

# LES LOIS DU JEU U11 F à 5

*Un football façonné pour les jeunes filles ...*



## UNE PRATIQUE ADAPTÉE A CHAQUE AGE

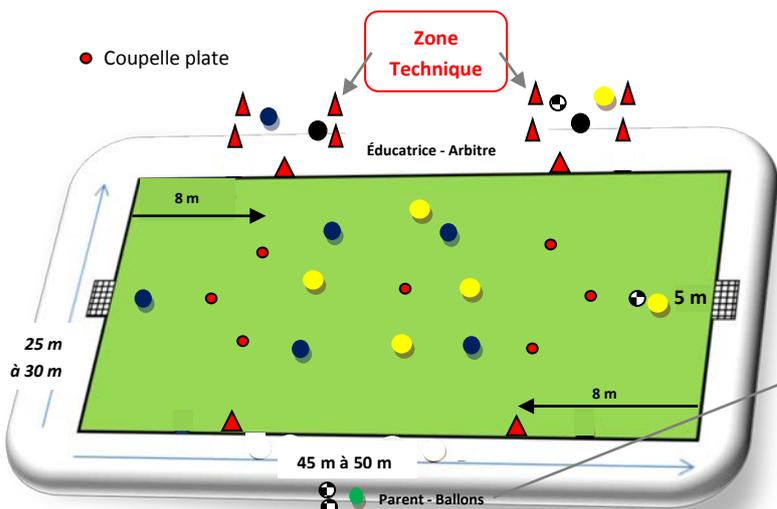
Licenciés	U10 F/ U11 F + 3 U9 F maxi /équipe avec accord médical		
Terrain	25 à 30 mètres x 45 à 50 mètres Surface de réparation à 8 mètres (nouveau) sur toute la largeur (seule la Gardienne peut se saisir du ballon à la main dans cette zone)		
Zone Technique	A délimiter de chaque côté du terrain (2 m de large x 5 m de long)		
Buts	5 m x 1,50 m (constri-foot)	Ballon	Taille N°4
Effectif	5 joueuses dont 1 gardienne de but : 5 v 5 (3 remplaçantes maxi/Eq.) 4 joueuses au minimum (rencontre 4 v 4)		
Remplacement	Lors d'un arrêt de jeu, après accord de l'Educatrice(teur) arbitre et après la sortie de la joueuse remplacée. Remplacement à la hauteur de la « ligne médiane ».		
Équipements	Protège-tibias obligatoires Les crampons métalliques ne sont pas autorisés.		
Arbitrage Rencontres	Arbitrage éducatif à effectuer à l'extérieur du terrain par l'un(e) des Édicateur(trice)s des équipes opposées.		
Temps de jeu	Formule Plateau à 4 Équipes = 48' : 3 rencontres de 16'		
	Formule Plateau à 3, à 5 Équipes = 48' : 2 à 4 rencontres de 12' à 24' (2x12')		
	Formule Plateau à 6 Équipes = 50' : 5 rencontres de 10'		
	Participation des joueuses à part égale : 50% minimum du temps de jeu. Toutes les joueuses débutent au moins une fois une rencontre en tant que titulaires		
Coup d'envoi	Interdiction de marquer directement adverse(s) à 4 mètres	Hors-jeu	Néant
Coups francs	Directs ou indirects suivant l'infraction commise Adverse(s) à 4 mètres		
Remise en jeu sur sortie en touche	Remise en jeu à effectuer au pied par une passe au sol ou en conduite de balle adverse(s) à 4 mètres - <b>Interdiction de marquer directement</b>		
Gardienne de But	Obligation : Relance à la main ou au pied ballon au sol <b>Interdiction de relancer de volée ou de 1/2 volée</b> Interdiction de se saisir du ballon à la main sur une passe au pied volontaire d'une partenaire		
Coup de pied de réparation (Penalty)	Ballon à 6 mètres face au milieu du but	Coup de pied de but (6 mètres)	Relance au pied ballon arrêté au sol au niveau du point de pénalty



Mesure égalitaire de traitement des joueuses sans distinction de niveau  
Fidélisation par la rotation des suppléantes

Objectif : Favoriser la construction du jeu depuis l'arrière en relançant à la main

Le coup de pied de but doit être exécuté par la gardienne de but. Les adversaires ont obligation de sortir de la zone de but.



« Parent-ballons » :  
Un Parent situé(e) au pourtour de l'aire de jeu, à l'opposé des zones techniques, est équipé de ballons qu'il doit remettre aux joueuses quand celui-ci est sorti des limites du terrain. Cette disposition a pour but d'augmenter le temps effectif de jeu.

