



## FEUILLE DE DEROULEMENT DU PLATEAU DES U11F

<u>LIEU :</u>	<b>PHASE 1</b>		<u>DATE:</u>
---------------	----------------	--	--------------

NE PAS OUBLIER D'EFFECTUER LE DEFI EN DEBUT DE PLATEAU

### 1 défi + 4 matchs de 10 minutes

1er MATCH	2ème MATCH	3ème MATCH	4ème MATCH
A CONTRE F	A CONTRE C	A CONTRE E	A CONTRE B
.....SCORE.....	.....SCORE.....	.....SCORE.....	.....SCORE.....
B CONTRE C	D CONTRE F	B CONTRE D	C CONTRE D
.....SCORE.....	.....SCORE.....	.....SCORE.....	.....SCORE.....
D CONTRE E	B CONTRE E	C CONTRE F	E CONTRE F
.....SCORE.....	.....SCORE.....	.....SCORE.....	.....SCORE.....

SIGNATURE DES RESPONSABLES D'EQUIPE:

**rappel des lois du jeu:**

- \_dimension du terrain : 40X30m
- \_taille du ballon : taille 4
- \_but de 1,80X4m
- \_effectif de 5 joueuses + 2 remplaçantes
- \_le temps de pratique ne doit pas excéder 50 minutes
- \_Pas de hors jeu
- \_tous les coups francs sont directs et toutes fautes commises dans la surface de réparation sera sanctionnées d'un pénalty
- \_ relance protégée de la gardienne:
  - \_la gardienne a interdiction de dégager le ballon de volée
  - \_ **l'adversaire doit se replacer (sortir de la surface adverse)**
- \_la rentrée de touche se fait au pied. Soit par **une passe au sol**. Soit en **conduite de balle**. Interdiction de marquer directement