



U7

FOOT à 5

District HAUTE GARONNE de Football
 Chemin de Verdale 31240 St Jean
 ☎: 05 62 89 05 30 ☎: 05 62 89 05 35

Avez-vous participé:
 à un jeu éducatif: oui non
 à un relais vitesse: oui non

FEUILLE DE PRESENCE

SECTEUR: *Durée des séquences*

Feuille à retourner au District de Football dans les 10 jours

PLATEAU du Samedi :

Terrain de :

Liste des joueurs participants			
Equipe:			
N°	Nom et Prénom	Licence	Fém
1			
2			
3			
4			
5			
6			
Nom et adresse du dirigeant accompagnateur		Licence	

Liste des joueurs participants			
Equipe:			
N°	Nom et Prénom	Licence	Fém
1			
2			
3			
4			
5			
6			
Nom et adresse du dirigeant accompagnateur		Licence	

Liste des joueurs participants			
Equipe:			
N°	Nom et Prénom	Licence	Fém
1			
2			
3			
4			
5			
6			
Nom et adresse du dirigeant accompagnateur		Licence	

Liste des joueurs participants			
Equipe:			
N°	Nom et Prénom	Licence	Fém
1			
2			
3			
4			
5			
6			
Nom et adresse du dirigeant accompagnateur		Licence	

Tous les participants doivent être en possession de la licence "U7/U6" y compris l'éducateur

Equipes Supplémentaires

Liste des joueurs participants

Equipe:

N°	Nom et Prénom	Licence	Fém
1			
2			
3			
4			
5			
6			

Nom et adresse du dirigeant accompagnateur	Licence

Liste des joueurs participants

Equipe:

N°	Nom et Prénom	Licence	Fém
1			
2			
3			
4			
5			
6			

Nom et adresse du dirigeant accompagnateur	Licence

Veiller à la durée des Efforts (Alterner Rencontres, Jeux, Circuits, Relais)

Les Séquences de 10' maximum

- Rencontres (10 minutes)
- Jeux / Relais (10 minutes)
- Rencontres (10 minutes)
- Jeux / Relais (10 minutes)
- Rencontres (10 minutes)

Utiliser des mots simples avec les enfants

Tous les participants doivent être en possession de la licence "U7/U6" y compris l'éducateur

L'ESPRIT ET LES REGLES DU FOOT A 5

LE PLATEAU

LE TERRAIN : 30 m x 20 m

LES BUTS : 4 m x 1,5 m

BALLON: Il est recommandé d'utiliser un ballon n°3 plus petit et plus léger que les ballons n°4.

Eviter de faire jouer les débutants avec des ballons en caoutchouc qui font mal.

LES EQUIPES:

A chaque rencontre, TOUS les joueurs ou joueuses devront participer effectivement au jeu pendant une durée au moins équivalente à celle d'une "mi-temps".

Ne pas hésiter à mélanger les joueurs de clubs différents. Une équipe se compose de 5 participants (garçons ou filles) dont un(e) gardien(e) de but et de trois remplaçants.

Ceux-ci peuvent entrer dans le jeu à n'importe quel moment de la partie, à condition d'attendre un arrêt de jeu et de se présenter à l'arbitre. Les joueurs remplacés peuvent continuer à participer à la rencontre en qualité de remplaçants

CHAUSSURES :

Les joueurs portent de préférence des chaussures à crampons multiples. Les chaussures de tennis et basket sont tolérées.

L'ARBITRAGE : EDUCATIF

Un responsable d'équipe, un accompagnateur ou un jeune cadre technique assure la direction du jeu. Il lui est recommandé de se placer à l'extérieur du terrain.

Il peut ainsi, si cela est nécessaire, assurer en même temps la surveillance de la ligne de touche. L'autre ligne de touche sera surveillée par un autre juge.

SANCTION DE FAUTES ET INCORRECTIONS

Toutes les fautes seront sanctionnées par un coup franc direct, tiré à l'endroit où s'est produit la faute.



JAMAIS DE PROLONGATION

FAISONS LES JOUER

SANS CONTRAINTES