



# U7

## FOOT à 5

DISTRICT HAUTE GARONNE MIDI TOULOUSAIN

Chemin de Verdale 31240 St Jean  
☎ : 05 62 89 05 30 📠 : 05 62 89 05 35

### FEUILLE DE PRESENCE

SECTEUR:.....

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	

**Avez-vous Participé à ?**    ➔    *un jeu éducatif :*     *oui*     *non*

➔    *un relais vitesse :*     *oui*     *non*

*Durée des séquences*   

**Si non :**     .....

**Important !** Même si un plateau a été annulé, envoyer la feuille de rencontre et indiquez-en la raison.  
S'il a été reporté, signalez la date et le lieu.

**Feuille à retourner au District de Football**

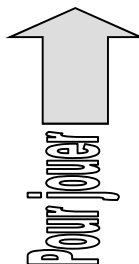
### Equipe Supplémentaire

N°	Nom et Prénom	Licence	Clubs
1			
2			
3			
4			
5			
6			
Nom et adresse du dirigeant accompagnateur		Licence	

# **FAISONS**

### Equipe Supplémentaire

N°	Nom et Prénom	Licence	Clubs
1			
2			
3			
4			
5			
6			
Nom et adresse du dirigeant accompagnateur		Licence	



## **JAMAIS DE PROLONGATION**

## **L'ESPRIT ET LES RÉGLES DU FOOT À 5**

### **LE TERRAIN**

#### **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 club différents

Une équipe se compose de 5 participants (garçons ou filles) dont un(e) gardien(e) de but et de 1 remplaçant<sup>1</sup>

**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.

**Veiller à la durée des Efforts**

**(Alternar Rencontres, Jeux, Circuits, Relais)**

**Les Séquences de 10' maximum**

Jeux / Relais (10 minutes)

Rencontres (10 minutes)

Jeux / Relais (10 minutes)

Rencontres (10 minutes)

**Utiliser des mots simples avec les enfants**

### **LE PLATEAU**

#### **LE BALLON, L'EQUIPEMENT**

#### **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.

#### **CHAUSSURES :**

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

#### **L'ARBITRAGE :**

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 produite la faute. Toutefois, l'arbitre aura le droit de siffler un penalty, s'il considère la faute intentionnelle ou grave, quelque soit l'endroit du terrain où elle a été commise.

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