


- Jusqu'à 13 ans une fille peut jouer avec les garçons, après elle ne peut jouer qu'avec les filles.
- De 5 à 9 ans : le Foot se pratique à 5 jours
- De 10 à 13ans : le foot se pratique à 8 jours
- A partir de 14 ans le foot se pratique à 11 jours

Appelle le district du Val de Marne de Football au 01 55 96 11 43.

Fille ou garçon, quel que soit ton âge tu peux jouer en club :

Tu veux jouer au Foot, il existe forcément un club tout près de chez toi !



CLASSE : 

Prénom :

NOM :

N'attendez plus. Soyez « Tous prêts ! »



FOOT À L'ÉCOLE
Mon passeport Foot à l'école



© 2021 USEP 94-IA94-District de Football 94
usep94.ligue94@gmail.com

Do you speak English ?



- Barre transversale
- gardien de but
- Carton rouge
- Fauté
- But
- Arbitre
- Coup de pied de coin
- Assistant Referee
- Penalty area
- Surface de réparation
- Mi-temps
- Coup franc
- Prolongations
- Arrêt de jeu
- Carton jaune
- Arbitre assistant
- Referee
- Goal keeper
- Goal
- Foul
- Yellow card
- Red card
- Assistant Referee
- Corner kick
- Goal nets
- Free kick
- Extratime
- Half-time
- Additional time
- Cross-bar
- Corner kick
- Goal nets
- Free kick
- Extratime
- Half-time
- Additional time

Règles du Foot équitable

Les règles du Foot à 5 sont conservées.

Le jeu est modifié suivant le principe suivant :

- quand une équipe prend l'avantage sur l'autre (1er but marqué), l'équipe qui vient de marquer tire une carte au choix :
- soit une carte verte « Avantage » qui introduit une règle qui avantagera l'autre équipe
- soit une carte rouge « Contrainte » qui constituera un défi à relever pour l'équipe qui mène au score.

- Une fois la nouvelle règle tirée au sort, on s'assure qu'elle est comprise de tous.
- Cette règle reste active jusqu'à la fin du match.
- Le jeu reprend. Dès qu'une équipe reprend l'avantage on procède à un nouveau tirage.
- Il n'y a pas de tirage en cas d'égalité au score.

J'ai appris :

- à faire une passe
- à contrôler la balle
- à conduire la balle au pied
- à faire un tir cadré
- à tirer avec différentes parties du pied
- à faire une bonne passe
- à me démarquer
- à contrer un adversaire
- à être gardien de but



Je m'implique tout au long des ateliers sportifs et je mesure mes progrès en cochant ce que je sais faire :

J'apprends à arbitrer :

- Je connais les règles du jeu
- Je sais appliquer les règles du carton blanc
- J'explique mes décisions en quelques mots
- Je sais me faire respecter
- Je me place correctement pour suivre le jeu
- Je connais les cartes du Football équitable
- Je sais utiliser les cartes du Football équitable
- Je connais la signification des coups de sifflet
- Je sais faire les différents gestes de l'arbitre et je connais leur signification
- J'ai arbitré au moins un match

Je suis un joueur exemplaire :

- Je respecte les règles, je ne fais pas de faute volontaire
- Je respecte l'adversaire
- Je respecte les décisions de l'arbitre même s'il se trompe !
- Je joue avec tous mes coéquipiers
- J'encourage mes coéquipiers quoi qu'il arrive

Je participe à l'organisation :

- Je respecte le matériel
- Je sais installer le matériel
- Je sais ranger le matériel

Je suis un spectateur exemplaire :

- Je suis fair-play
- J'encourage mes camarades
- J'applaudis toute belle action de l'équipe adverse

- Tacle interdit
- 5 joueurs dont un gardien de but
- Les remplaçants peuvent entrer et sortir du jeu à n'importe quel moment de la partie.
- Pas de hors jeu.
- Joueur adverse à 5 mètres sur touche ou faute.
- Un but est valable lorsque le ballon à franchi entièrement la ligne de but, il peut être marqué de n'importe quel endroit du terrain.
- Touche : lorsque le ballon est sorti entièrement du terrain. La remise en jeu s'effectue au pied.

Règles du Foot à 5