

LE FOOT 5, C'EST QUOI ?

Un dérivé du sport préféré des français : Le football.

Une pratique ludique et sportive pour tout public, qui se pratique sur des terrains adaptés avec des contacts limités et qui allie **plaisir** et **fairplay** !

Jouer aux Foot 5, c'est avant tout partager un instant de convivialité qui conjugue bonne humeur et respect.

UN TERRAIN DE FOOT 5

- 25 à 30m de long X 15 à 20m de large
- Pas de points de penalty
- Un terrain entourée par des parois de 1m de haut
- Une surface de réparation dans laquelle le gardien peut se saisir du ballon à la main
- Deux buts de taille : 3m à 3m50 de large x 2m de haut

UN MATCH DE FOOT 5

- Seuls 4 Joueurs et 1 gardien maximum sont admis sur le terrain pour chaque équipe.
- Les parois FONT PARTIE intégrante du jeu.
- Les filets sur les côtés et au plafond interviennent comme des limites du terrain.
- Pour remporter la victoire, il faut mettre 1 but de plus que l'adversaire.

L'ÉQUIPEMENT DU PRATIQUANT

- Il est fortement recommandé de jouer au foot à 5 avec des chaussures spécifiques à crampons de type « stabilisé ».
- Les crampons moulés et vissés sont formellement **interdits**.
- Les protège-tibias sont fortement conseillés.
- Tous types de ballons est accepté lors d'une pratique « loisirs ».
- Le port de bijoux (montres, boucles d'oreilles, bagues...) est **interdit**.

LES RÈGLES DE SÉCURITÉ

- Il est impératif de bien s'échauffer au niveau cardiaque et musculaire avant votre partie.
- Il est interdit de s'accrocher aux parois et filets.
- Il est interdit de tacler et de jouer à terre.

- On entend par « tacle » toute action amenant un joueur à poser à minima un genou à terre.
- Il est interdit d'être en contact avec un autre joueur le long des parois. Les charges sont interdites et les contacts sont limités au maximum.

LES RÈGLES DU JEU

- Le jeu avec les parois est autorisé et même conseillé.
- Il n'existe pas de « Hors-jeu ».
- L'engagement au début de chaque mi-temps et après un but se fait depuis la ligne centrale du terrain.
- Le joueur n'a pas le droit de frapper directement au but.
- Toutes les remises en jeu sont « indirectes » et ne peuvent pas faire l'objet d'un tir.

Le ballon est considéré comme « sorti » lorsqu'il touche un filet :

- Sur la longueur du terrain ou au-dessus de celui-ci. Le ballon est alors remis à l'équipe qui n'a pas touché le ballon en dernier.
- La remise en jeu est faite au pied, balle au sol, par le gardien de but dans sa surface.

Sur la largeur, derrière les buts le ballon est alors remis :

- Au gardien pour engager dans sa surface, si celui-ci ou l'attaquant adverse sont à l'initiative de cette sortie.
- A l'équipe en attaque, si un défenseur est à l'initiative de cette sortie.
- La remise en jeu est faite au pied, balle au sol, par le gardien de but dans sa surface.
- Toutes les remises en jeu sont « indirectes » et ne peuvent pas faire l'objet d'un tir.

LA SURFACE ET LE GARDIEN DE BUT

Le gardien n'a pas le droit :

- De sortir de sa surface.
- De prendre la balle à la main sur une passe en retrait.
- De sortir les pieds en avant sur un attaquant.

Chaque infraction engendre un penalty !

Tous les joueurs ont le droit d'entrer dans la surface.

LES CONTACTS

- Les contacts sont limités.
- Il est interdit de s'aider de ses mains, de pousser, de tirer un joueur avec ses mains.
- Les charges sur un joueur sont interdites, même épaule contre épaule.

LE COUP FRANC INDIRECT

- Un contact génère un coup franc « indirect ».
- La remise en jeu est faite au pied, balle au sol, par le gardien de but dans sa surface.
- La passe à la palissade est autorisée.

LE PENALTY

Un pénalty est accordé en cas :

- D'accumulation de fautes volontaires : 3 par match et par équipe.
- De jeu antisportif ou dangereux.
- D'une faute dans la surface offensive sur un attaquant.

Celui-ci s'effectue sous forme de « shootout » en 1 contre 1 entre un attaquant et le gardien. L'attaquant s'élance du milieu du terrain pour marquer.

Le joueur dispose de 5 secondes pour réaliser un tir unique à l'extérieur de la surface de réparation. Il est interdit au gardien de sortir de sa surface.

Tous les joueurs ont le droit de tirer, dont le gardien.

Si le ballon ne rentre pas dans le but, touche la palissade, un poteau, la barre transversale ou lefilet, l'action prend fin et le ballon est rendu au gardien.

LES RÈGLES EN COMPÉTITION

L'ÉQUIPEMENT DU PRATIQUANT

- Seuls sont acceptés les ballons de taille 4 lestés.
- Le gardien est autorisé à porter des gants.

LA COMPOSITION D'UNE EQUIPE

- Les joueurs doivent avoir 18 ans minimum pour participer à la compétition (16 ans avec autorisation des parents).
- 8 joueurs dont 3 remplaçants sont autorisés.

LES REGLES DU JEU

- Les matchs se disputent sur deux mi-temps de 25 minutes continues (sans arrêt du chronomètre) avec mi-temps de 5min.

En cas d'égalité lors des phases finales ou lors de matchs à élimination directe, 3 pénaltys seront tirés par équipe pour départager les participants.

- Chaque période doit être prolongée pour récupérer le temps perdu occasionné par :
 - L'examen des blessures des joueurs.
 - Le transport des joueurs blessés hors du terrain de jeu.
 - Les actes visant à perdre du temps délibérément, dont les changements.

La détermination de la durée de la récupération des arrêts de jeu est à la **discretion de l'arbitre**.

- Les points lors d'une compétition sont attribués de manière suivante :
 - 4 points pour l'équipe vainqueur
 - 2 points pour un match nul
 - 1 point pour l'équipe perdante

LES POINTS DE FAIR PLAY

- Chaque joueur inscrit doit s'engager à respecter le Règlement de la compétition et la charte comportementale de l'ANF5.
- Les équipes débutent chaque match avec un Fair-Play de 2 points, qui s'ajouteront aux points obtenus lors du résultat de chaque match.
- L'arbitre fait évoluer ce capital compris entre +2 et -2 points tout au long du match :
 - Chaque carton reçu retire 1 point à l'équipe.
 - Les comportements inappropriés et antisportifs peuvent faire l'objet d'un retrait de point
 - 1 point est retiré à l'équipe qui atteint 9 fautes.

L'ARBITRE

- Il évolue à l'intérieur de l'aire de jeu.
- Chaque match se dispute sous son contrôle et il dispose de toute l'autorité nécessaire pour veiller à l'application des Règles du Jeu dans le cadre du match qu'il est appelé à diriger.

Le respect de l'arbitre est essentiel, toute contestation pourra être sanctionnée d'une faute comptabilisée ou d'une exclusion définitive pour le restant du match ou de la compétition (à l'appréciation de l'arbitre, voir de l'établissement).

Des sanctions plus importantes peuvent être prises comme la suspension de futurs matchs ou bien l'interdiction total d'évoluer dans une compétition ANF5.

Aucun débordement ne sera toléré.

L'arbitre a pour mission de :

- Veiller à l'application de toutes les Règles du Jeu.
- Assurer le contrôle du match.
- S'assurer que le ballon satisfait aux exigences.
- S'assurer que l'équipement des joueurs satisfait aux exigences.
- Assurer la fonction de chronométreur et contrôler la feuille de match (noter le score + les fautes + les buteurs).
- Arrêter le match temporairement, le suspendre ou l'arrêter définitivement, à sa discrétion, à chaque infraction aux Règles du jeu.
- Arrêter le match temporairement, le suspendre ou l'arrêter définitivement en raison de l'interférence d'événements extérieurs, quels qu'ils soient.
- Arrêter le match s'il considère qu'un joueur est sérieusement blessé et s'assurer que le joueur est porté hors du terrain de jeu.
- Laisser le jeu se poursuivre jusqu'à ce que le ballon ait cessé d'être « en jeu », si à son avis, un joueur n'est que légèrement blessé.
- Faire en sorte que tout joueur souffrant d'une plaie qui saigne quitte le terrain de jeu. Le joueur ne pourra y revenir qu'une fois le saignement stoppé.
- Laisser à sa discrétion le jeu se poursuivre quand l'équipe contre laquelle une faute a été commise

peut en tirer avantage, et sanctionner la faute commise initialement si l'avantage escompté n'intervient pas.

- Sanctionner la faute la plus grave quand un joueur commet simultanément plusieurs fautes.
- Prendre des mesures disciplinaires à l'encontre de tout joueur ayant commis une faute passible, d'avertissement ou d'exclusion. L'arbitre n'est pas tenu de réagir immédiatement, mais doit le faire lors de la prochaine interruption de jeu.
- Faire en sorte qu'aucune personne non autorisée ne pénètre sur le terrain de jeu.
- Donner le signal de la reprise du match après une interruption du jeu.

Les décisions de l'arbitre sur les faits en relation avec le jeu sont sans appel. Cependant, sous réserve que le jeu n'ait pas repris, l'arbitre peut revenir sur sa décision s'il réalise que celle-ci est incorrecte.

Celles-ci sont au nombre de trois :

Faute : comportement à l'encontre des Règles du jeu.

Celle-ci génère un coup franc indirect ou un pénalty.

Une faute est accordée à l'équipe adverse du joueur qui de l'avis de l'arbitre commet, par imprudence ou par excès d'engagement, l'une des fautes suivantes ainsi que celles évoquées précédemment :

- Menacer ou bousculer un adversaire ou l'arbitre.
- Toucher délibérément le ballon des mains (excepté le gardien de but dans sa surface de réparation).
- Conservation du ballon plus de 5 secondes dans les mains du gardien
- Obstruction à l'évolution d'un adversaire ou du gardien.
- Jeu à terre du ballon par un joueur.
- Tacle
- Charge volontaire sur un joueur adverse.

Carton jaune : celui-ci est infligé à un joueur ou membre de l'équipe suite à :

- Une faute dangereuse
- Un comportement antisportif

Celui-ci engendre une exclusion ponctuelle du joueur de 4 minutes et un pénalty.

La mi-temps n'interrompt pas les 4 minutes d'exclusion.

Seul l'arbitre peut autoriser le joueur à rentrer à l'issue des 4 minutes d'exclusion.

Un carton jaune entraîne la perte automatique d'un point de fair play.

Carton rouge : celui-ci est infligé à un joueur ou membre de l'équipe suite à :

- Une accumulation de deux cartons jaunes.
- Un comportement insultant ou violent.
- Une faute grossière pouvant nuire à l'intégrité physique de son adversaire.

Celui-ci engendre l'exclusion définitive sans remplacement du joueur et un pénalty et perte des points de Fair-Play :

- 1 point pour un second carton jaune.

- 2 points pour un carton rouge direct.

Lorsqu'une équipe se voit mentionnée d'un deuxième carton rouge, le match est arrêté et l'équipe se voit automatiquement sanctionnée d'une défaite.

L'arbitre est en droit de réaliser un rapport complémentaire, pour alerter la commission de discipline qui se saisira du dossier et pourra procéder à des sanctions supplémentaires.

LE CAPITAINE

Il est le référent et responsable de son équipe.

- Il porte un brassard.
- Il est le seul à pouvoir parler à l'arbitre.

LE GARDIEN

- Le gardien de but a le droit d'utiliser ses mains.
- Il ne peut marquer directement de la main.
- Il peut tirer les pénaltys en cours de match (si l'arbitre signale la reprise du jeu après le pénalty).
- Il ne peut garder le ballon en main plus de 5 secondes. Cette infraction génère un coup-franc indirecte. La remise en jeu est faite au pied, balle au sol, par le gardien de but adverse dans sa surface.

LES CHANGEMENTS DE JOUEUR

Les changements se font uniquement lors d'un « arrêt de jeu ».

Ceux-ci peuvent être effectués suite à une faute, une sortie de balle ou lorsqu'un gardien détient le ballon entre ses mains.

L'arbitre doit être prévenu, pour valider la possibilité d'un changement de joueur par l'une des équipes.

Cette approbation est matérialisée par un coup de sifflet, qui permet de procéder au remplacement et de faire rentrer un nouveau joueur uniquement après que le précédent soit sorti.

Chaque joueur peut devenir gardien au fil de la rencontre s'il le désire

Les changements n'engendrent aucun arrêt du temps.

LES PAROIS

Lorsque le porteur du ballon progresse le long de la paroi, les contacts avec le défenseur sont interdits (sanction : faute).

Lorsque le porteur du ballon progresse le long de la paroi et qu'un défenseur est déjà placé, (attente sur ses deux appuis) il lui est interdit de forcer le passage (sanction : faute).

Lorsque le joueur est bloqué dans le coin avec le ballon et dos au jeu, le défenseur doit permettre au porteur de balle de ressortir le ballon le long de la palissade.

A l'initiative de l'arbitre ou suite à l'attaquant qui aura levé la main, le ballon doit repartir d'une remise en jeu faite au pied, balle au sol, par le gardien de but dans sa surface.

- Défenseur bloqué par l'attaquant : passe du défenseur à son gardien. Cet arrêt de jeu n'est pas considéré comme une faute comptabilisée.
- Tous les abus (se mettre dans le coin de manière volontaire) seront considérés comme anti-sportifs et comptabilisés comme une faute. Le ballon sera alors rendu à l'adversaire sous forme de coup franc indirect.

LE COUP D'ENVOI

Au commencement du match et au début de la seconde période du match, le ballon est posé à terre sur la ligne centrale.

Tous les joueurs se trouvent dans leur propre moitié de terrain. L'arbitre donne le signal du coup d'envoi, Le ballon est considéré comme étant en jeu dès qu'il aura été touché par l'attaquant (le coup d'envoi s'effectue par une passe à l'équipe adverse).

Après chaque but comptabilisé : l'engagement se fait du centre du terrain par une passe à un coéquipier situé dans son camp.

LE BUT

Un but est marqué quand le ballon a entièrement franchi la ligne de but, entre les montants du but et sous la barre transversale, sous réserve qu'aucune infraction aux Règles du Jeu n'ait été préalablement commise par l'équipe en faveur de laquelle un but aura été marqué.

L'arbitre signalera alors la validité du but.

Exemples de refus de but :

Si le ballon qui a franchi la ligne de but est crevé.

Si l'arbitre a sifflé avant que le ballon ne pénètre dans le but.

LA SEANCE DE PENALTY SHOOTOUT (EN CAS D'EGALITE)

- Le gardien sera toujours le même à la fin de la séance de pénalty.
- Le gardien a le droit de tirer le pénalty.
- Si l'égalité subsiste au bout de 3 pénaltys tirés par équipe, nous procédons à la mort subite.