# La pratique du football chez les : U11F-U13F et U14F-U17F

100 % JEU + 100 % PLAISIR = 100 % POUR EUX

LIGUE DE FOOTBALL
**NOUVELLE-AQUITAINE**

Saison 2019-2020

# « LES 10 COMMANDEMENTS »

# DU RESPONSABLE D'EQUIPE :

1. Bien accueillir les enfants, avoir une personne formée dans sa catégorie.
2. S'assurer qu'elles ont toutes leur licence.
3. Temps de jeu égal pour tous.
4. Les laissez jouer et mettez en confiance la joueuse (valoriser).
5. Chercher le jeu avant l'enjeu.
6. Autoriser les joueuses à prendre des initiatives dans le jeu.
7. Encourager l'auto-arbitrage.
8. Etre exemplaire et Fair-Play.
9. Partager un moment de convivialité (goûter).
10. Prendre et faire prendre du **PLAISIR.**

# SOMMAIRE :


PREAMBULE p 4

LES FORMES DE PRATIQUE p 5

ANIMATION ET ACCUEIL DU MATCH p 6

INTEGRATION DES JOURNEES LOISIRS (+2 FOOT) p 7

S'AUTO-ARBITRER p 8

INTERET DU JONGLAGE A L'ENTRAINEMENT p 9

REGLEMENTATION p 10

# PREAMBULE

L'Equipe Technique Régionale de la Ligue de Football Nouvelle-Aquitaine (LFNA) s'articule autour de 3 grands axes de travail :

| FOOTBALL DE BASE | FOOTBALL D'ELITE | FORMATION DE CADRES |
|---|---|---|
| • Développement et animations des Pratiques<br>• Catégories U7 à U19 (G. et F.) | • Plan de Performance Fédéral<br>• Formation du (de la) joueur(se) | • Formation des éducateurs<br>• Certificats Fédéraux et Formations Professionnelles |

## Objectif : HARMONISATION

Pour cela la LFNA et l'ensemble des 12 districts vous propose des pratiques adaptées à chaque catégorie.

L'organisation de la saison en U11F-U13F et U14F-U17F s'articule autour de plusieurs animations :

Pour les U14F-U17F Foot à 11, la ligue gère la compétition en 3 phases.

# LES FORMES DE PRATIQUE

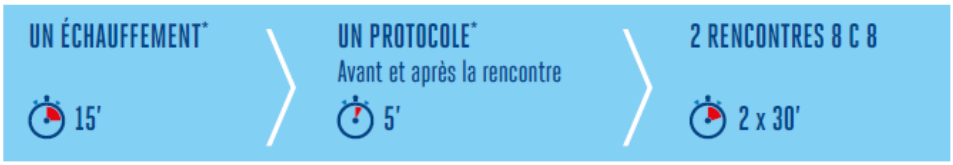
| CATEGORIE | U11F-U13F | U14F-U17F |
|---|---|---|
| Licenciés (es) | U13F + U12F + U11F + 3 U10F max | U17F + U16F + U15F + U14F |
| Pratique | 8 contre 8 | • 8 x 8<br>• 11 x 11 |
| Nombre de remplaçants(es) | 4 au maximum (il est préférable de créer une équipe supplémentaire que d'avoir 4 enfants sur la touche) | • Foot à 8 : 4<br>• Foot à 11 : 3 |
| Dimension des Terrains | ½ terrain à 11 | • Foot à 8 : ½ terrain à 11<br>• Foot à 11 : 1 terrain à 11 |
| Temps de Jeu | 60 minutes maxi - 2 x 30min<br>Pour les U10F pas plus de 50min de jeu | • Foot à 8 : 2 x 35 min<br>• Foot à 11 : 2 x 40 min |
| Temps de Jeu minimum par enfant | 50 % du temps de jeu | |
| Touche | A la main | |
| Arbitrage | 3 arbitres, les remplaçantes officient à la touche | |
| Zone du gardien de but | Foot à 8 - surface de réparation : 26m x 13m | |
| Hors-Jeu | A la médiane | |
| ORGANISATION SUR LA SAISON | • 3 phases - 20 à 28 journées<br>• Match simple<br>• Organisation Secteurs - Ligue | |

*PRATIQUES COMPLEMENTAIRES*

| INTERCLUBS | FUTSAL | + 2 FOOT |
|---|---|---|
| • 1 à 2 dates proposées sur la saison (GIFE)<br>• 2 à 3 clubs : équipes mixées<br>• Alternance : Rencontres + ateliers du PEF | 1 à 3 rassemblements (décembre-janvier) | Actions ponctuelles :<br>• Festi-Foot<br>• Golf-Foot<br>• Jour de Coupe<br>• Duo-Foot<br>• Beach Soccer |

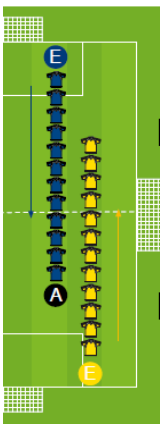
# ANIMATION ET ACCUEIL DU MATCH

Déroulé du match :




Quelques étapes clefs dans l'organisation d'un match :

1. Déterminer la personne responsable de l'accueil des équipes et de l'arbitre
2. Prévoir le goûter
3. Prévoir les bouteilles d'eau pour les équipes
4. Imprimer la feuille de plateau ou de match
5. Se réserver une « zone technique » de part et d'autre du but de foot à 11 et demander aux spectateurs de rester derrière les mains courantes
6. Laissez-les jouer au minimum la moitié du temps
7. Mettre en place le protocole : avant le début du match et à la fin du match, comme les grands, tous les acteurs : JOUEUES + EDUCATEURS + ARBITRES se serrent la main
8. Passer, tous ensemble, un moment de convivialité autour du goûter



# NTEGRATION DES ACTIONS PONCTUELLES (+ 2 FOOT)

L'objectif est de varier la pratique et de proposer aux enfants de nouvelles activités.

Vous avez le libre de choix dans les activités ci-dessous :

5 activités vous sont proposées :

A l'intérieur de ces activités vous pouvez, si vous le souhaitez, apporter des variantes :

**Toutes ces actions sont disponibles sur Le Guide Interactif du Football des Enfants : GIFE**

# + 2 FOOT - FESTIFOOT

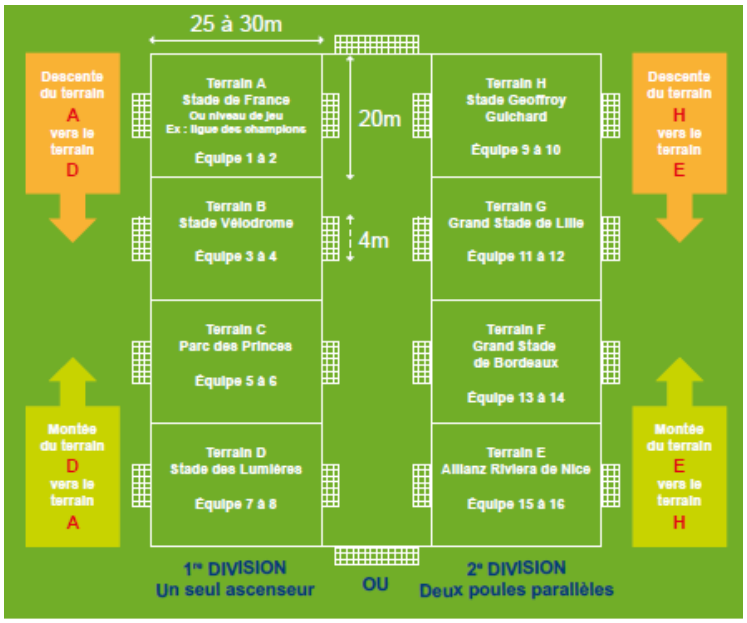
| UN ÉCHAUFFEMENT* | UN PROTOCOLE* | RENCONTRES 4 C 4 À 5 C 5 |
|---|---|---|
| 15' | Avant et après la rencontre<br>5' | 50' max |

## COMMENT ORGANISER UN FESTI-FOOT ?

Différentes formules sont possibles. À vous de composer votre menu.

> **10 équipes** : installer 5 terrains
> **12 équipes** : installer 6 terrains
> **14 équipes** : installer 7 terrains
> **18 équipes** : installer 9 terrains
> **20 équipes** : installer 10 terrains

| PARTIE FOOTBALL | |
|---|---|
| **Un seul ascenseur** (poule unique) | **Deux ascenseurs** (poule en parallèle) |
| ROTATIONS :<br>> L'équipe qui gagne progresse du terrain H vers le terrain A<br>> L'équipe qui perd du terrain A vers le terrain H<br>Exemple : Pour 16 équipes / Poule unique / Soit 8 séquences de 6' | ROTATIONS :<br>**1er Temps :** Identique formule ascenseur sur 4 séquences<br>**2e Temps :** Croisement des poules<br>Les premiers se rencontrent sur un demi-terrain (1re Division) et les autres sur un autre demi-terrain (2e Division). |




**T**out le monde joue. Tout le monde est titulaire !
**O**ffrir un nombre de contacts joueur/ballon plus important,
**L**aisser jouer - besoin de communiquer avec mes partenaires,
**E**tre en permanence en position de marquer ou de protéger son but,
**R**éussir à maîtriser des phases de transitions,
**A**uto arbitrage,
**N**ourrir l'envie de jouer et d'entreprendre,
**C**hanger de repères et de postes,
**E**voluer à son niveau.

« Valoriser et mettre en confiance favorise l'apprentissage »

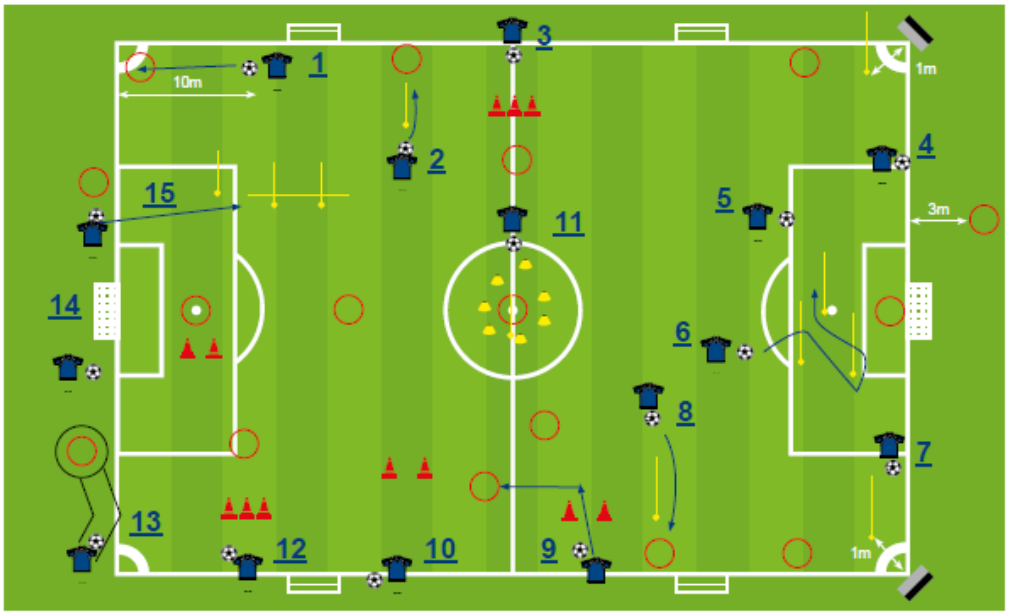
# GOLF-FOOT

| UN ÉCHAUFFEMENT* | UN PROTOCOLE* | GOLF-FOOT |
|---|---|---|
| 15' | Avant et après la rencontre<br>5' | 50' |

## COMMENT ORGANISER UN GOLF-FOOT ?

> Associer les joueurs par équipe (Binôme ou trio) et les positionner sur les différents ateliers.
> Le ballon doit s'arrêter ou rebondir dans le cerceau « trou » pour passer au « trou » suivant.
> Tous les cerceaux se situent à 10 m du départ.
> Interdiction de retoucher son ballon avant immobilisation.
> Si le ballon sort du parcours, reprise au début de l'atelier.
> Entre deux ateliers, notez le nombre de contacts réalisés sur la carte récapitulative ci-jointe.
> Après 10 essais, l'équipe avance à l'atelier suivant note 15 contacts sur ce passage.
> L'équipe qui aura réalisé le moins de contacts sur l'ensemble du parcours (8 à 16 trous) sera déclarée vainqueur.

## PARCOURS GOLF-FOOT




## EXEMPLE D'ATELIERS GOLF-FOOT

| TROU | ATELIERS GOLF-FOOT | RÉSULTATS | TROU | ATELIERS GOLF-FOOT | RÉSULTATS |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Cerceau à 10 mètres | | 9 | Passer le ballon entre les portes (1 m) pied gauche | |
| 2 | Passer derrière le jalon pied droit uniquement | | 10 | Passer le ballon entre les portes (1 m) pied droit | |
| 3 | Eviter l'obstacle pied gauche | | 11 | Escargot - Contourner les coupelles. Ballon sortie des limites = retour au départ | |
| 4 | Passer le ballon entre la planche et le jalon. Possibilité d'utiliser planche | | 12 | Eviter l'obstacle pied droit | |
| 5 | Se rapprocher de la ligne puis faire rebondir le ballon dans un cerceau à 3 m. | | 13 | Ballon sortie des limites = retour au départ - zigzag | |
| 6 | Slalom entre les jalons. Interdiction de frapper deux fois de suite avec le même pied | | 14 | Lober une zone au départ puis passer dans la porte | |
| 7 | Passer le ballon entre la planche et le jalon. | | 15 | Parcours : Contourner le jalon | |
| 8 | Passer derrière le jalon pied gauche uniquement | | 16 | Parcours + passer le ballon au dessus de la haie (1 m) | |

# DUO-FOOT OU BIATHLON DES LOIS DU JEU

| UN ÉCHAUFFEMENT* | UN PROTOCOLE* | DUO-FOOT |
|---|---|---|
| 15' | Avant et après la rencontre<br>5' | 40' |

Le duo-foot est au final un biathlon des lois du jeu sans les questions…Nous vous proposons donc d'associer à chaque fois des questions concernant les lois du jeu

## COMMENT ORGANISER UN BIATHLON DES LOIS DU JEU ?

Associer les joueurs par paire ou trio et les positionner sur les différents ateliers.

**Deux possibilités pour changer d'atelier :**

> Soit réaliser le contrat pour chacun des membres de l'équipe,

> Soit effectuer X essais pour chaque membre de l'équipe (chiffres à déterminer par l'éducateur - exemple 15 essais).

**Durée :**

Défi au temps (ex : 10') ou au nombre de tours.
2e tour changement de pied…

**Organisation :**

> Prévoir le sens de rotation des équipes

> Possibilité d'ajouter ou de modifier les ateliers

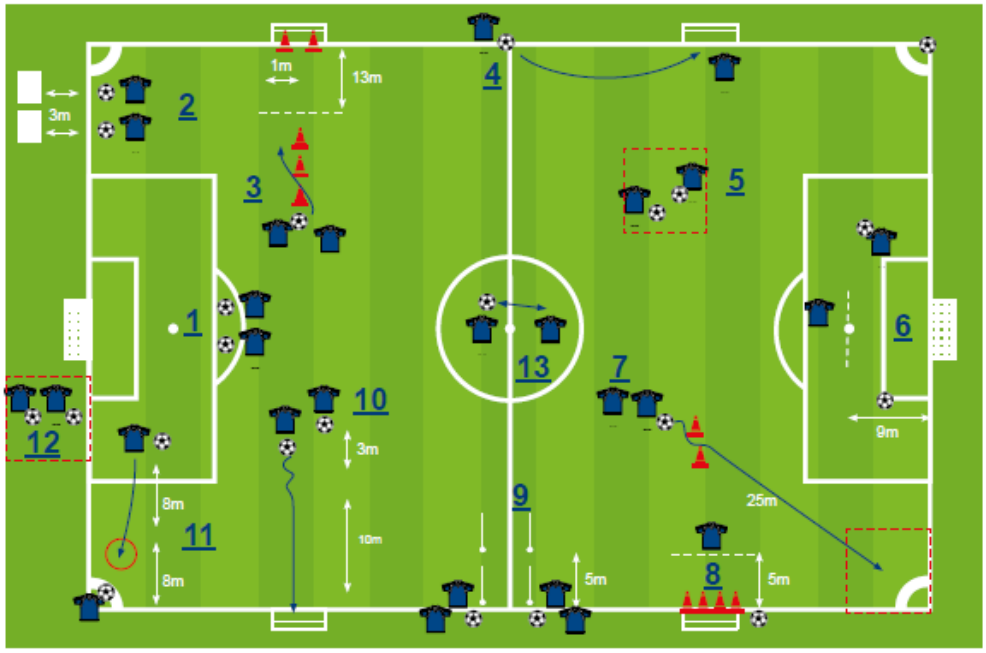
> Adapter les objectifs au niveau des joueurs

**Retrouvez un ensemble de questions sur le site de la Ligue de Football Nouvelle-Aquitaine**

## EXEMPLES D'ATELIERS

| N° | ATELIERS DUO-FOOT |
|---|---|
| 1 | Frapper 5 ballons coup du pied depuis l'arc de cercle. Marquer 3 buts sans rebond |
| 2 | Réussir 3 louches à 3 mètres d'une poubelle |
| 3 | Conduite + plus tir de précision entre le but et le jalon avant les 13 m - 1 essai pied droit 1 essai pied gauche |
| 4 | 3 corners directs - Rebond autorisé avant le but Varier l'angle de frappe au besoin |
| 5 | Jonglage 3 X 10 contacts pied droit dans le carré |
| 6 | 3 buts sur 5 reprises de volée pied fort et 2/5 de l'autre pied suite à 1 passe main/pied |
| 7 | Passe au sol dans le carré 5 X 5 m. Le ballon doit s'arrêter |
| 8 | Reprise de la tête 3x. Marquer sans toucher les plots |
| 9 | 12 contacts pour faire le double 8. 1 essai pied droit + 1 essai pied gauche |
| 10 | Jonglerie en mouvement passage entre les jalons + tir de volée. Marquer sans rebond |
| 11 | Faire rebondir le ballon 3 x dans le cerceau sur rentrée de touche |
| 12 | Jonglage 3 X 10 contacts pied gauche |
| 13 | Jonglage 5 échanges de la tête par 2 + 1 X 10 contacts tête |

## PARCOURS



# S'AUTO-ARBITRER

Suite à l'expérience menée au cours du Festival Foot U13, la Ligue souhaite poursuivre cette action sur la totalité de la saison sur les catégories U11F-U13F et U14F-U17F.

Nous vous demandons donc de mettre en place le système de tutorat que vous avez vécu au cours du Festival avec l'adaptation suivante à partir du 1er week-end d'octobre (cela vous laisse un peu de temps pour préparer les enfants grâce aux différents jeux proposés sur le site de la ligue) :

- L'adulte qui était prévu pour faire arbitre de touche, devient tuteur d'une des joueuses remplaçantes
- C'est la jeune qui prend le drapeau et les décisions

**Missions du TUTEUR :**

1) Le tuteur **N'EST PAS LA POUR ARBITRER**, mais pour **ACCOMPAGNER** l'enfant dans son apprentissage des lois du jeu

2) Le tuteur **DOIT** :
   a. Assurer l'alignement de l'enfant
   b. Encourager l'enfant à poursuivre ses efforts
   c. Modifier la décision, uniquement sur un hors-jeu entrainant un but (dans la continuité de l'action)

3) Le tuteur **NE DOIT PAS** :
   a. Modifier les décisions sur les touches, 6m et corners, l'enfant est là pour apprendre

Ce rôle ne doit pas être rempli toujours pas le même enfant, à vous de mettre en place un système de rotation, vous pouvez vous servir de la pause coaching et de la mi-temps

# NTERET DU JONGLAGE A L'ENTRAINEMENT

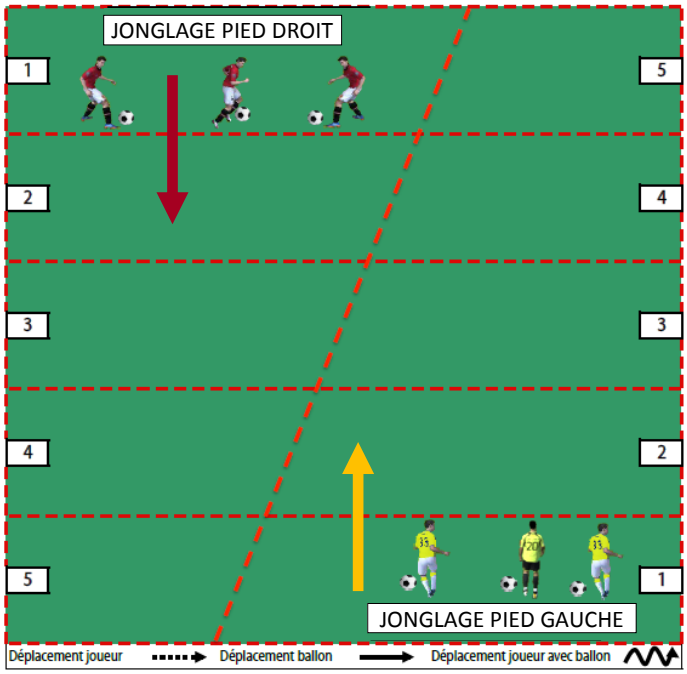
Nous souhaitons vous sensibiliser sur l'importance de travailler régulièrement le jonglage (pieds et tête) lors de vos séances d'entrainement. Ce travail technique permet de développer chez les joueuses des qualités techniques et de coordination.

## OBJECTIF A LONG TERME :

- Améliore la maitrise du ballon,
- Améliore la coordination, l'équilibre et l'appréciation des trajectoires (maitrise des appuis),
- Donner l'envie aux joueuses de jongler en leur proposant des exercices adaptés et ludiques,

*Ce n'est qu'en travaillant et en répétant « les gammes techniques »*
*qu'elles pourront progresser…*

## EXEMPLE :

| DEFI PALIER dans chaque groupe de niveau (15') | Descriptif |
|---|---|
| OBJECTIF :<br>Amélioration de la maîtrise technique de la coordination et de l'équilibre par la jonglerie<br><br>CONSIGNES :<br>1 ballon par joueuse. Pour monter d'une zone, la joueuse doit réaliser un contrat 2 fois.<br><br>Contrat 1 : Faire 10 jonglages sans rebond<br>Contrat 2 : Faire 20 jonglages<br>Contrat 3 : Faire 30 jonglages<br>Contrat 4 : Faire 40 jonglages<br>Contrat 5 : Faire 50 jonglages<br><br>L'Educateur devra adapter les consignes de l'exercice par rapport au niveau de ses joueuses<br><br>VARIANTES :<br>Jongler Pied droit, puis pied gauche, alterné les deux pieds, tête.<br>Associer les joueuses par 2 ou par 3.<br>Alterner 1 jonglage haut dessus de la tête et 2 bas…<br>Enchainer pied/cuisse ou pied/poitrine ou pied tête |  |

*L'éducateur doit veiller à…*

- Frapper le ballon cou de pied, pointe de pied tendue (pied en plateau) et cheville vérouillée.
- Frapper le ballon au « milieu » et par en dessous (du bas vers le hau). La jambe de frappe est alternativement fléchie puis tendue au moment de la frappe.
- Fixer le ballon du regard
- Reprise d'appui après chaque contact. Ecarter les bras pour un meilleur équilibre

**Retrouvez d'autres exercices de jonglage sur le site Internet de la Ligue de Football Nouvelle-Aquitaine**

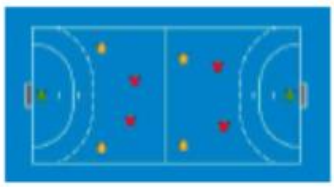
# FUTSAL U12/U13

| UN ÉCHAUFFEMENT* | UN PROTOCOLE* | RENCONTRES 5 C 5 |
|---|---|---|
| 15' | Avant et après la rencontre<br>5' | 60' max |

## EXEMPLES D'ORGANISATION D'UN RASSEMBLEMENT FUTSAL N°1

**Effectif :** U12/U13
**Pratique :** 5 c 5 avec GB
**Suppléants :** 0 à 2
**Nombre d'équipes de 5 à 7 joueurs :** 8
**Temps de jeu :** 6 x 8 minutes

**Matériel :**
> 2 ballons de futsal
> 2 jeux de 7 chasubles
> 1 pharmacie



| Horaires | U12/U13 | 2 à 4 Equipes | |
|---|---|---|---|
| 9 h 30 | Accueil | 4 équipes<br>1 terrain | |
| 9 h 40 | Rotation 1 | A | B |
| 9 h 50 | Rotation 2 | C | D |
| 10 h 00 | Rotation 3 | A | C |
| 10 h 10 | Rotation 4 | B | D |
| 10 h 20 | Rotation 5 | A | D |
| 10 h 30 | Rotation 6 | B | C |
| Pause - matchs retour | | | |
| 10 h 40 | Rotation 7 | A | B |
| 10 h 50 | Rotation 8 | C | D |
| 11 h 00 | Rotation 9 | A | C |
| 11 h 10 | Rotation 10 | B | D |
| 11 h 20 | Rotation 11 | A | D |
| 11 h 30 | Rotation 12 | B | C |
| 11 h 45 | Goûter et verre de l'amitié | | |

## EXEMPLES D'ORGANISATION D'UN RASSEMBLEMENT FUTSAL N°2

**Effectif :** U12/U13
**Pratique :** 5 c 5 avec GB
**Suppléants :** 0 à 2
**Nombre d'équipes de 5 à 7 joueurs :** 8
**Temps de jeu :** 6 x 8 minutes

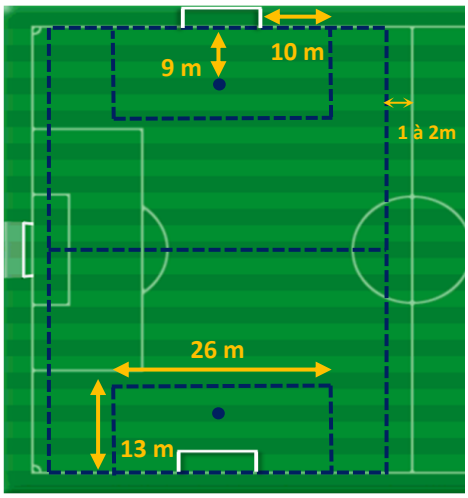
**Matériel :**
> 3 ballons de futsal
> Coupelles (pour sécuriser l'aire de jeu devant les buts de handball)
> 2 à 4 jeux de 7 chasubles
> 1 pharmacie

| Horaires | U12/U13 | 4 à 8 Equipes | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 9 h 30 | Accueil | 4 équipes | | | |
| | | Terrain 1 | | Terrain 2 | |
| 9 h 40 | Rotation 1 | A | B | E | F |
| 9 h 50 | Rotation 2 | C | D | G | H |
| 10 h 00 | Rotation 3 | A | C | E | G |
| 10 h 10 | Rotation 4 | B | D | F | G |
| 10 h 20 | Rotation 5 | A | D | E | H |
| 10 h 30 | Rotation 6 | B | C | F | H |
| Pause - matchs retour ou refonte des groupes sur les premiers résultats | | | | | |
| 10 h 40 | Rotation 7 | A | B | E | F |
| 10 h 50 | Rotation 8 | C | D | G | H |
| 11 h 00 | Rotation 9 | A | C | E | G |
| 11 h 10 | Rotation 10 | B | D | F | G |
| 11 h 20 | Rotation 11 | A | D | E | H |
| 11 h 30 | Rotation 12 | B | C | F | H |
| 11 h 45 | Goûter et verre de l'amitié | | | | |

## AUTO ARBITRAGE

| | |
|---|---|
| TERRAIN | Voir espace de jeu |
| BALLON | Ballon futsal - T4 |
| NOMBRE DE JOUEURS | 5 x 5 dont GB / Participation de tous à égalité |
| SÉCURITÉ | Protège tibias obligatoires / Tacles interdits |
| TEMPS DE JEU | 60 minutes maximum |
| SORTIE DE BUT | Le ballon est relancé à la main depuis la surface de réparation par le gardien de but de l'équipe |
| TOUCHES | Au pied. 4" pour jouer quand le ballon est posé / Passe ou conduite |
| MISE EN PLACE DU CUMUL DES FAUTES EN FONCTION DU TEMPS DE JEU | Exemple pour 10' : 3 fautes par séquence de jeu - à la 4ème faute coup de pied à 10 mètres |
| DISTANCE ADVERSAIRE SUR REMISE EN JEU | 5 mètres |
| RELANCE DU GARDIEN | Jouer dans son demi terrain |
| HORS-JEU | Non |

# REGLEMENTATION




## LE TERRAIN

- Dimension ½ terrain avec une réduction en largeur de 1 à 2m. Buts de 6m x 2m. Le point de pénalty à 9m.
- Une surface de réparation de 26m x 13m (10m en partant du poteau) doit être tracée (possibilité d'utiliser une autre couleur que le blanc).

## L'EQUIPE

- Elle se compose de 8 joueuses dont une gardienne de but
- En pratique spécifique féminine, aucun sur classement et déclassement n'est autorisé.

  Pour les U11F-U13F, peuvent jouer les U11F + U12F + U13F + 3 U10F

  Pour les U14-U17F, peuvent jouer les U14F + U15F + U16F + U17F
- Les licences sont obligatoires (voir R.G. de la L.F.N.A.)
- Elle peut comporter 4 remplaçantes en Foot à 8 et 3 remplaçantes en Foot à 11. Ceux-ci peuvent entrer dans le jeu à n'importe quel moment de la partie sur un arrêt de jeu. Les joueuses remplacées continuent de participer à la rencontre en qualité de remplaçantes.

Lors du match, toutes les JOUEUSES doivent participer de façon égale soit 50% du temps de jeu

## L'EQUIPEMENT

- Le port des protège-tibias est obligatoire. Les bijoux sont interdits
- Ballon Taille 4 en U11F-U13F / Ballon Taille 5 pour les U14F-U17F

## LE TEMPS DE JEU

- U11F-U13F = 2 x 30 min en format match simple
- U14F-U17F Foot à 8 = 2 x 35 min
- U14F-U17F Foot à 11 = 2 x 40 min

## LE HORS-JEU

- Le hors-jeu est signalé à partir de la ligne médiane

## LES REMISES EN JEU

- Sur un coup d'envoi, coup franc et corner, les joueuses adverses se situent au moins à 6m du ballon.
- Sur un coup de pied de but « 6 mètres », le ballon est placé à 9m de la ligne de but à un mètre à droite ou à gauche du point de réparation (foot à 8). Les joueuses adverses se situent en dehors de la surface de réparation et à au moins 6m du ballon. Les joueuses de l'équipe en possession du ballon peuvent se situer dans la surface de réparation (Foot à 8 et à 11).
- Sur une rentrée de touche, les joueurs adverses se situent à au moins 2m.
- Interdiction de marquer directement sur le coup d'envoi.

## LES FAUTES

- Les coups francs sont soit directs ou indirects en fonction de la faute (réf. Loi 12).

**En résumé**

- Dès qu'il y a contact avec l'adversaire ou que le ballon est touché volontairement de la main = coup franc direct
- Pas de contact = coup franc indirect

- La gardienne de but ne peut pas :
  - Se saisir du ballon avec les mains sur une passe volontaire au pied d'une partenaire.
  - Lorsqu'elle tient le ballon dans les mains, elle ne peut pas dégager de volée ou de demi-volée.
  - Se saisir du ballon de la main sur une touche faite par une partenaire.

Dans ces trois derniers cas, la sanction sera : coup franc indirect dans l'alignement de la faute sur la ligne de la surface de réparation (13 m).

## LES COUPS FRANCS

### 1. COUP FRANC DIRECT (CFD)

Le **C**oup de **P**ied de **R**éparation
(CFD dans sa propre surface de réparation)
ou **PENALTY**
est toujours de vigueur !

Un CFD est accordé à l'équipe adverse du joueur qui :

- *donne un coup de pied à l'adversaire,*
- *fait un croche-pied à l'adversaire,*
- *saute sur une adversaire,*
- *charge une adversaire,*
- *frappe une adversaire,*
- *bouscule une adversaire,*
- *tacle une adversaire,*
- *tient une adversaire,*
- *crache sur une adversaire,*
- *touche délibérément le ballon de la main.*

*Sur un CFD, le ballon pénètre DIRECTEMENT dans le but*

- Dans le but de l'équipe adverse ⇨ BUT ACCORDE
- Dans le but de l'équipe de l'exécutant ⇨ CORNER pour l'équipe adverse

## 2. COUP FRANC INDIRECT (CFI)

a) Un CFI est accordé à l'équipe adverse si, à l'intérieur de sa propre surface de réparation, une gardienne de but :

Voir exécution du CFI dans PROCEDURE (§3)

- *garde le ballon en main pendant plus de six secondes avant de le relâcher*
- *touche une nouvelle fois le ballon des mains après l'avoir lâché, sans qu'il ait été touché par une autre joueuse*
- *touche le ballon des mains sur une passe bottée délibérément par une coéquipière*
- *touche le ballon des mains directement sur une rentrée de touche effectuée par une coéquipière*
- *dégage de volée ou de demi-volée (Règlement spécifique)*

b) Un CFI est également accordé à l'équipe adverse de la joueuse qui :

- *joue d'une manière dangereuse*
- *fait obstacle à la progression d'une adversaire*
- *empêche la gardienne de but de lâcher le ballon des mains*

*Signal de l'arbitre*

L'arbitre signale le CFI en levant le bras au-dessus de la tête. Il maintient son bras dans cette position pendant l'exécution du coup franc et jusqu'à ce que le ballon touche une autre joueuse ou ne soit plus en jeu.

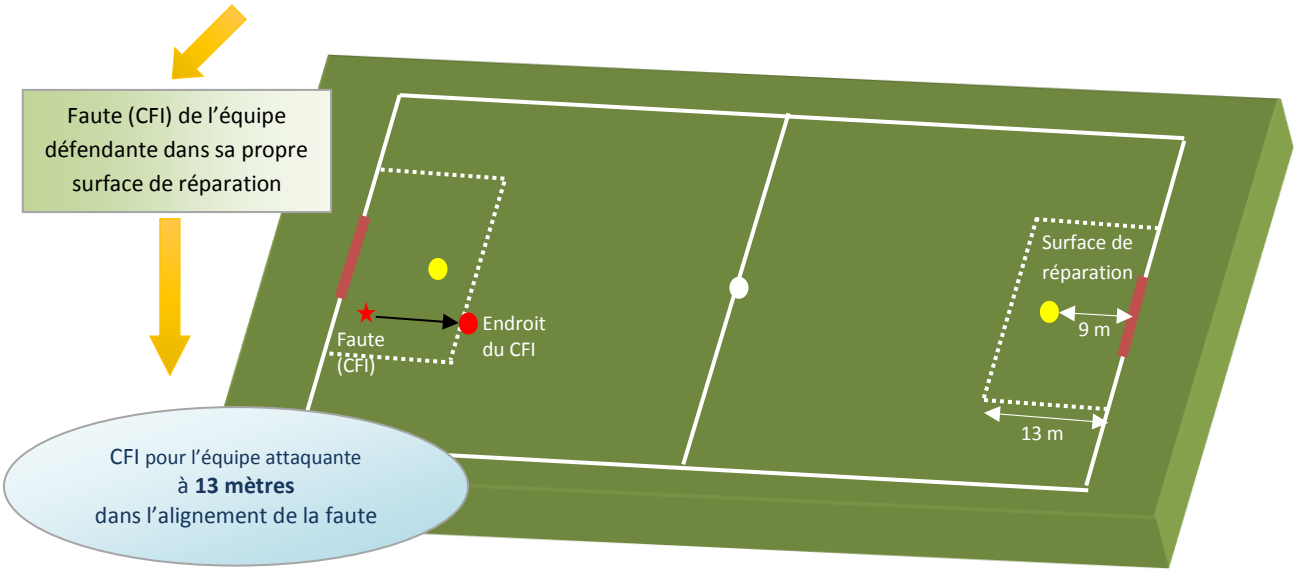
*Sur un CFI, le ballon pénètre DIRECTEMENT dans le but*

- Dans le but de l'équipe adverse ⇨ Coup de pied de but pour l'équipe adverse
- Dans le but de l'équipe de l'exécutant ⇨ CORNER pour l'équipe adverse

Un but ne peut être accordé que si le ballon entre dans le but après avoir touché une autre joueuse.

## 3. PROCEDURE

- Les coups francs (Direct et Indirect) sont exécutés à l'endroit où la faute a été commise.
- sauf cas particuliers *(CFI – Réf. §2 - de l'équipe défendante dans sa surface de réparation)*




Dans tous les cas :

- Le ballon doit être immobile au moment de l'exécution
- Les adversaires sont au minimum à 6 mètres du ballon
- L'arbitre donne le signal (coup de sifflet, geste, voix, …)
- Le ballon est en jeu dès qu'il est botté et a bougé
- Si le CF (pour la défense) est dans la surface de réparation, le ballon n'a plus besoin de sortir de la surface pour être en jeu.
- L'exécutant ne doit pas retoucher le ballon avant que celui-ci ait été touché par une autre joueuse (sinon CFI)

## 4. COUP FRANC RAPIDE

Un coup franc peut être joué rapidement quand aussitôt après le coup de sifflet de l'arbitre dans la continuité de l'action, une joueuse de l'équipe qui en bénéficie botte le ballon arrêté à l'endroit de la faute ou à l'endroit précisé par la loi (PAS BESOIN DE SIGNAL DE L'ARBITRE).

- Si une adversaire, à moins de 6 mètres, récupère le ballon ⇨ Laisser jouer

Par contre dès qu'une joueuse de l'équipe qui bénéficie du coup franc demande le respect de la distance réglementaire par un adversaire, le coup franc ne peut plus entrer dans la catégorie des coups francs joués rapidement. De plus, lorsque le ballon se trouve éloigné de l'endroit de la faute et qu'il met un certain temps pour revenir, le coup franc ne pourra pas être joué rapidement par l'équipe qui en bénéficie.

Dans les 2 cas précédents, il est indispensable que la joueuse exécutant le coup franc attende le signal de l'arbitre.

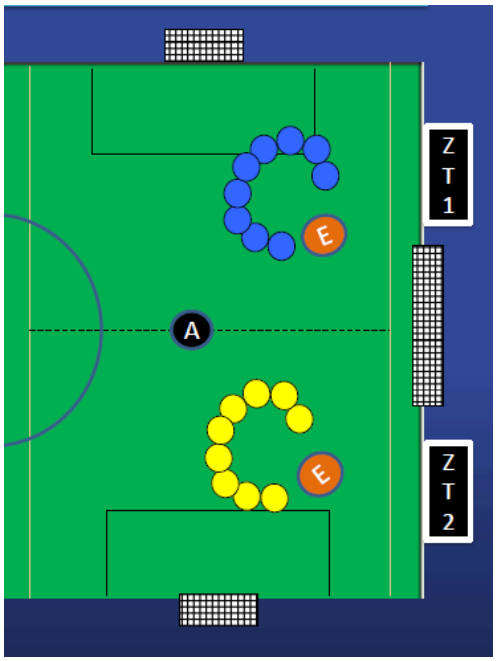
# LA PAUSE COACHING

Afin de développer un climat sportif différent autour de nos terrains, la F.F.F développe la pause coaching. Ce temps va permettre à l'éducateur d'intervenir directement auprès des joueuses et du coup de limiter ses interventions au cours du match.

Elle pourra également permettre de gérer plus facilement la rotation des remplaçantes et d'intervenir auprès des enfants à un moment où ils sont plus attentifs aux consignes de l'éducateur.

## La procédure de LA PAUSE COACHING

1. Au premier arrêt de jeu après la 15ème minute de jeu, l'arbitre interrompt le match. Les jeunes restent sur le terrain dans leur propre moitié de terrain et l'éducateur vient au coin de la surface de réparation (comme indiqué dans le schéma).
2. Cette pause dure 2 minutes précises, le temps étant géré par l'arbitre.
3. L'arbitre reprend le jeu en conséquence de l'arrêt de jeu.
4. Même procédure pour la 2ème mi-temps.



# CALENDRIER :

- Journée Rentrée EFF :

Le Samedi 05 octobre 2019

- Finale Départementale du Festival U13 :

Le Samedi 04 avril 2020

- Finale Régionale du Festival Foot U13 :

Le Samedi 02 et Dimanche 03 mai 2020

- Réunion de fin de saison :

**Pour plus d'informations, rendez-vous sur le site de votre District ou de la LFNA**

- Formations :
  - U13 :
  - U15 :

# LABEL JEUNES :

*La reconnaissance du travail du club pour les jeunes*

3 niveaux de label :

LABEL JEUNES FFF CRÉDIT AGRICOLE ESPOIR

LABEL JEUNES FFF CRÉDIT AGRICOLE EXCELLENCE

LABEL JEUNES FFF CRÉDIT AGRICOLE ELITE

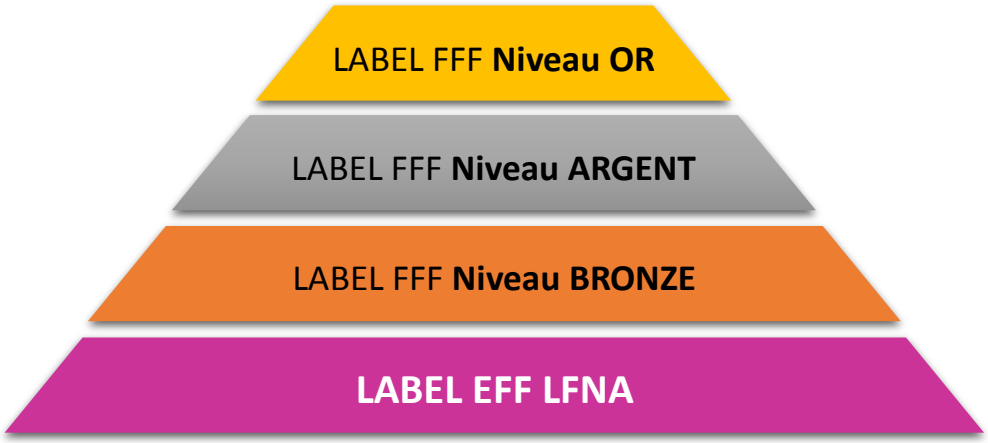
Projet Club :

Validation de 4 Projets :

- ASSOCIATIF
- ENCADREMENT et FORMATION
- EDUCATIF
- SPROTIF

# LABEL ECOLE FEMININE DE FOOTBALL :

L'obtention du Label Ecole Féminine de Football est soumis à la validation de critères incontournables de 4 projets du club : Associatif, Sportif, Educatif et Encadrement et Formation. Voici les 4 niveaux de label :




*Contact :* le Conseiller Technique Départemental du Développement et Animation des Pratiques de votre District