



# REGLE DU JEU ET ARBITRAGE

## ENSEMBLE SOYONS P.R.E.T.S, SOYONS FOOT

### PEF'IN CLUB L'HEBDO n°5

#### Séance U9/U11 - Quiz - Zoom sur un club



### 1 QUIZ SPECIAL FUTSAL

#### REPONSES QUIZ EDITION N°4 : 1-B/2-C/3-A+B+C+D/4-C/5-B

Q1°) Question 1 : Combien de changement sont autorisés pour une équipe lors d'un match ?

- 1
- 2
- 3
- Autant que l'on souhaite

Q2°) Question 2 : Lors d'un coup franc direct, le mur doit se situer à quelle distance du ballon ?

- 3 mètres
- 5 mètres
- 7 mètres



Q3°) Question 3 : L'arbitrage qui est mis en place lors d'un match de futsal est bien différent de celui du Foot à 11. Retrouve parmi ces propositions celles qui s'appliquent dans le futsal :

- Les tacles sont interdits lors du match
- Il n'existe pas de règle de l'avantage
- Il n'y a qu'un arbitre sur le terrain
- Comptabilisation des fautes collectives
- Remise à zéro des fautes collectives à la mi-temps



Q4°) Question 4 : Lors des changements, les joueurs doivent se positionner :

- Derrière les buts
- Dans la zone des 5 mètres
- Au niveau du corner
- Il n'y a pas de zone précise



### 2 DEFI PEF



### 3 EXERCICE TECHNIQUE

<p><b>Objectif :</b> Sensibiliser sur les règles du jeu par l'intermédiaire d'un atelier de questions/réponses</p> <p><b>But :</b> Connaître les règles essentielles du jeu</p> <p><b>Règles et consignes :</b> Répartir les participants en équipe. Positionner les joueurs par équipe, face aux parcours moteur dans la zone « Questions ». Poser une question (Vrai/Faux) par équipe. Demander aux joueurs de répondre à la question posée par un déplacement dans la zone (Vrai/Faux) correspondante à la bonne réponse.</p> <p><b>Variables :</b> En fonction du niveau des joueurs : déplacement sans ballon puis ballon à la main puis ballon au pied. Distances et contenus du parcours moteur à adapter en fonction du niveau et de l'âge des joueurs.</p> <p><b>Questions :</b> - "J'ai le droit de jouer au football avec des filles. VRAI : la mixité est autorisée jusqu'en U15. - "Tu peux poursuivre ton action et marquer un but même si l'arbitre a sifflé un hors-jeu. FAUX : tu dois l'arrêter et te replier sans contester sa décision. - "Pour qu'un but soit accordé par l'arbitre, il faut que le ballon touche la ligne de but. FAUX : il faut que le ballon ait entièrement franchi la ligne de but entre les montants. - "Les protège-tibias sont obligatoires lors d'un match de football. VRAI : cela me permet de limiter les risques de blessure. - "Sur un corner, je peux marquer un but directement contre l'équipe adverse. VRAI. - "Le ballon peut être botté (envoyé) dans n'importe quelle direction au coup d'envoi. VRAI. - "Ton gardien peut prendre le ballon à la main dans sa surface de réparation sur une passe que tu lui as faite avec la cuisse. VRAI : Il peut aussi se saisir du ballon sur une passe de la tête ou de la poitrine. - "Un joueur peut être signalé en position de hors-jeu sur un coup de pied de but (6m). FAUX : un joueur ne peut pas être hors-jeu sur un coup de pied de but. - "Un joueur peut être sanctionné hors-jeu sur une passe réalisée avec la main de la part de son propre gardien. VRAI. - "Le vainqueur du TOSS d'avant match choisit d'obtenir le coup d'envoi du match. FAUX : le vainqueur obtient le choix du camp.</p>		<p><b>Objectif :</b> Prise de balle et enchaînement pour conserver ou progresser</p> <p><b>But :</b> Cheminement de passes pour progresser puis marquer le but</p> <p><b>Règles et consignes :</b> Deux équipes, chacune travaille d'un côté du terrain. Passes au sol obligatoires. Distances entre les joueurs : minimum 5 à 6 mètres entre chaque poste. Avec ou sans gardien de but.</p> <p><b>Variables :</b> * Faire évoluer la distance de passe en fonction du niveau des joueurs * Apporter des contraintes techniques (passes du pied fort / faible, prise de balle d'un pied / passe de l'autre) * Compétition : les 2 équipes mettent en jeu un ballon en même temps. La 1<sup>ère</sup> équipe qui tire au but marque un point. Si but : 1 point également.</p> <p><b>Comportements attendus :</b> S'orienter pour gagner du temps, lever la tête pour prendre l'information, utiliser la bonne surface de contact, qualité de la 1<sup>ère</sup> touche de balle, réaliser la passe avec l'intérieur du pied, valoriser la bonne exécution gestuelle.</p>	
---	--	---	--

### 4 ATELIER MOTRICITE



### 5 DEFI EN EQUIPE



<p><b>Objectif :</b> Maîtrise, pilotage des appuis avec le ballon</p> <p><b>But :</b> Réaliser le relais par équipe</p> <p><b>Règles et consignes :</b> Faire 2 équipes. A tour de rôle, les joueurs effectuent le relais de motricité : passage sur l'atelier à l'aller, retour sur le côté pour le retour. 3 séquences : * Sans ballon : découverte de l'atelier puis compétition par équipe, sous forme de relais. * Ballon à la main : découverte puis compétition. * Ballon au pied : découverte uniquement (nécessité de bien maîtriser son ballon). Conduite de balle uniquement, puis évolution avec conduite à l'aller + passe au partenaire suivant pour le retour.</p> <p><b>Variables :</b> * Possibilité de rajouter des éléments, comme des plots, haies, échelle de rythme... * Ajuster les distances et le contenu de l'atelier en fonction de l'âge et du niveau des joueurs. * Evolutions techniques sur la conduite et la passe (pieds, surface de contact).</p>		<p><b>Objectif :</b> Prendre l'information et se déplacer le plus rapidement avec son ballon</p> <p><b>But :</b> Être la 1<sup>ère</sup> équipe dont tous les joueurs ont fait leurs courses et sont rentrés à la maison avant le couvre feu de 18h !</p> <p><b>Règles et consignes :</b> Chaque équipe a son magasin attiré et chaque joueur a sa maison. Les ballons sont placés dans les magasins (zones centrales). Au signal et à tour de rôle, un joueur de chaque équipe doit aller chercher un ballon au magasin et le ramener dans sa maison. Dès que le 1<sup>er</sup> joueur est revenu et que le ballon est maîtrisé au sol dans la maison, le joueur suivant peut s'élancer. Le jeu s'arrête lorsque les magasins sont vides. L'équipe qui a le plus de ballons dans ses maisons gagne.</p> <p><b>Variables :</b> * Ajuster les distances en fonction de l'âge et du niveau des joueurs * Evolutions techniques sur la conduite et la passe (pieds, surface de contact). * Avoir la possibilité d'aller chercher un ballon dans une maison adverse lorsque les magasins sont vides (donner une limite de temps pour la durée du jeu).</p>	
---	--	--	--

## ZOOM CLUB



Dans le cadre de son service civique en relation avec le District de la Sarthe, **Hugo AUBERT** a réalisé une action sur la thématique de l'arbitrage.



Sous forme de jeux ludiques, les jeunes des catégories U11 et U13 devaient réaliser le maximum d'ateliers puis faire valider le tour grâce à un quiz sur « La théorie au service du jeu ».

Action et photos à retrouver sur le Facebook du club : [\(1\) Mulsanne Teloché Football | Facebook](#)

**BRAVO**

