



**GUIDE POUR LES**  
**EDUCATEURS ET**  
**DIRIGEANTS**  
**U13 Niveau 1**

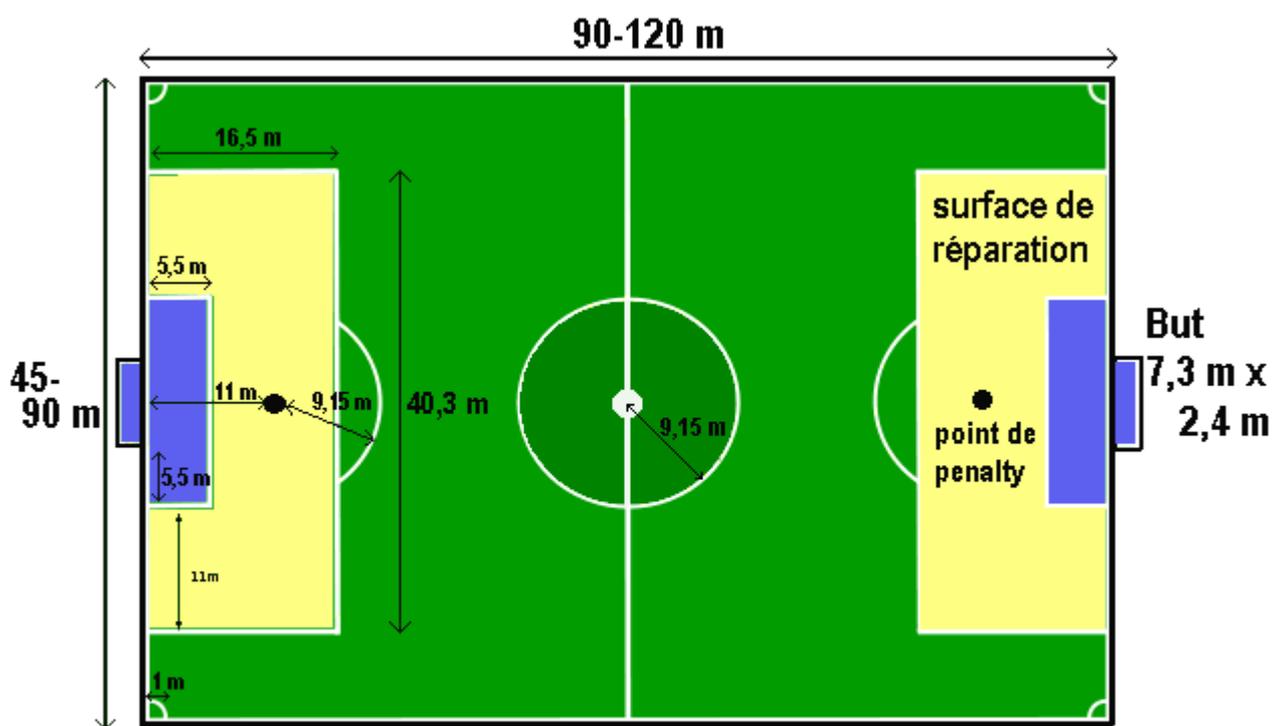
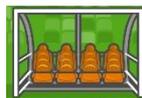
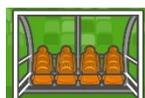
**PHASE 2 : JEU A 11**

**SAISON 2025/2026**

# LOIS DU JEU U13 A 11

## ❖ Loi 1 - Le terrain de jeu

Catégories /Domaine	U13
Terrain	Terrain à 11
Buts	7,32 x 2,44 m
Point de coup de pied de réparation	11 m
Surface de réparation	40,32 m x 16,5 m
Zone technique	Banc de touche terrain à 11



## ❖ Loi 2 - Le ballon

Catégories /Domaine	U13
Ballon	T4

## ❖ Loi 3 - Nombre de joueurs

Catégories /Domaine	U13
Nombre de joueurs	11 par équipe
Nombre de joueurs minimum	8 par équipe
Remplaçants	0 à 3
Temps de jeu minimum par joueur	50% Minimum
Sur classement	3 U12 en U13 maxi par équipe
Féminines	U14F autorisées en U13 en mixité

## ❖ Loi 4 - Equipements des joueurs

- Maillots dans le short,
- Chaussettes relevées en dessous des genoux,
- Protèges tibias.

## ❖ Lois 5 et 6 - Arbitre et arbitres assistants

Catégories /Domaine	U12/U13
Arbitre central	Officiel ou un dirigeant licencié <b><u>avec certificat médical</u></b> en cas d'absence
Arbitres assistants	Oui par un licencié <b><u>avec certificat médical</u></b>

## ❖ Loi 7 - Durées des rencontres

Catégories /Domaine	U13
Temps de jeu	60 minutes 2 périodes de 30 minutes
Pause coaching*	Oui

### \* Pause coaching :

- Pause coaching de deux minutes obligatoires à la 15ème minute de chaque période,
- Gestion du temps effectuée par l'arbitre.

### Objectifs :

- Limitation des interventions des éducateurs au cours de la partie,
- Uniquement des encouragements et des renforcements positifs relatifs aux tentatives et aux attitudes des enfants,
- Intervention et conseils ciblés pendant les deux minutes de la pause coaching.

## ❖ Loi 8 - Coup d'envoi

Le ballon est en jeu lorsqu'il est botté. Le joueur ne peut retoucher le ballon avant que celui-ci n'ait été touché par un autre joueur.

**Interdiction de marquer directement sur l'engagement.**

Catégories /Domaine	U13
Distance des joueurs adverses	9,15 mètres

## ❖ Loi 9 - Ballon en jeu ou jeu arrêté

- Le ballon est hors du jeu lorsqu'il franchit entièrement une des lignes du terrain que ce soit à terre ou en l'air.
- Le jeu est stoppé ou arrêté lorsque l'arbitre siffle.

## ❖ Loi 10 - But marqué

Le but est marqué lorsque le ballon franchit entièrement la ligne de but.

## ❖ Loi 11 - Hors-jeu

Catégories /Domaine	U13
Hors-jeu	A la ligne médiane

- Le hors-jeu est jugé au départ du ballon.
- Le receveur doit faire action de jeu.
- Un joueur est en position de hors-jeu s'il est plus près de la ligne de but adverse que le ballon et l'avant dernier joueur adverse.
- Pas de hors-jeu sur une touche ni sur un coup de pied de but.

## ❖ Lois 12 - Fautes et incorrections

- En U13, possibilité selon les fautes de siffler un coup franc indirect.

Les fautes ci-dessous sont sanctionnées d'un coup franc indirect :

- Jouer de manière jugée dangereuse,
- Faire obstacle à l'évolution de l'adversaire,
- Empêcher le gardien de lâcher le ballon des mains,
- Fautes spécifiques du gardien entraînant un coup franc indirect :
  - Prendre le ballon à la main sur une passe en retrait du pied d'un partenaire\*.
  - Reprendre le ballon à la main après l'avoir lâché, sans qu'il ait été touché par un autre joueur.
  - Prendre le ballon à la main sur une rentrée de touche d'un partenaire.

\* Seules les passes de la tête, de la poitrine ou de la cuisse sont autorisées.

## ❖ Loi 13 - Coups francs

Catégories /Domaine	U13
Coups Francs	Directs et indirects
Distances des joueurs adverses	9,15 mètres
Passe en retrait au gardien	Prise de balle au pied uniquement sinon coup franc indirect Mur autorisé
Dégagement gardien	Volée demi volée autorisée

## ❖ Loi 14 - Coups de pied de réparation

Catégories /Domaine	U13
---------------------	-----

Coup de pied de réparation	A 11 mètres
----------------------------	-------------

## ❖ Loi 15 - Rentrées de touche

Catégories /Domaine	U13
Rentrée de touche	A la main

## ❖ Loi 16 - Coups de pied de but

Lors d'un coup de pied de but, le ballon sera placé dans la surface de but.

Les adversaires devront se trouver à l'extérieur de la surface de réparation (40,3 x 16,5 m) jusqu'au botté du ballon.

Les joueurs de l'équipe bénéficiant du coup de pied de but peuvent se trouver à n'importe quel endroit sur le terrain (à l'extérieur ou l'intérieur de la surface de réparation).

Après le botté du ballon, les adversaires ont la possibilité de pénétrer dans la surface de réparation même si celui-ci n'en est pas encore sorti.

## ❖ Loi 17 - Coups de pied de coin

Catégories /Domaine	U13
Coup de pied de coin	Au pied et au point de corner. Joueurs adverses à 9,15 m.

### Rappel : Article - 160 Nombre de joueurs "Mutation"

Pour la pratique U13 à 11, le nombre de joueurs titulaires d'une licence « Mutation » pouvant être inscrits sur la feuille de match est limité à quatre dont UN maximum ayant changé de club hors période normale au sens de l'article 92.1 des présents règlements.

**Un joueur licencié dans un club sur les phases de brassages ne peut participer dans un autre club à la phase d'accession U14R.**

**Le joueur U13 qui a participé aux brassages avec un club peut, en cas de forfait général du club, participer à la phase d'accession en U14 avec un autre club.**

## LES COMPÉTENCES SPORTIVES

 TACTIQUE	 TECHNIQUE	 PSYCHOLOGIQUE	 ATHLÉTIQUE
Être capable de			
Agrandir l'espace de jeu effectif en largeur et profondeur	Contrôler des ballons au sol ou aériens pied droit, pied gauche et d'enchaîner par un autre geste le plus vite possible	Avoir un état d'esprit exemplaire	Développer la vitesse d'exécution
Jouer vers l'avant collectivement ou individuellement entre les lignes adverses	Frapper son ballon pied droit, pied gauche avec les différentes surfaces de contacts, notamment le cou-de-pied	Rester concentré	Travailler la coordination, motricité.
Sécuriser et maîtriser la possession	Remiser ou de dévier le ballon	S'engager totalement	Travailler les étirements.
Changer de rythme de jeu	Conduire pied droit pied gauche en regardant autour de moi pour choisir la solution adéquat	Avoir confiance en soi	Travailler le gainage
Fixer dans une zone pour jouer dans une autre			
Garder le temps d'avance pour finir l'action	Conserver le ballon en utilisant son corps	Être persévérant	
Être réactif à la perte du ballon et empêcher l'adversaire de s'organiser	Trouver la bonne distance et le bon moment pour marquer	Rester déterminé	
Se replacer sur l'axe ballon/but	Enchaîner une conduite, une feinte et un dribble en rythme		
Reformer le bloc équipe	Jouer un ballon aérien de volée		
Récupérer le ballon en bloc	Récupérer le ballon dans les pieds de l'adversaire		
Protéger son but en déséquilibre	Réaliser 50 contacts jonglerie pied droit, pied gauche, alternés et tête. 20 m en aller retour		

## LES COMPÉTENCES ÉDUCATIVES sont transverses aux compétences sportives

PÉRIODES	Septembre / Octobre	Novembre / Décembre	Janvier / février	Mars / avril	Mai / juin
ADN FFF	<b>PLAISIR</b>	<b>RESPECT</b>	<b>ENGAGEMENT</b>	<b>TOLÉRANCE</b>	<b>SOLIDARITÉ</b>
COMPÉTENCES	Respecter le cadre de fonctionnement collectif	Prendre une douche après l'effort	Utiliser des transports éco-responsables	S'interdire toutes formes de discriminations	Connaître les méfaits du tabac
	Découvrir et assumer le rôle de capitaine	Prioriser le projet collectif	Trier ses déchets	Jouer sans tricher	Adapter son sommeil à l'activité
	Connaître les fautes à ne pas commettre	Respecter les adversaires	Partager sa connaissance du foot	Faire preuve de volonté de progresser	S'alimenter pour jouer
			Avoir l'esprit club	Respecter et comprendre les sanctions de l'arbitre	Porter les valeurs du foot
			Maîtriser la règle du hors-jeu	S'hydrater pour jouer	

# PHILOSOPHIE ET OBJECTIFS

- P**ermettre et garantir un temps de jeu égal à tous(tes),
- L**aisser jouer les enfants,
- A**ccepter les erreurs et valoriser les réussites,
- I**nciter les enfants à prendre des initiatives,
- S**e servir de la rencontre comme d'un baromètre du progrès des enfants,
- I**mpliquer les joueurs sur les différents postes,
- R**appeler les apprentissages éducatifs et sportifs de la semaine.



Le niveau 1 sera organisé avec 2 poules de 6 équipes en match Aller/Retour en Football à 11.

Les poules seront constituées par la commission F.E. Une seule équipe par club.

Pour participer à la phase d'accèsion U14R, le club doit répondre aux pré-requis suivants :

- L'éducateur responsable et présent sur le banc de touche doit être titulaire à minima du CFI U10/U13
- Deux équipes de Jeunes (U14 à U19) engagées en championnat Football à 11
- Engagement obligatoire au Festival Foot U13-Pitch

Les 2 premiers de chaque poule accéderont en U14R lors de la saison 2025/2026.

Les 8 autres équipes seront reversées en U14D1.