

**U10F****U11F**

GUIDE & RÉGLEMENT

U10F-U11F

Catégories autorisées : U10F-U11F en illimitées

Sur classement : 3x U9F maximum

1- LES RÈGLES (FOOT À 5)

PLATEAUX À 8 ÉQUIPES, LE TEMPS DE JEU EST DE 50MIN SOIT **5 SÉQUENCES DE 10MIN.****?**

RÈGLES GÉNÉRALES

1. SUIVRE LA FICHE "LES RÈGLES DU CLUB RECEVANT UN PLATEAU" POUR LA MISE EN PLACE DU PLATEAU
2. L'ÉQUIPE SE COMPOSE DE 4 JOEUSES ET 1 GARDIENNE DE BUT AVEC 2 REMPLAÇANTES MAXIMUM PAR ÉQUIPE
3. LE PORT DU PROTÈGE-TIBIA EST OBLIGATOIRE
4. IL N'Y A PAS DE HORS-JEU
5. **L'ARBITRAGE** SE FAIT À L'EXTÉRIEUR DU TERRAIN

?

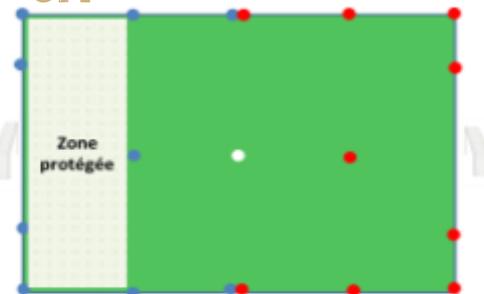
COUPS FRANCS, CORNERS, PENALTY & ZONE PROTÉGÉE

1. LES COUPS FRANCS SONT DIRECTS, L'ADVERSAIRE DOIT SE TROUVER À 4 MÈTRES
2. LES CORNERS SE JOUENT AU PIED, SUR PASSE UNIQUEMENT
3. PENALTY SUR LA LIGNE DES 8M FACE AU BUT
4. LA SURFACE PROTÉGÉE EST DÉLIMITÉE À 8 M DU BUT POUR RELANCE PROTÉGÉE DE LA GARDIENNE, RELANCE UNIQUEMENT À LA MAIN

?

LES OBLIGATIONS ET INTERDICTIONS

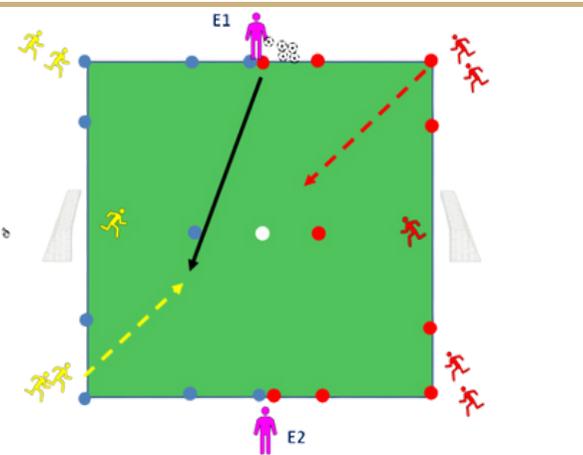
1. LE TACLE EST AUTORISÉ SANS CONTACT AVEC L'ADVERSAIRE
2. LES RENTRÉES DE TOUCHES SE FONT PAR UNE PASSE OU PAR UNE CONDUITE DE BALLE, ADVERSAIRE À 4 MÈTRES. LA JOEUSE NE PEUT PAS MARQUER DIRECTEMENT
3. INTERDICTION DE JOUER À LA VOLÉE ET DEMI-VOLÉE POUR LA GARDIENNE, LE COUP DE PIED DE BUT S'EXÉCUTE SUR LA LIGNE DES 8 MÈTRES AVEC LES ADVERSAIRES À 4 MÈTRES

8M

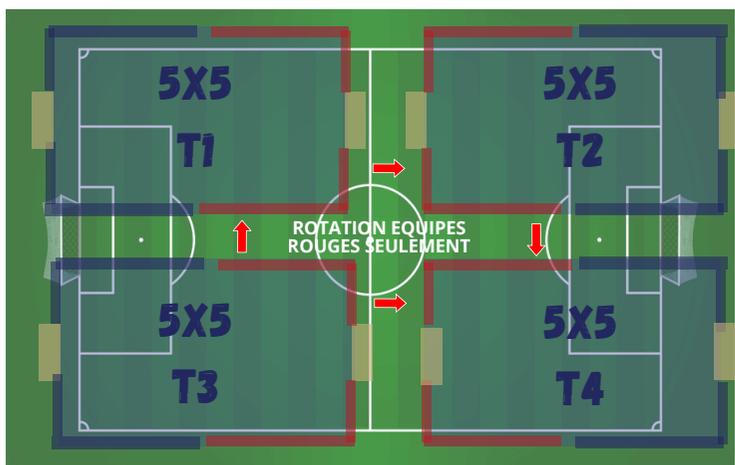
2- ATELIER AVANT MATCHS – 1 X 10MIN

LE BALLON MAGIQUE 3X3 (DONT GB)

1. L'ÉDUCATRICE (E1) TRANSMET LE BALLON A LA 1ER JOUEUSES ROUGE OU JAUNE
2. LA JOUEUSE AYANT LE BALLON DOIT ALLER MARQUER DANS LE BUT ADVERSE EN ÉLIMINANT SON ADVERSAIRE
3. SI L'ADVERSAIRE RÉCUPÈRE LE BALLON, ELLE TENTE DE MARQUER À SON TOUR
4. SI LE BALLON EST RÉCUPÉRÉ PAR LA GB ALORS ELLE RELANCE À SA PARTENAIRE
5. VEILLER A NE PAS DÉPASSER 30 SECONDES DE TEMPS DE JEU
6. APRÈS 4 PASSAGES, CHANGER DE GB



3- LES RENCONTRES – 4 X 10MIN



- LES DIMENSIONS DU TERRAIN : 34 À 40 M X 25 À 30 M, LES DIMENSIONS DU BUT : 4 M X 1,5 M.
BALLONS : TAILLE 3 OU 4
- ROTATION DES ÉQUIPES ROUGES TOUTES LES 10 MINUTES. LES RENCONTRES DÉBUTENT ET SE TERMINENT EN MÊME TEMPS
- EN CAS DE NOMBRE IMPAIR D'ÉQUIPES, L'ATELIER BALLON MAGIQUE N'EST PAS RÉALISÉ EN DÉBUT DE PLATEAU, MAIS À LA PLACE D'UNE ROTATION (AVEC UNE ÉQUIPE AU LIEU DE DEUX).

1- LES RÈGLES (FOOT À 8)

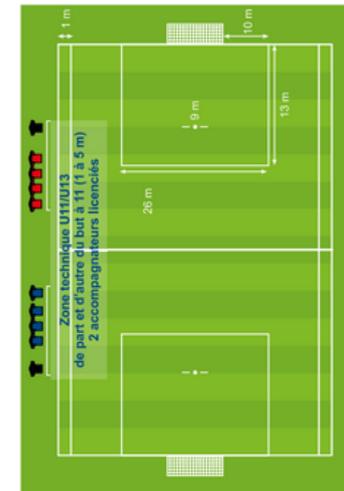


PLATEAUX À 3 OU 4 ÉQUIPES, 2 RENCONTRES DE 25MIN SOIT 50MN MAXIMUM DE TEMPS DE JEU PAR JOURNÉE,

1. Suivre la fiche "les règles du club recevant un plateau" pour la mise en place du plateau
2. Si la surface de réparation n'est pas tracée, possibilité de la délimiter avec des coupelles : 10 m à droite et à gauche des poteaux de but et à la ligne des 13 m (26 m x 13 m)
3. **Chaque joueuse doit démarrer une période**
4. Il est interdit de marquer directement sur l'engagement/coup d'envoi, et l'adversaire doit être à 6 m
5. Coup de pied de but : Libre dans la zone virtuelle 6 m x 9 m (délimitée par la largeur des montants du but et le point de réparation). Placement libre des joueuses (idem foot à 11)
6. Il est également interdit à la gardienne de prendre le ballon à la main sur une passe en retrait volontaire d'une partenaire, sinon coup franc indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13 m. Mur autorisé à 6 m
7. Relance de la gardienne: pas de frappe de volée ou de demi-volée, sinon coup franc indirect ramené perpendiculairement à la ligne des 13 m
8. Les touches se font à la main (adversaire à 2m), et les coups francs sont directs ou indirects (selon les règles du football à 11), avec mur autorisé à 6 m
9. Le penalty est tiré à 9 m
10. **Pas d'auto-arbitrage** : 3 arbitres (privilegier des joueuses U15F-U17F du club)

2- ORGANISATION DU PLATEAU

TERRAIN 1 (2 ÉQUIPES)

TERRAIN 2 (2 ÉQUIPES)


3- LES HORS-JEU

HORS-JEU À PARTIR DE LA LIGNE DES 13M SUR LA LARGUEUR COMPLÈTE DU TERRAIN

- **LE HORS-JEU EST JUGÉ AU DÉPART DU BALLON.**
- **LA RECEVEUSE DOIT FAIRE ACTION DE JEU.**
- **UNE JOUEUSE EST EN POSITION DE HORS-JEU SI ELLE EST PLUS PRÈS DE LA LIGNE DE BUT ADVERSE QUE DEUX AUTRES ADVERSAIRES.**
- **IL N'Y A PAS DE HORS-JEU SUR UNE TOUCHE NI SUR UNE SORTIE DE BUT.**

