit)

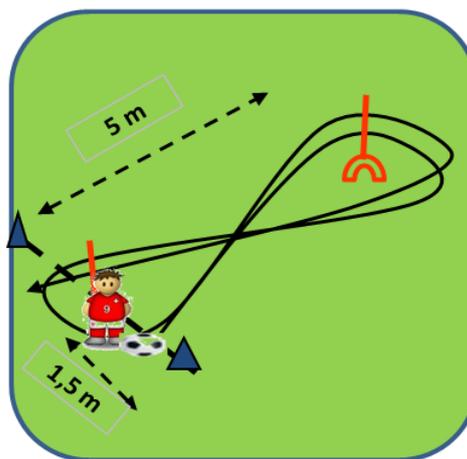
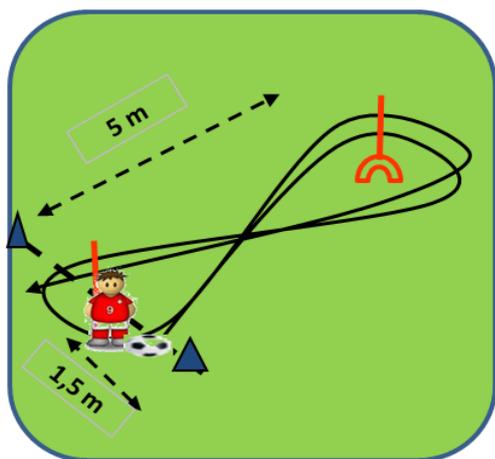
Si la diagonale n'est pas respectée et/ou si le joueur ne passe pas entre les coupelles et le piquet de départ et arrivée: essai nul (course perdue)

* Le côté de départ est au choix de la joueuse selon sa préférence

La première des deux joueuses qui passe la ligne balle au pied marque 3 points

Celle qui perd marque 1 point

En cas d'égalité, les deux joueuses marquent 2 points



* Une fois que toutes les joueuses sont passés au défi :

L'équipe qui marque le plus de points remporte le défi et empoche 3 points.

L'équipe perdante marque 1 point. En cas d'égalité, les deux équipes marquent 2 points.

**On ne se débarasse pas du défi !!!
Celui-ci permet aux éducateurs d'observer
une progression technique des joueuses...**

LE DEFI JONGLAGE EN MOUVEMENT

EXPLICATION DE LA MISE EN PLACE DU DEFI

Chaque joueur doit effectuer un parcours de jonglerie en mouvement

- * Les 2 équipes sont concernées en même temps par ce défi.
- * Le club recevant mettra en place l'atelier comme indiqué dans le croquis ci-dessous.
- * Les joueuses de chaque équipe sont placés dans l'ordre de la feuille de match. Toutes les joueuses participent.
- * En cas de différence numérique, faire repasser une ou plusieurs joueuses ayant perdu leur défi

Principe :

Les joueuses doivent faire 6m en jonglerie en mouvement sans que le ballon ne touche le sol

Ce n'est pas une course entre les deux équipes !!

* Surfaces de rattrapages autorisées (sauf bras et mains)

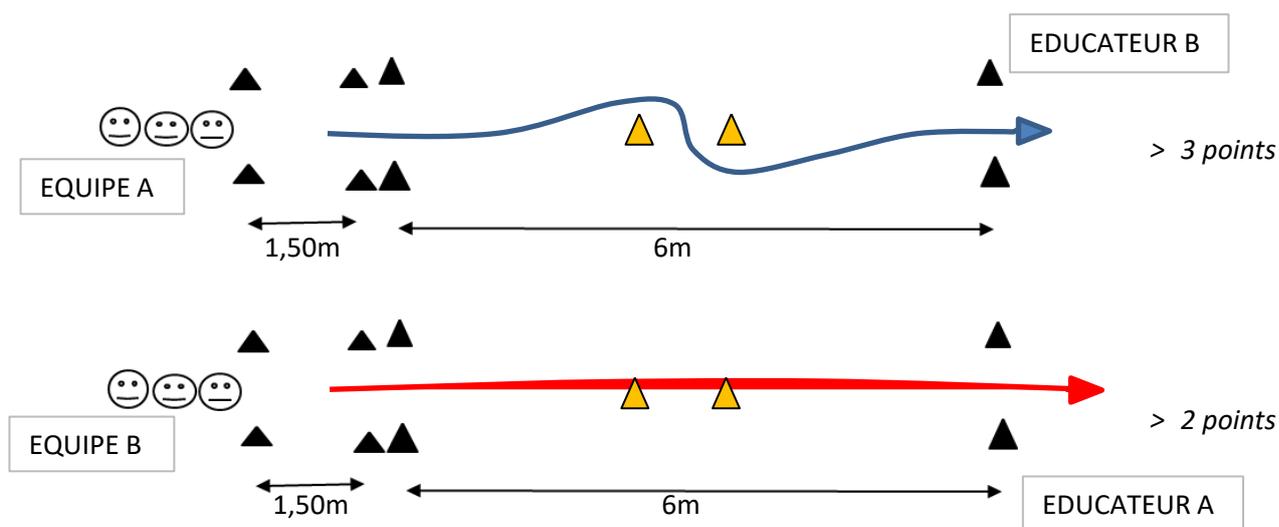
Après une courte période de stabilisation en jonglerie statique, la joueuse décide, lorsqu'elle le souhaite, de s'engager dans le parcours

Si une des joueuses fait tomber son ballon avant la zone de 6 m, la joueuse a un deuxième essai

* Chaque joueuse à 2 essais pour réussir le défi

*** Pour valider l'essai, obligation de faire un contact après la ligne d'arrivée**

- > Parcours jonglage en mouvement réussi, en passant par la porte centrale: 3 points *Voir Schémas 1*
- > Parcours jonglage en mouvement réussi, en ne passant pas par la porte centrale: 2 points *Voir Schémas 2*
- > Parcours jonglage en mouvement non réussi, le joueur ne marque pas de point



- * Une fois que toutes les joueuses sont passées au défi :
- L'équipe qui marque le plus de points remporte le défi et empoche 3 points.
- L'équipe perdante marque 1 point. En cas d'égalité, les deux équipes marquent 2 points.