


	PROGRAMME ÉDUCATIF FÉDÉRAL
LIGUE	Laura Foot
DISTRICT	Haute Savoie pays de Gex
CLUB	Fc Epagny Metz Tessy

		
U6/U9	U10/U13	U14/U19
		X

Choix de la thématique	
	Santé
	Engagement citoyen
	Environnement
	Fair-Play
	Règles du jeu et arbitrage
	Culture foot





Biathlon de l'arbitrage

Afin de sensibiliser les joueurs sur les règles de jeu en foot à 11 on a organisé un biathlon sur l'arbitrage (un mix entre atelier technique et questions sur l'arbitrage).

Je réalise un atelier technique puis je réponds à la question sur l'arbitrage. Si la réponse est bonne je passe à l'atelier suivant si la réponse est fausse le joueur doit recommencer l'atelier.

SEANCE 23/03/2022 INITIATION AUX REGLES DU JEU ET A L'ARBITRAGE (séance 45)

L'atelier dure 45 minutes, il y a 10 exercices techniques à réaliser. A chaque fois que je réussis un exercice j'ai 1 point, par la suite je dois aller voir l'adjuvateur qui me pose une question. Si je répond juste j'ai un deuxième point. J'ai le droit à 10 essais par exercice. Dès que j'ai réalisé un tour complet je recommence avec des variantes sur chaque exercice

Les exercices tour 1		Les exercices tour 2	
1) 15 PF	2) 10 PF	1) 25 PF	2) 20 PF
3) 10 séquences	4) 10 séquences	3) 10 séquences	4) 15 séquences
5) Barre des 15 m	6) Passe à 10m PF	5) Barre des 10 m PF	6) Passe à 10m PF
7) Passe à 10m PF	8) Le poteau PF	7) Passe à 15m PF	8) Le poteau PF
9) 3 jonglages et reprise dans les filets	10) La passe arrêtée entre 2 lignes PF	9) 3 jonglages et reprise dans les filets	10) La passe arrêtée entre 2 lignes PF

REGLES DU JEU ET ARBITRAGE	
QUESTIONS	REPOSES
1. J'ai le droit à combien de changements au football 11 ?	3
2. Si un joueur reçoit une coupure à la fin de la séance à quel poste ?	10ème
3. Un hors jeu c'est quoi ?	Si hors jeu il faut que le corps se trouve plus près de la ligne de but adverse que de l'avant dernier adversaire
4. Quel terrain désigne un penalty, un coup franc ou un corner ?	Un coup de pied arrêté
5. A quel moment l'arbitre assistant juge-t-il qu'il y a hors jeu ?	Au départ du ballon
6. Combien de temps dure un match de foot 11 ? 11v11 et 11v7 ?	20 min, 20 min et 20 min
7. Au football à 11 combien de mètres doit être le pied du foot sur un coup franc direct ?	16
8. Comment appelle-t-on la ligne au centre du terrain ?	La ligne médiane
9. Quel est la longueur d'un but à 11 ?	16m
10. Quel est la distance du point de penalty au but à 11 ?	11m
11. Quel geste fait l'arbitre avec son bras pour désigner un penalty ?	Il désigne le point de penalty
12. Quel geste fait l'arbitre avec ses bras pour laisser l'avantage ?	2 bras levés vers l'avant
13. Quel geste fait l'arbitre assistant avec son drapeau pour désigner un corner ?	Drapeau en direction du coin (vers le but)
14. Les séquences sont 11v11 techniques ?	Non
15. Que se passe-t-il si le joueur et son adversaire sont malades ?	Carton jaune
16. Est-ce qu'il y a hors jeu sur un 11v7 ?	Non
17. Même que un joueur sans protéger l'été peut déclencher une rencontre de foot ?	Non c'est obligatoire
18. Quelles sont les cartes jaunes ? (à exemples mélangés)	Comportement antérieur, manœuvre de déstabilisation en parole ou en acte, entraver les buts du joueur de temps, ne respecte pas les décisions
19. Quelles sont les cartes rouges ? (à exemples mélangés)	Heure grossière, comportement violent, cache son adversaire ou autre, arrête une action de but sur une faute ou de la main, insultes et menaces
20. Où est ce que je peux me renseigner pour faire une formation d'arbitrage ?	De mon club, des districts etc...

Résultats															
Nom	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															
15															
16															
17															
18															
19															
20															

