Guide de la pratique du

3c3 FUTSAL

Futsal



Sommaire

01 Présentation

02 Intérêts de la pratique

03 Règles du jeu

04 Des règles modulables

05 L'entraînement

06 Organisation type des rassemblements

07 Conclusion



Futsal



01. Présentation

Présentation



Présentation

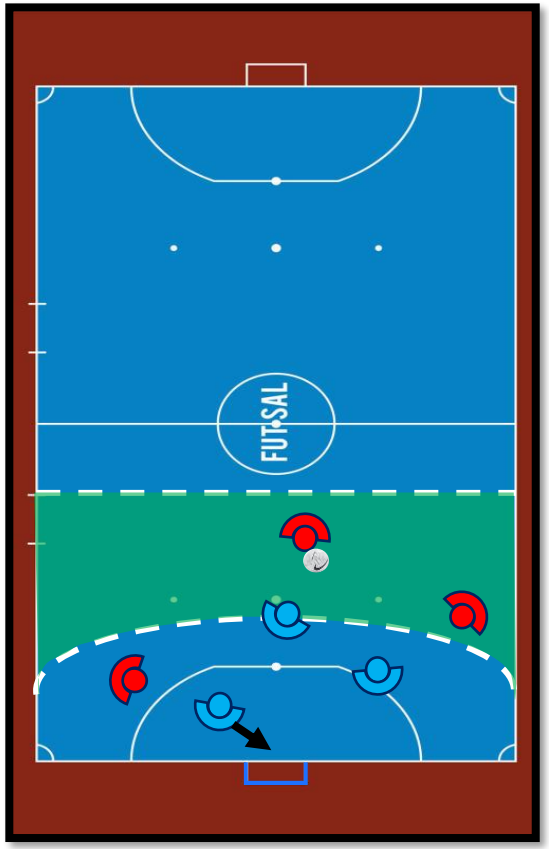
CE QU'IL FAUT SAVOIR

1. Se joue à **3 contre 3**
sur un **demi terrain** de Futsal / Handball.

2. Les deux équipes **attaquent le même but.**

3. 1 joueur par équipe devient **gardien** quand
son équipe **n'a pas le ballon**.

4. A la **récupération** du ballon,
les **défenseurs deviennent attaquants**
en ressortant de la zone de finition.



Futsal



02.
Intérêts de la pratique

Intérêts de la pratique



Intérêts de la pratique

ACCESSIBLE ET DYNAMIQUE

Praticable par **tout type de public** à n'importe quel moment de l'année.

Peu de temps mort, **le jeu prime**.



CHANGEMENT DE STATUT RÉCURRENT

Le jeu oblige les joueurs à **alterner** entre attaque et défense.

Les capacités de **concentration** et de **réactivité** sont mobilisées.



Intérêts de la pratique

SITUATION DE FINITION ATTRACTIVE

La **proximité** avec le but et la **supériorité** numérique constante augmentent le **nombre** de **tirs** et de **buts**.



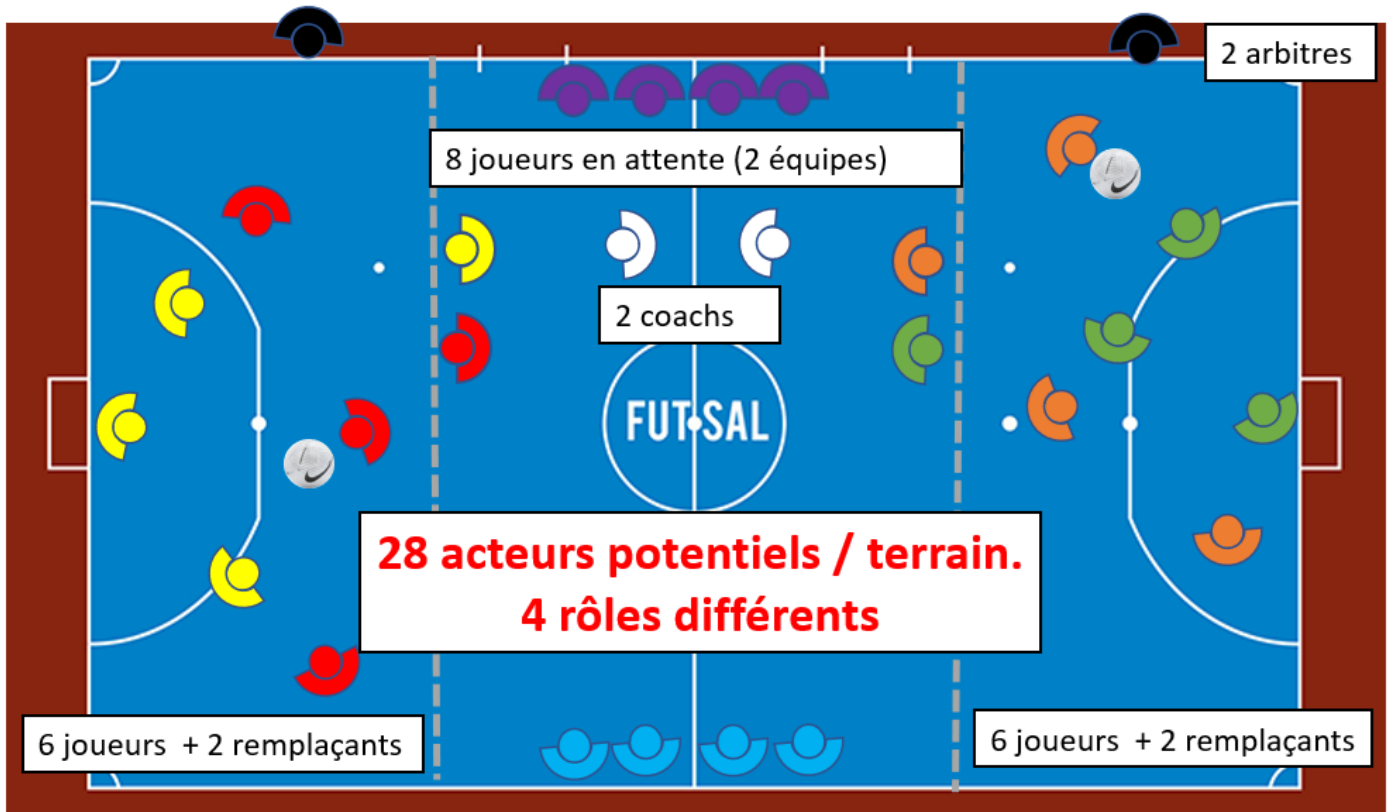
LUDIQUE

La forme de pratique favorise **l'amusement** et le **plaisir**.



Intérêts de la pratique

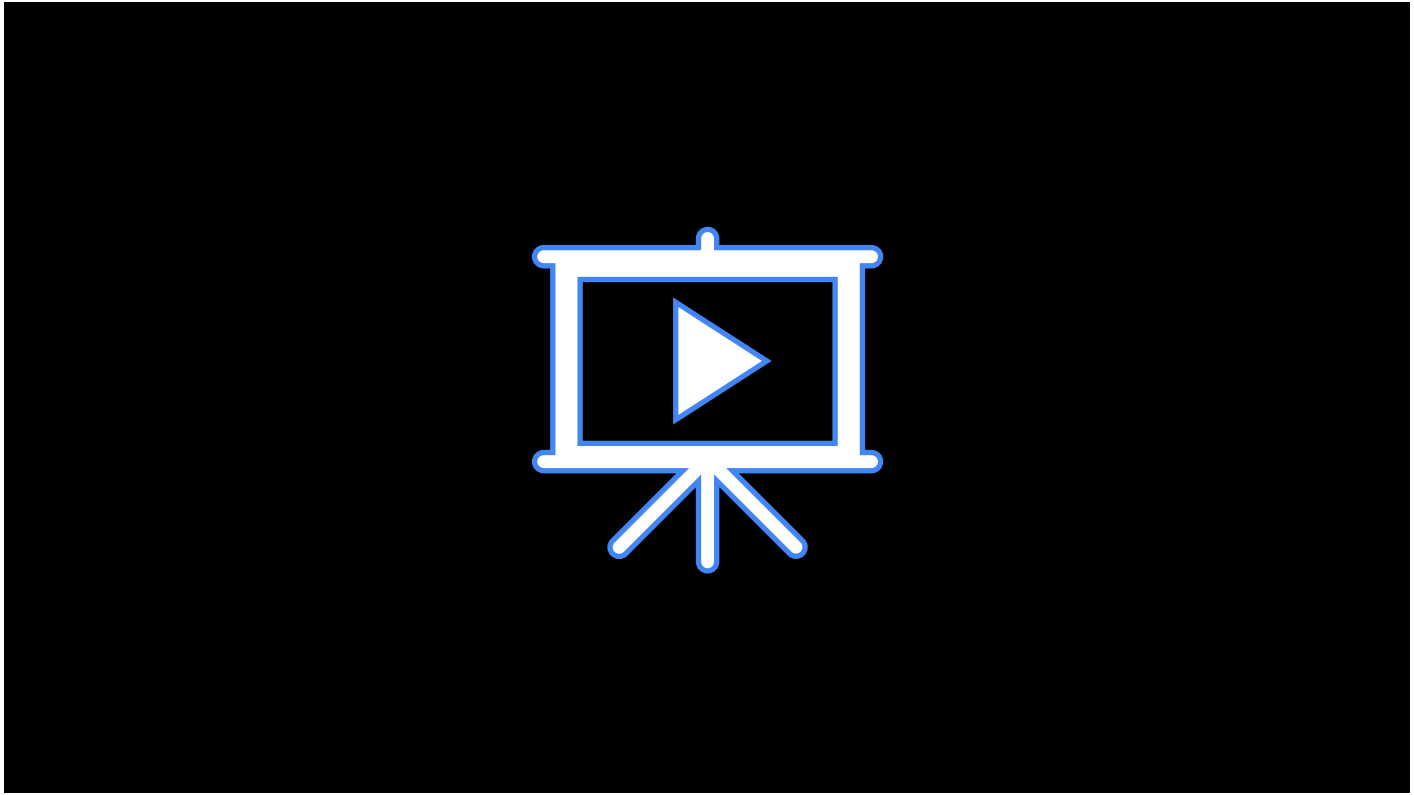
GESTION D'EFFECTIF, D'ESPACE OPTIMISÉ ET FLEXIBLE



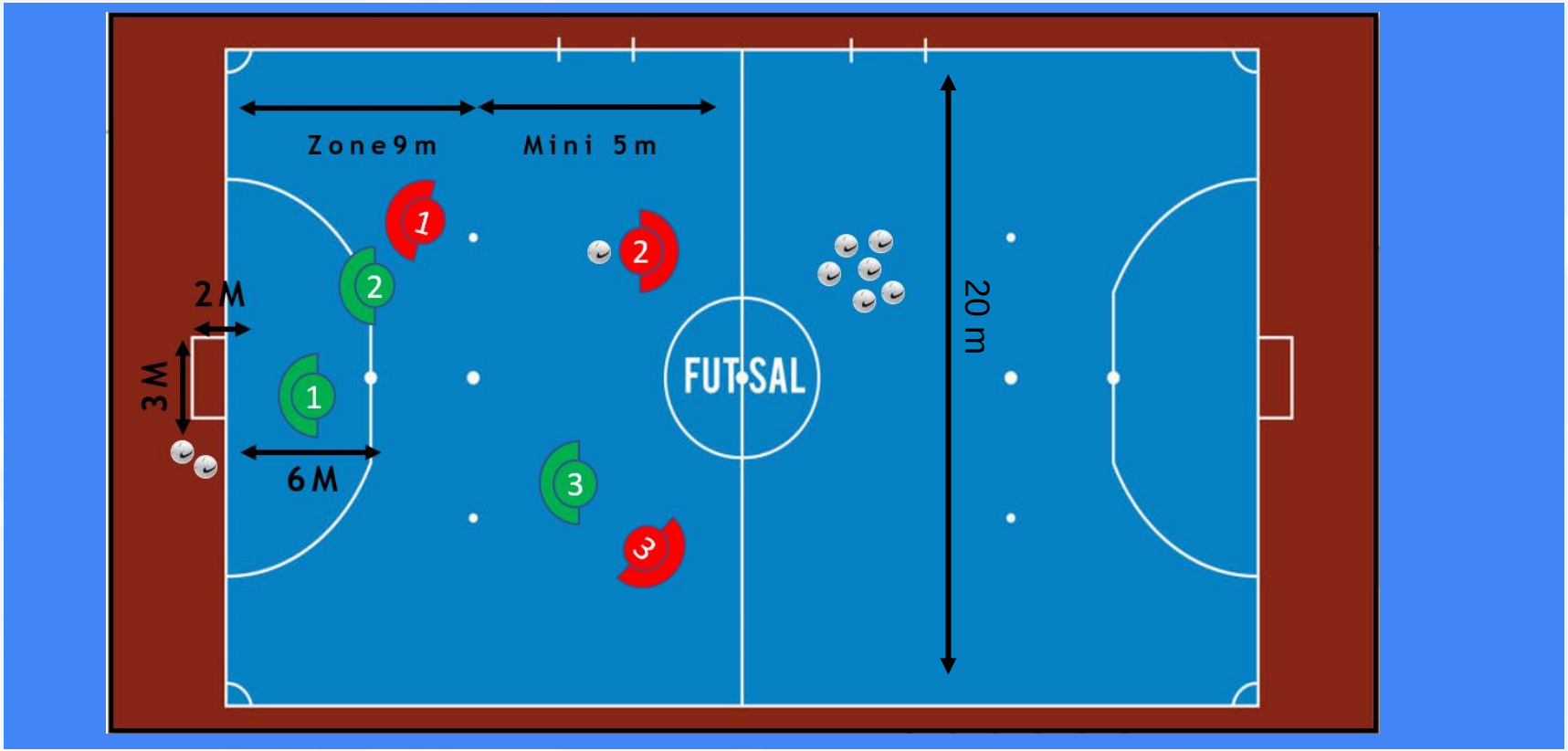


03.
Règles du jeu

Règles



Le terrain de jeu

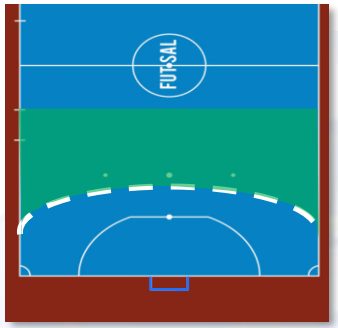


Règles du jeu

BALLON - EFFECTIF - GARDIEN DE BUT

Ballon de **Futsal T4**
(ou adapté à la catégorie pour les plus jeunes)

L'équipe qui gagne le tirage au sort **obtient l'engagement** qui s'effectue dans la zone **« Changement de Statut »** (au-delà ligne des 9m) avec joueur(se)s adverse(s) à 3m minimum.



3 contre 3 + 1 suppléant minimum et 2 maximum.

Gardien de But : Possibilité de **prendre le ballon à la main dans les 6m** pour le joueur le plus proche de la ligne de but.

Règles du jeu

REMISES EN JEU – FAUTES – CHANGEMENT STATUT

Toute **faute** engendre un **coup-franc** pour l'équipe.

Ballon à l'endroit de l'infraction.
(Sauf si dans la zone des 6m = pénalty à 6m)

Les **fautes directes** sont **cumulées** comme au futsal traditionnel. **Pénalty** à 10m à partir de la **4ème faute**.

Sur touches/corners possibilité de **rentrer en conduite de balle** (et de frapper au but).

Pour toutes les remises en jeu => **4''** pour jouer le ballon et adversaires à **3m**.

On peut marquer de **n'importe quel endroit** du terrain.

But **validé** si l'équipe qui attaque a été en **possession** du ballon dans la « **zone de changement de statut** ».

Règles du jeu

FORMAT – CATÉGORIES – DUREE DES MATCHS

Format*	Jeunes (U10 - U13)	Adolescents (U14 - U17)	Adultes (U18 et +)
Durée maximum (temps cumulé journée)	35 min	45 min	50 min
si 1 match			4 x 8 min*
si 2 matchs		2 matchs de 3 x 6 min	2 matchs de 3 x 8 min
si 3 matchs	3 matchs de 3 x 3 min	3 matchs de 3 x 5 min	3 matchs de 3 x 5 min
si 4 matchs	4 matchs de 2 x 4 min	4 matchs de 3 x 3 min 30 sec.	4 matchs de 3 x 4 min

Temps de récupération :

- intra-match = 3' maximum ou 1 temps mort d'1 minute / équipe
- inter-matchs = 1 temps d'une période maximum

Surface de Jeu :

- Profondeur : 14m à 17m
- Largeur : 15m à 20m

Règles du jeu

Retrouvez le règlement complet
Cliquez ici :



3c3 FUTSAL

Règlement du jeu du 3c3 Futsal

1. ESPACE DE JEU & BUT
   - ½ Terrain de Futsal (Handball) (20m de large et 17m de profondeur maximum)(Zone de préparation entre 5 et 8m de profondeur)(Zone de finition à 9m du but)
   - 1 But de Futsal (Handball) (3m x 2m)
2. EFFECTIF
   - Equipe de 3 joueur(se)s + 2 suppléants maximum (dont 1 GB ou + 1 GB)
3. TERRAIN DE JEU

4. BALLON
   - Ballon de Futsal T4 (ou adapté à la catégorie pour les plus jeunes)
5. COUP D'ENVOI – ENGAGEMENT
   - L'équipe qui gagne le tirage au sort obtient l'engagement qui s'effectue dans la zone « offensive » (minimum 9m du but) avec joueur(se)s adverse à 3m minimum.



04.
Des règles modulables

Des règles modulables

Le 3c3 Futsal est une forme de pratique **flexible**, des **évolutions** de règles sont **possibles**.



ADAPTATIONS
ET RÉGULATIONS POSSIBLES :

- Possessions en phase offensive
- Fautes
- Relance du GB
- Effectif

Des règles modulables

ADAPTATIONS
ET RÉGULATIONS
POSSIBLES :

Possessions en phase offensive

- Déterminer un **temps maximum** (entre 8'' et 15'') pour intégrer la zone de finition
- Fixer **un nombre de passes maximum** possible (5 passes) pour l'équipe attaquante dans la « zone de changement de statut »
- Interdiction de **retourner en zone de changement de statut**

Fautes

- Suivant le niveau d'expertise et la catégorie, **interdire les tacles et/ou les charges**
- **Ne pas utiliser** ou **moduler** le nombre de **fautes cumulées** en fonction du temps et de la catégorie.

Relances du Gardien de but

- Tolérance des relances **uniquement au sol** et/ou **uniquement dans la zone des 9m**.
- Lorsque l'équipe qui défend récupère le ballon, elle **peut jouer au pied avec son gardien autant de fois que nécessaire** pour réussir à atteindre la zone de changement de statut.

Des règles modulables

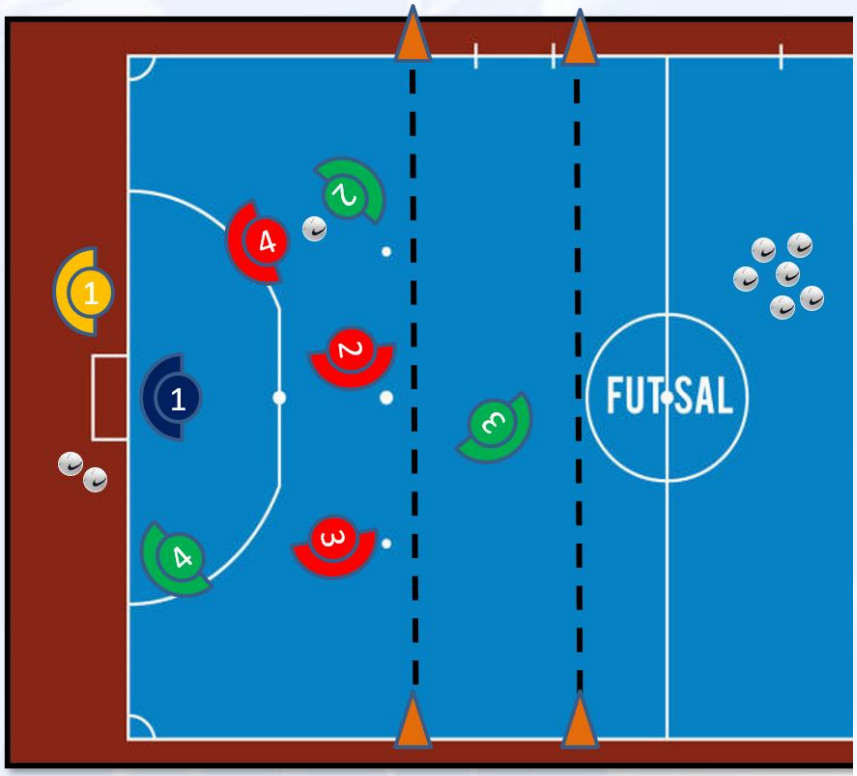
ADAPTATIONS ET RÉGULATIONS POSSIBLES :

Effectif

- 3 contre 3 + 1 GB par équipe

  Le gardien laisse sa place au second lorsque son équipe atteint la zone de changement de statut.

Intérêts :
- Spécificité du poste
- Lisibilité des statuts de chacun
- Déséquilibre défensif moins important





05.
L'entraînement

L'entraînement

6 séances d'entraînement pour le 3c3 Futsal

PROPOSITION DE CONTENU

À destination d'un public : U12 à Senior

Pour un groupe de : 24 à 30

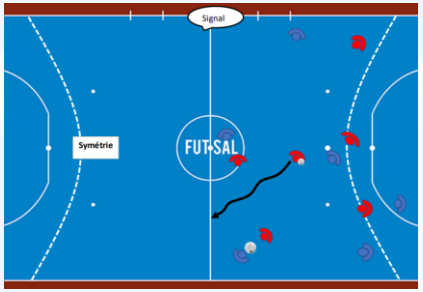
Objectif : proposer des situations pédagogiques modulables permettant une réflexion sur le jeu



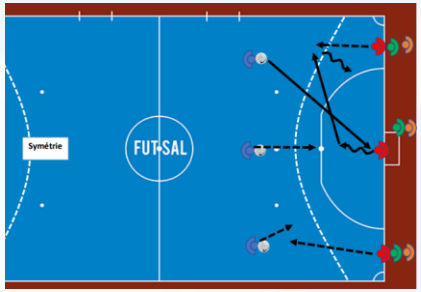
*Retrouvez la **séance complète** en cliquant sur chaque bulle.*

L'entraînement

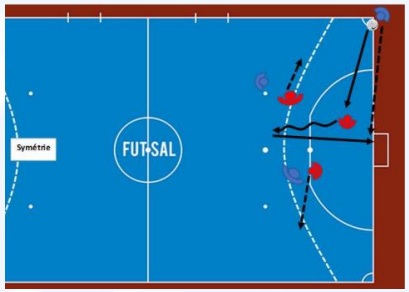
Le déroulé d'une séance type



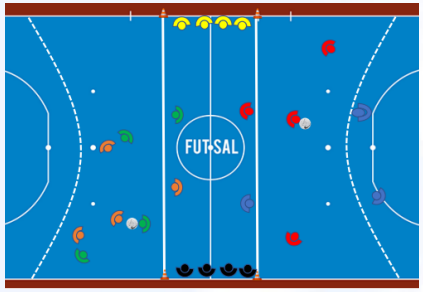
Jeu de contextualisation



Exercice technique



Situation, résolution de problème



Jeu de réinvestissement

L'entraînement

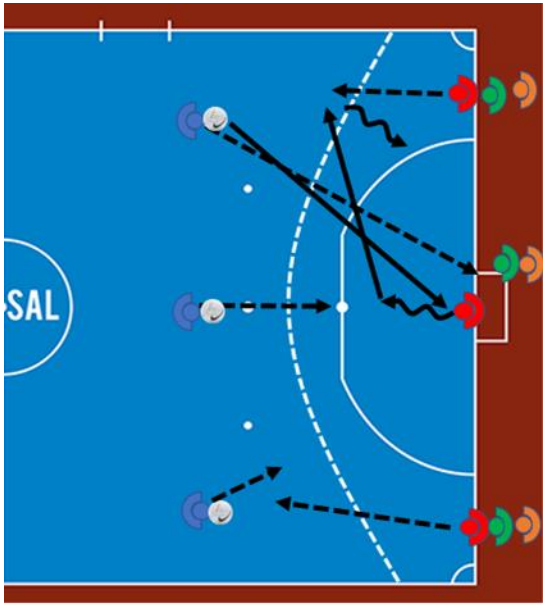
Zoom sur une situation : la transition def-off

Phase de jeu	Contre attaquer
Principe de jeu	Profiter du déséquilibre
Méthode pédagogique	Directive : Expliquer, démontrer, faire répéter les gestes

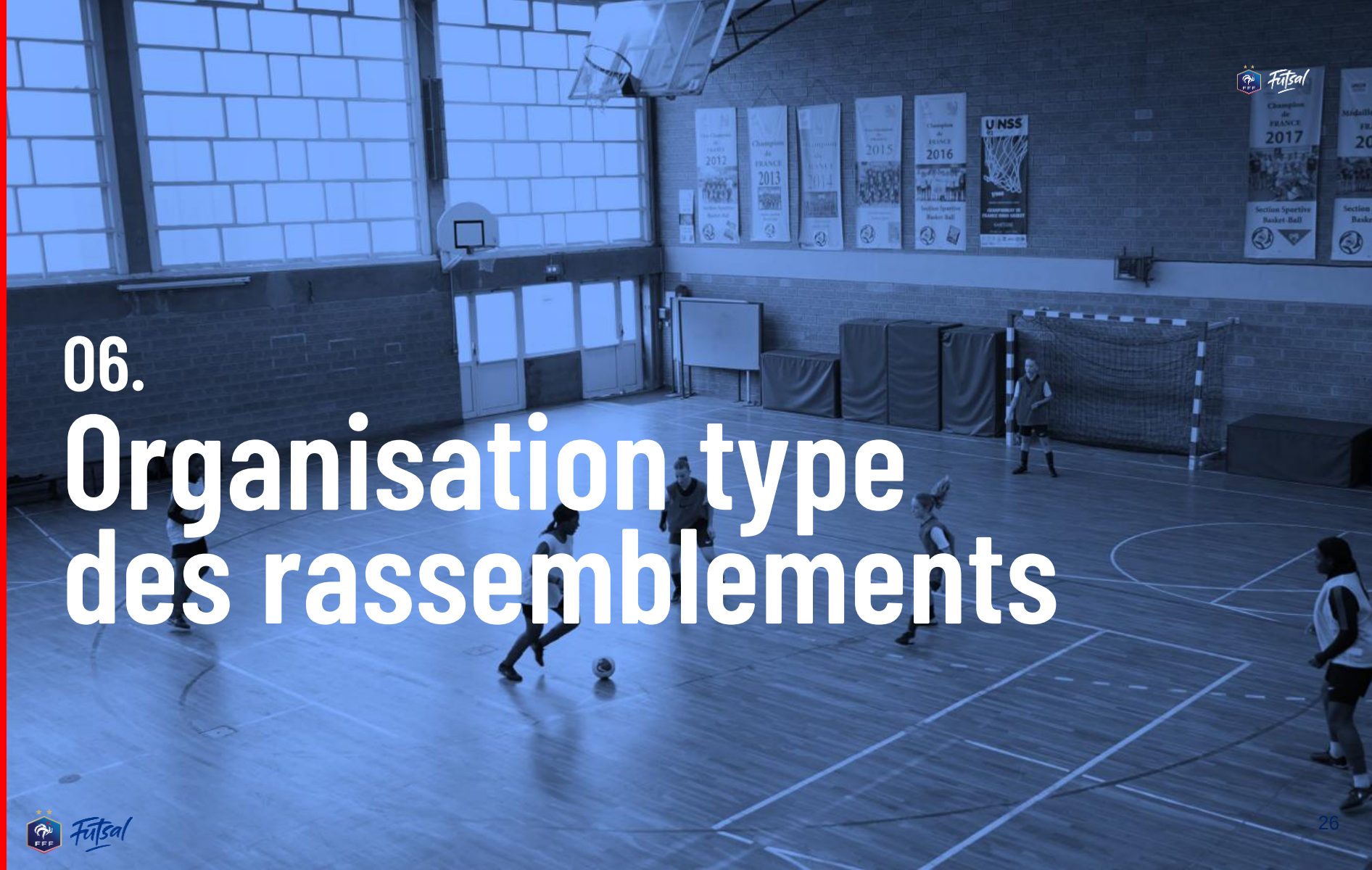
Durée totale
20 min

Joueurs	24 à 30	Matériel	
Effectif		3	
GB	0		

	Passe / Tir
	Déplacement
	Conduite



Organisation - Règles - Consignes	Critères de réalisation	Précisions et évolutions
Objectif : Travailler la transition offensive suite à une récupération. Consignes : 4 équipes de 3 par demi terrain. 3 passeurs avec ballon contre 3 attaquants. L'exercice démarre par une passe d'1 des 3 passeurs sur un attaquant. Le joueur qui a fait la passe ne peut pas défendre avant d'avoir toucher un des poteaux du but. Les deux autres passeurs laissent leur ballon et défendent. Les attaquants doivent franchir la zone de changement de statut puis se retourner pour marquer dans le but. Buts : Atteindre zone changement statut = 1 point Marquer ensuite = + 1 point	Prise de balle en mouvement pour conserver le temps d'avance sur le passeur et fixer le défenseur adverse. Chercher à atteindre rapidement la zone de changement de statut.	Précisions : Les joueurs de l'autre moitié de terrain réalisent le même procédé symétriquement. L'équipe attaquante devient défenseuse après son passage. Evolutions : Eloigner la zone de changement de statut. Autoriser les 3 passeurs à défendre normalement.



06. Organisation type des rassemblements

Développement de la pratique

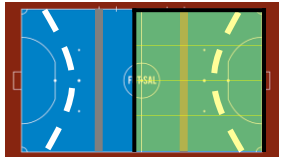


Pour 3 équipes

Poule unique	Equipe 1	Equipe 2	Equipe 3

Format :
1 poule de 3 équipes.
4 matchs par équipe.

L'équipe en attente arbitre.



Phase ALLER

Match de poules		Arbitrage
Match 1	Equipe 1 vs Equipe 2	Equipe 3
Match 2	Equipe 3 vs Equipe 1	Equipe 2
Match 3	Equipe 2 vs Equipe 3	Equipe 1

Phase RETOUR

Match de poules		Arbitrage
Match 1	Equipe 2 vs Equipe 1	Equipe 3
Match 2	Equipe 1 vs Equipe 3	Equipe 2
Match 3	Equipe 3 vs Equipe 2	Equipe 1

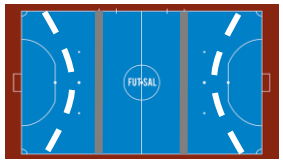
Classement final

		Points
1	...	...
2	...	...
3	...	...

Pour 4 équipes

Poule unique	Equipe 1	Equipe 2	Equipe 3	Equipe 4

Format :
1 poule de 4 équipes.
6 matchs par équipe.



Phase ALLER

Match de poules			
Match 1	Equipe 1	vs	Equipe 2
	Equipe 3	vs	Equipe 4
Match 2	Equipe 3	vs	Equipe 1
	Equipe 2	vs	Equipe 4
Match 3	Equipe 2	vs	Equipe 3
	Equipe 4	vs	Equipe 1

Phase RETOUR

Match de poules			
Match 4	Equipe 2	vs	Equipe 1
	Equipe 4	vs	Equipe 3
Match 5	Equipe 1	vs	Equipe 3
	Equipe 4	vs	Equipe 2
Match 6	Equipe 3	vs	Equipe 2
	Equipe 1	vs	Equipe 4

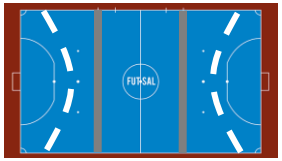
Classement final

		Points
1	...	...
2	...	...
3	...	...
4	...	...

Pour 4 équipes

Poule unique	Equipe 1	Equipe 2	Equipe 3	Equipe 4

Format :
1 poule de 4 équipes.
3 matchs par équipe.



Phase unique

Match de poules			
Match 1	Equipe 1	vs	Equipe 2
	Equipe 3	vs	Equipe 4
Match 2	Equipe 3	vs	Equipe 1
	Equipe 2	vs	Equipe 4
Match 3	Equipe 2	vs	Equipe 3
	Equipe 4	vs	Equipe 1

Classement final

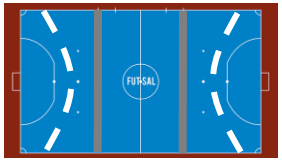
		Points
1	...	...
2	...	...
3	...	...
4	...	...

Pour 5 équipes

Poule unique	Equipe 1	Equipe 2	Equipe 3
	Equipe 4	Equipe 5	

Format :
1 poule de 5 équipes.
4 matchs par équipe.

L'équipe en attente arbitre.



Phase de poule →

Match de poules		Arbitrage
Match 1	Equipe 1 vs Equipe 2	Equipe 5
	Equipe 3 vs Equipe 4	
Match 2	Equipe 1 vs Equipe 5	Equipe 4
	Equipe 2 vs Equipe 3	
Match 3	Equipe 1 vs Equipe 4	Equipe 3
	Equipe 2 vs Equipe 5	
Match 4	Equipe 1 vs Equipe 3	Equipe 2
	Equipe 4 vs Equipe 5	
Match 5	Equipe 2 vs Equipe 4	Equipe 1
	Equipe 3 vs Equipe 5	

Classement final

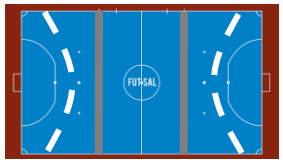
		Points
1	...	...
2	...	...
3	...	...
4	...	...
5	...	...

Pour 6 équipes

Poule A	Equipe 1	Equipe 2	Equipe 3
Poule B	Equipe 4	Equipe 5	Equipe 6

Format :
2 poules de 3 équipes.
3 matchs par équipe.

Les équipes en attente arbitrent.



Phase de poule

Match de poules			Arbitrage
Match 1	Equipe 1	vs Equipe 2	Equipe 3
	Equipe 4	vs Equipe 5	Equipe 6
Match 2	Equipe 3	vs Equipe 1	Equipe 2
	Equipe 6	vs Equipe 4	Equipe 5
Match 3	Equipe 2	vs Equipe 3	Equipe 1
	Equipe 5	vs Equipe 6	Equipe 4

Matchs de classement

Class. Poule A		Points
1	...	...
2	...	...
3	...	...

Class. Poule B		Points
1	...	...
2	...	...
3	...	...

2e et 3e place		Arbitrage
3ème poule A	vs 3ème poule B	1er poule A
2ème poule A	vs 2ème poule B	1er poule B

Finale		Arbitrage
1er poule A	vs 1er poule B	Au choix

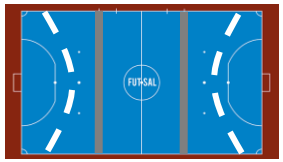
Classement final

		Points
1	...	...
2	...	...
3	...	...
4	...	...
5	...	...
6	...	...

Pour 8 équipes

Poule A	Equipe 1	Equipe 2	Equipe 3	Equipe 4
Poule B	Equipe 5	Equipe 6	Equipe 7	Equipe 8

Format :
2 poules de 4 équipes.
4 matchs par équipe.



Les équipes en attente arbitrent ou réalisent l'atelier installé au centre du terrain.

Phase de poule

Match de poules		Arbitrage	Atelier
Match 1	Equipe 1 vs Equipe 2	Equipe 3	Equipe 4
	Equipe 5 vs Equipe 6	Equipe 7	Equipe 8
Match 2	Equipe 3 vs Equipe 4	Equipe 2	Equipe 1
	Equipe 7 vs Equipe 8	Equipe 6	Equipe 5
Match 3	Equipe 3 vs Equipe 1	Equipe 4	Equipe 2
	Equipe 5 vs Equipe 7	Equipe 8	Equipe 6
Match 4	Equipe 2 vs Equipe 4	Equipe 1	Equipe 3
	Equipe 8 vs Equipe 6	Equipe 5	Equipe 7
Match 5	Equipe 2 vs Equipe 3	Equipe 4	Equipe 1
	Equipe 7 vs Equipe 6	Equipe 8	Equipe 5
Match 6	Equipe 4 vs Equipe 1	Equipe 3	Equipe 2
	Equipe 5 vs Equipe 8	Equipe 7	Equipe 6

Matchs de classement

Class. Poule A		Points
1	...	...
2	...	...
3	...	...
4	...	...

Class. Poule B		Points
1	...	...
2	...	...
3	...	...
4	...	...

3e et 4e place		Arbitrage
4ème poule A	vs 4ème poule B	2ème poule A
3ème poule A	vs 3ème poule B	2ème poule B

1e et 2e place		Arbitrage
2ème poule A	vs 2ème poule B	4ème poule A
1er poule A	vs 1er poule B	4ème poule B

Classement final

		Points
1	...	...
2	...	...
3	...	...
4	...	...
5	...	...
6	...	...
7	...	...
8	...	...

Durée des rencontres

CATÉGORIE : **U10 - U13**

Format du tournoi	Durée des matchs	Durée des mi-temps	Temps de récupération entre 2 matchs	Temps de jeu total par équipe	Durée totale du tournoi
3 équipes	3*3 min	1 min	3 min	36 min	1h30
4 équipes	2*3 min	1 min	3 min	36 min	1h
5 équipes	3*3 min	1 min	3 min	36 min	1h10
6 équipes	3*4 min	1 min	3 min	36 min	1h25
8 équipes	3*3 min	1 min	2 min	36 min	1h55

CATÉGORIE : **U14 - U17**

Format du tournoi	Durée des matchs	Durée des mi-temps	Temps de récupération entre 2 matchs	Temps de jeu total par équipe	Durée totale du tournoi
3 équipes	3*5 min	2 min	2 min	1 h	2h
4 équipes	2*4 min	2 min	3 min	48 min	1h18
5 équipes	3*5 min	2 min	2 min	1 h	1h45
6 équipes	3*5 min	2 min	2 min	45 min	1h45
8 équipes	2*5 min	2 min	1 min	40 min	1h45

Durée des rencontres

CATÉGORIE : **U18 - SENIOR**

Format du tournoi	Durée des matchs	Durée des mi-temps	Temps de récupération entre 2 matchs	Temps de jeu total par équipe	Durée totale du tournoi
3 équipes	3*5 min	2 min	2 min	1 h	2h
4 équipes	2*5 min	2 min	3 min	1 h	1h30
5 équipes	3*5 min	2 min	2 min	1 h	1h45
6 équipes	3*5 min	2 min	2 min	45 min	1h45
8 équipes	2*6 min	2 min	1 min	48 min	2h



07. Conclusion

Conclusion

FUTSAL 3c3

- **Facile** à mettre en place
- **Dynamique**, **ludique** et **pédagogique**
- **Stimulation constante** du joueur sur le terrain et de ceux en attente
- Possibilité d'organiser des **compétitions** sous forme de **tournoi**

Téléchargez l'affiche des règles du 3c3
Cliquez ici :




Futsal
Contacts:
Direction Technique Nationale
Fabrice Morel
fmorel@fff.fr
Ligue du Football Amateur
Sébastien Pessoa
spessoa@fff.fr
Futsal
Conception graphique : VEHEA www.vehea.com