



Funino Guide de l'Entraîneur — Cartes d'Exercice

Huit variantes de jeu pour U6 à U11, avec coaching cues pour le terrain

Ce document a été fourni par areacopa.com.

ÉQUIPE

CATÉGORIE

ENTRAÎNEUR

Montage du terrain en 2 minutes

Ce dont tu as besoin avant le premier match.

- Quatre mini-buts, 2 m de large et 1 m de haut (standard Wein), 12 m entre les deux buts d'une même ligne
- Terrain de 27 × 20 m pour U8 à U11, 18 × 12 m pour U6/U7
- Zone de tir de 6 m devant chaque but marquée avec des plots (pas appliquée en 2v2)
- Un ballon par équipe plus un ballon de réserve au bord du terrain
- Chasubles en deux couleurs contrastées (par exemple rose/noir, jaune/bleu)
- Bouteilles d'eau au bord du terrain, une par enfant
- Porte-bloc avec l'ordre de remplacement plastifié

Carte 1 — Funino 3v3 forme de base

Funino standard : trois contre trois sur quatre mini-buts, sans gardien.

- Montage : quatre mini-buts, terrain 27 × 20 m, zone de tir 6 m marquée
- Temps de jeu : 5 × 10 min (U8/U9), 7 × 7 min (U6/U7)
- Remplacement : en U6/U7 après chaque but, en U8/U9 toutes les 3 minutes au sifflet
- Cue : le but ne compte que depuis la zone de tir
- Cue : l'entraîneur pose des questions dans les pauses au lieu de crier en jeu
- Cue : parents à 15 m du terrain

Carte 2 — Funino 3v3 avec joker

Joker neutre qui joue toujours avec l'équipe en possession. Crée une supériorité structurelle.

- Montage : terrain Funino standard, joker supplémentaire sur la ligne médiane
- Le joker porte une chasuble de couleur propre et ne marque jamais ses propres buts
- Cue : le joker se propose toujours comme passe courte
- Cue : à la perte de balle, le joker change immédiatement de côté
- Variation : le joker ne joue qu'à une touche, pas de conduite
- Usage : U8/U9, quand une équipe est structurellement plus faible

Carte 3 — Funino 3v3 passe obligatoire

Avant chaque tir, les trois coéquipiers doivent avoir touché le ballon. Force le jeu collectif.

- Montage : terrain Funino standard, sans matériel additionnel
- Règle : le but ne compte que si les trois coéquipiers ont touché le ballon avant le tir
- Cue : le joueur sans ballon se démarque au lieu de courir vers le ballon
- Cue : l'entraîneur compte les touches à voix haute (1, 2, 3 — but autorisé)
- Variation : aucun joueur ne peut toucher le ballon deux fois de suite
- Usage : U8 à U11, idéal contre le réflexe de dribble en solo

Carte 4 — Funino 3v3 par zones

Terrain divisé en deux zones. Chaque équipe garde au moins un joueur dans chaque zone.

- Montage : ligne médiane transversale sur le terrain long, zones haut et bas
- Règle : chaque équipe occupe en permanence les deux zones avec au moins un joueur
- Cue : tous les joueurs ne courent pas au ballon — le joueur de zone reste
- Cue : l'entraîneur siffle l'infraction de zone et donne un coup franc à l'autre équipe
- Variation : chaque équipe change deux joueurs de zone après chaque but
- Usage : fin de saison U8/U9, toute la saison U10/U11

Carte 5 — Funino 3v3 en salle

Salle plus serrée 15 × 20 m, buts-lignes à la place des mini-buts, murs comme coéquipiers.

- Montage : salle 15 × 20 m, quatre buts-lignes marqués aux coins (60 cm de large)
- Règle : passe contre le mur autorisée, le ballon doit revenir en jeu ensuite
- Temps de jeu : 6 × 5 min, remplacement après chaque but
- Cue : l'entraîneur crie « option mur » quand un enfant ne cherche que les chemins frontaux
- Cue : chaussures de salle à semelle non marquante obligatoires
- Usage : mois d'hiver U6 à U9, à partir de la mi-saison

Carte 6 — Funino 5v5 transition U8/U9 vers U10/U11

Pont des U8/U9 aux U10/U11 : cinq contre cinq, quatre mini-buts, montée de la deuxième ligne.

- Montage : terrain 30 × 20 m, quatre mini-buts, optionnel un petit but avec gardien
- Temps de jeu : 6 × 12 min, rotation toutes les 3 minutes au sifflet
- Cue : quand ton coéquipier devant a le ballon, tu avances d'un pas
- Cue : quand ton coéquipier derrière a le ballon, tu pars vers l'avant
- Variation : un but par mi-temps compte double (incitation au changement de jeu)
- Usage : seconde moitié de saison U8/U9, première moitié U10/U11

Carte 7 — Funino 7v7 diamant de Wein

Pont U10/U11 vers le jeu d'équipe classique : formation 1-1-3-2 en losange.

- Montage : sur la moitié d'un grand terrain, deux buts classiques, diamant marqué
- Formation : 1 gardien, 1 défenseur libre, 3 milieux en losange, 2 pointes
- Temps de jeu : 2 × 25 min ou 4 × 15 min
- Rotation : chaque enfant change de position une fois toutes les 5 min
- Cue : le défenseur libre lance chaque construction, pas le gardien
- Usage : U10/U11, à partir du milieu de seconde moitié de saison

Carte 8 — Funino finalisation

Entraîner la décision de tir : quel but est ouvert ?

- Montage : terrain Funino standard, un attaquant avec ballon au centre
- Quatre défenseurs : deux « passifs » (plus loin), deux « actifs » (devant le but)
- L'attaquant a 5 secondes pour marquer dans l'un des buts ouverts
- Cue : l'attaquant regarde les quatre buts avant de partir
- Cue : l'entraîneur change quels défenseurs sont actifs après chaque action
- Variation : deux attaquants (2 contre 4), seulement des passes directes
- Usage : toutes catégories, comme phase d'activation 5 à 10 min

Aide-mémoire de cues pour le terrain

Coaching cues condensés de l'article. Fixe-le au porte-bloc.

- Stimule au lieu d'instruire : pose des questions plutôt que de donner des ordres
- Corrige dans la pause, pas pendant le jeu
- Choisis le terrain plus grand que plus petit (Wein : min. 20 × 20 m pour 3v3)
- Fixe l'ordre de remplacement avant le match, en jeu aucune discussion
- Parents à 15 m de distance, explique par e-mail avant le match
- Entraîne pour apprendre, pas pour gagner
- En cas d'équipes inégales : ajoute un joker plutôt que de redistribuer
- Après chaque entraînement, note brièvement ce qui a fonctionné

