

# Beach Soccer

## GUIDE DE LA PRATIQUE



  
**Ce pdf est dynamique**  
Vous pouvez naviguer  
en cliquant sur les boutons  
présentant cette forme.





# L'ÉDITO DU PRÉSIDENT

Noël Le Graët



Championne du monde de Beach soccer en 2005, première organisatrice de la Coupe du Monde FIFA sur le territoire européen en 2008, la France, par l'intermédiaire de la Fédération Française de Football, démontre sa volonté et sa capacité à devenir un pays précurseur dans le développement du Beach soccer.

Le Beach soccer est une pratique qui attire de plus en plus de licenciés car il s'adapte à la diversité des attentes de notre société.

Parce qu'il est un sport pour les garçons et les filles,  
Parce qu'il est une discipline spectaculaire, ludique et moderne,  
Parce qu'il est complémentaire du football traditionnel.

Les ligues, les districts et les clubs ont bien compris les attraits offerts par cette pratique.

Au cœur du projet fédéral de demain, le Beach soccer tend à se développer dans différents domaines qui constitueront de véritables piliers de développement et de pérennisation :

la formation, la construction d'infrastructures, la valorisation ou encore la mise en œuvre de compétitions partout sur le territoire.

Grâce à la mobilisation de tous les acteurs du football, des élus aux dirigeants, en passant par les joueurs, arbitres et éducateurs, ce football attrayant va donner une véritable mise en lumière de la diversité des pratiques proposées par notre sport.

Aujourd'hui, le Beach soccer est au carrefour d'une nouvelle ère et ce guide spécialement dédié répondra, j'en suis absolument convaincu, à vos nombreuses et ambitieuses attentes de demain.

# MENU

## L'ORGANISATION

### Chap. 1

- L' HISTORIQUE
- LES ACTEURS
- LES PRINCIPALES COMPÉTITIONS
- LE DÉVELOPPEMENT À LA FFF
- LA CARTOGRAPHIE DES TERRAINS

## LES TERRAINS

### Chap. 2

- CONSTRUIRE UN TERRAIN
- CRÉER UNE DYNAMIQUE SUR ET AUTOUR DU TERRAIN

## LA PRATIQUE

### Chap. 3

- LES LOI DU JEU
- LA PHILOSOPHIE
- LES INTÉRÊTS DE LA PRATIQUE
- LES PRÉCONISATIONS
- LES ATELIERS TECHNIQUES

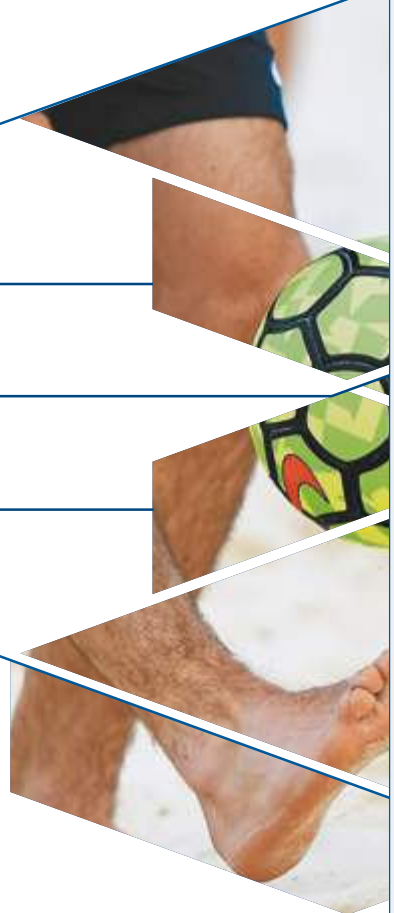


**Ce pdf est dynamique**  
Vous pouvez naviguer  
en cliquant sur les boutons  
présentant cette forme.

# - 1 -

## L'ORGANISATION





L'HISTORIQUE

LES ACTEURS

LES PRINCIPALES COMPÉTITIONS

LE DÉVELOPPEMENT À LA FFF

LA CARTOGRAPHIE DES TERRAINS



Sommaire  
du chapitre

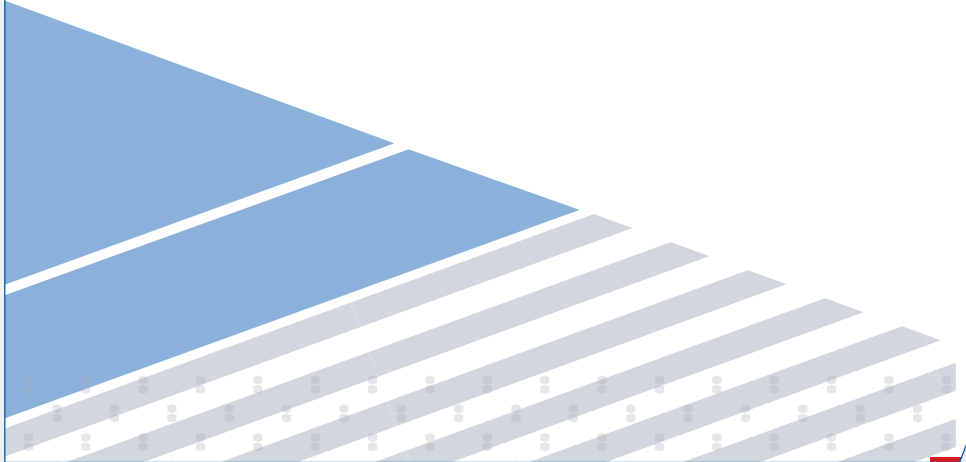
L'HISTORIQUE / LES ACTEURS / LES PRINCIPALES COMPÉTITIONS / LE DÉVELOPPEMENT À LA FFF / LA CARTOGRAPHIE DES TERRAINS

# L'HISTORIQUE

## NAISSANCE D'UNE FORME DE JEU

Le Beach Soccer est l'un des sports les plus spectaculaires et passionnants au monde. Il propose un spectacle flamboyant et un jeu rythmé qui rappellent le carnaval, une inspiration logique pour un jeu né sur les plages du Brésil. Praticué dans le monde entier sous différentes formes, le Beach Soccer voit ses règles codifiées dès 1992. Le premier évènement officiel a lieu l'été suivant à Miami Beach avec des équipes telles que les États-Unis, le Brésil, l'Argentine et l'Italie.

Depuis 1992, il a tellement gagné en popularité qu'il est maintenant pratiqué dans plus de 130 pays. Ludique et accessible à tous, jeunes et moins jeunes, hommes et femmes, professionnels ou amateurs, le Beach soccer est aujourd'hui l'un des sports qui se développe le plus vite au niveau mondial depuis qu'il a rejoint la liste des compétitions de la FIFA en 2005. Et c'est en mai de cette même année, que la première Coupe du Monde de Beach Soccer de la FIFA a eu lieu sur la plage de Copacabana à Rio de Janeiro. À la surprise générale, les Français se sont imposés face aux Portugais, tandis que les favoris de la compétition, brésiliens ont chuté en demi-finale.





## UN COMPLÉMENT DU FOOTBALL TRADITIONNEL



Le Beach Soccer est un sport rapide qui ressemble au football à de nombreux égards. Il s'en démarque toutefois en cela qu'il est joué pieds nus sur du sable, ce qui modifie considérablement l'esprit du jeu.

La différence principale par rapport au football joué sur gazon vient évidemment de la surface de jeu et de la sensation pour le joueur qu'à chaque pas son pied s'enfonce dans le sable. Effectuer un simple déplacement demande ainsi une bonne condition physique et des qualités de coordination qui relèveraient presque du ballet. De ce point de vue, le Beach Soccer offre aux footballeurs une alternative intéressante aux formes traditionnelles d'exercice physique et de travail de la coordination.

Le Beach Soccer présente également des similitudes avec les sports d'équipe qui exigent de la vitesse et de la puissance. Une excellente coordination est donc une qualité indispensable en parallèle de l'apprentissage technique. Jouer sur du sable aide les joueurs — et les oblige, par la force des choses — à améliorer leurs qualités techniques et tactiques. Les cafouillages et les faux rebonds fréquents, en plus des trajectoires de balle imprévisibles, obligent les joueurs à être mentalement et physiquement prêts à faire face aux situations imprévues.

Avec son format à cinq contre cinq, le Beach Soccer exige par ailleurs aux joueurs de faire preuve d'une véritable intelligence tactique. Chaque joueur de champ doit ainsi être capable d'être tour à tour défenseur et attaquant. Mais c'est le rôle du gardien de but qui est le plus important : il marque le rythme du jeu et, dans une certaine mesure, en donne le tempo. Lorsqu'il essaye de lancer les phases offensives de son équipe, le gardien de but agit presque comme le fait un « Quarterback » au football américain, toujours à l'affût de possibles brèches dans la défense adverse. Enfin, les changements de jeu rapides, la recherche permanente d'un jeu rapide et direct et les différents types de coups de pied arrêtés existant au Beach Soccer aident les joueurs à développer leur lecture du jeu.



“

*La complémentarité entre le Football “traditionnel” et le Beach Soccer se retrouve dans de nombreux domaines. D'une part sur les différentes techniques de jeu aérien, jeu de tête ou reprise de volée.*

*D'autre part, sur le jeu au pied du gardien de but, qui devient joueur supplémentaire dans certaines phases de possession. Enfin, nous pouvons parler des aptitudes mentales, le joueur travaille sur sa concentration dans les nombreuses phases de transitions offensives & défensives, répétées pendant toute la durée d'un match.*

”

**Stéphane François**

(sélectionneur de l'Équipe de France de Beach Soccer)



La technique individuelle des joueurs est un autre élément clé du Beach Soccer. La combinaison du nombre élevé de ballons touchés, d'une surface de jeu irrégulière et du peu de temps dont ils disposent pour contrôler le ballon, oblige les joueurs à développer des qualités techniques très spécifiques.

Les bons joueurs de Beach Soccer disposent ainsi d'une excellente coordination et sont capables de lever le ballon du sol pour le passer en l'air à leurs coéquipiers. Ils sont aussi capables de combiner entre eux sans mettre le ballon à terre, d'effectuer des feintes ou des ciseaux retournés et de produire toute sorte de gestes techniques. Toutes ces qualités sont celles que doit pratiquer et assimiler toute équipe bien préparée sur le plan technique.

Étant donné que les bases du jeu peuvent être assimilées très rapidement et servir de socle à partir duquel les joueurs peuvent développer leurs qualités techniques, le Beach Soccer est un sport particulièrement indiqué pour les enfants et pour les jeunes. Jouer au Beach Soccer favorise en effet le développement des capacités cognitives des joueurs. La vitesse du jeu les oblige à identifier et à analyser rapidement des situations de jeu spécifiques, ainsi qu'à prendre des décisions et à réagir de façon immédiate. En analysant correctement les différentes situations, les joueurs gagnent un temps précieux pour pouvoir effectuer leur choix et préparer l'action suivante. Or la lecture du jeu et l'anticipation des actions individuelles sont des éléments clés

dans les sports d'équipe, et l'enfance est la période la plus propice à leur apprentissage.

En s'entraînant sur du sable, les joueurs peuvent également améliorer leur condition physique, puisque les dimensions cognitive et technique du Beach Soccer, qui sont très importantes, obligent les joueurs à constamment repousser leurs propres limites physiques. Par ailleurs, le spectacle et le plaisir sont des notions essentielles au Beach Soccer, tant pour les joueurs que pour les supporters. Les modifications successives des règles ont permis de rendre le jeu plus rapide, plus spontané et encore plus spectaculaire. Le Beach Soccer est également fier de sa tradition de fair-play. Toutes les fautes sont sanctionnées d'un coup franc direct en faveur de l'autre équipe. Et comme les joueurs peuvent marquer depuis n'importe quelle partie du terrain, une faute peut effectivement être punie de façon quasi-immédiate par un but. Tous ces éléments se conjuguent pour faire du Beach Soccer un sport techniquement exigeant et très complet.

“

*L'intérêt sur le plan technique est indéniable : le jeune ou moins jeune joueur travaille notamment sa technique aérienne au pied ou à la tête. Sur le plan physique, outre la dimension aérobie, le joueur de Beach Soccer va développer sa qualité d'explosivité.*

”

**Denis MOUTIER**

Responsable Pôle Espoirs Garçons à la Ligue Méditerranée de Football  
(Détenteur du certificat de Préparateur physique et de formateur)







## LE BEACH SOCCER EN QUELQUES DATES



**1996**  
Création du Pro Beach Soccer Tour.

**2004**  
17 pays européens participent à l'European Pro Beach Soccer League.

**2005**  
Le beach soccer rejoint la famille de la FIFA.  
En mai, la première Coupe du Monde est organisée.  
Les français s'imposent face aux Portugais.



**1995**  
Le tout premier Championnat du Monde de Beach Soccer a eu lieu sur la plage de Copacabana à Rio de Janeiro. Le Brésil, pays hôte, gagne en finale les États-Unis sur le score de 8-1.

**1998**  
Création de l'European Pro Beach Soccer League.

**2004**  
Création d'un championnat des Amériques. (Amérique du nord et Amérique du sud). Le Pro Beach Soccer Tour s'étend aux Émirats Arabes Unis, au Japon, en Australie, au Mexique, en Grèce, en Thaïlande et au Royaume-Unis.

**2008**  
Coupe du Monde de la FIFA à Marseille organisée pour la première fois sur le continent européen.

**FIFA**  
BEACH SOCCER





## LES ACTEURS

### FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE FOOTBALL ASSOCIATION (FIFA)

Dans son rôle de gouvernance du Football au niveau international, la Fédération Internationale de Football Association a notamment pour but de contrôler le Football sous toutes ses formes.

La Commission du Beach Soccer organise la Coupe du Monde de Beach Soccer de la FIFA conformément aux règlements en vigueur, aux cahiers des charges et aux contrats entre la FIFA et chacune des associations organisatrices ; elle édicte les Lois du Jeu de Beach Soccer et s'occupe des questions générales relatives au Beach Soccer.

### BEACH SOCCER WORLDWIDE (BSWW)

La Beach Soccer Worldwide (BSWW) est identifiée par la FIFA comme entité principale derrière la création et la croissance du Beach Soccer.

La société a ses racines en 1992, avec l'organisation du premier championnat du monde, sur la plage de Copacabana (Rio de Janeiro). En 1996, le premier Pro Beach Soccer Tour a eu lieu et le sport a commencé à prendre son envol, suivi par l'Euro Beach Soccer League organisé peu après.

En 2005, le Beach Soccer intègre la famille de la FIFA, et pour symboliser l'union avec la BSWW, le FIFA Beach Soccer SL est né.

Aujourd'hui, la BSWW est basée à Barcelone et est responsable de l'organisation de tous les autres événements internationaux importants du Beach Soccer, y compris la BSWW Euro Beach League, la BSWW Beach Cup, le Mundialito et les qualifications de la Coupe du Monde de Beach Soccer de la FIFA.



Sommaire du chapitre

# LES PRINCIPALES COMPÉTITIONS

Aujourd'hui, un nombre important d'évènements d'exhibition sont organisés autour du monde tout au long de la saison de Beach Soccer pour promouvoir cette discipline.

## COMPÉTITIONS INTERNATIONALES

### Coupe du Monde de Beach Soccer :

En 1995, la Beach Soccer Worldwide met en place le premier championnat du monde à Rio de Janeiro au Brésil. Huit équipes sont sélectionnées et l'équipe du Brésil, sur ses plages, devient le premier champion du monde. La seleção remporte 9 des 10 championnats du monde, avec une 4<sup>ème</sup> place en 2001, tous joués à domicile.

Jusqu'en 2004, le Beach Soccer, et avec lui le Championnat du Monde du football de Beach Soccer, disputé chaque année, est principalement organisé par la Beach Soccer Worldwide qui bénéficie du soutien de la FIFA mais sans son intervention directe, jusqu'en 2005, année à laquelle le Beach Soccer intègre la Fédération Internationale de Football Association.

La Coupe du Monde de Beach Soccer de la FIFA, Portugal 2015 – la cinquième à faire l'objet d'une analyse du Groupe d'étude technique – a confirmé que la discipline progresse à pas de géants. Le professionnalisme est désormais présent dans tous les aspects de la discipline. Toutefois, pour qu'une équipe fasse la différence, celle-ci doit avoir un plan à moyen et long terme concernant l'élaboration de ses programmes d'entraînement et l'organisation de ses matches.



### Palmarès des Coupes du Monde de Beach Soccer de la FIFA :

Édition	Vainqueur	Équipes	Matches joués	Buts marqués	Affluence (moyenne)
Bahamas 2017	Brésil	16	32	272	-
Portugal 2015	Portugal	16	32	253	3,009
Tahiti 2013	Russie	16	32	243	3,426
Italie 2011	Russie	16	32	271	2,730
Dubaï 2009	Brésil	16	32	285	3,103
France 2008	Brésil	16	32	259	5,515
Brésil 2007	Brésil	16	32	261	4,915
Brésil 2006	Brésil	16	32	286	5,618
Brésil 2005	France	12	20	164	5,525

### Équipes avec le plus de victoires :



**Brésil**



2006 - 2007  
2008 - 2009 - 2017



**Russie**



2011 - 2013



**France**



2005



**Portugal**



2015





Sommaire du chapitre

L'HISTORIQUE / LES ACTEURS / LES PRINCIPALES COMPÉTITIONS / LE DÉVELOPPEMENT À LA FFF / LA CARTOGRAPHIE DES TERRAINS

### Euro Beach Soccer League

Le Championnat d'Europe de football de plage, plus connu sous le nom d'Euro Beach Soccer League, est la plus importante compétition masculine européenne de football de plage entre nations. Lancé en 1998, cette compétition se divise en plusieurs étapes durant l'été et voit s'affronter différentes nations du vieux continent. Une super-finale est organisée à la fin de l'exercice pour désigner le vainqueur.



### BSWW Mundialito

Le BSWW Mundialito, plus couramment appelé Mundialito, est un tournoi annuel international de football de plage, regroupant des pays sélectionnés et invités par le Beach Soccer Worldwide.



Créé en 1994, la dernière édition s'est déroulée en 2016 au Portugal. Il est l'évènement le plus ancien de ce sport. Le Brésil est le pays le plus titré de cet évènement suivi de près par le Portugal.

### Classement 2017 :

DIVISION A	
Portugal	Pologne
Russie	Biélorussie
Italie	Allemagne
Suisse	Grèce
Espagne	Azerbaïdjan
Ukraine	France

DIVISION B	
Angleterre	Rép. Tchèque
Hongrie	Andorre
Turquie	Serbie
Pays-Bas	Moldavie
Norvège	Estonie
Roumanie	Kazakhstan





## COMPÉTITIONS INTERNATIONALES DES CLUBS

### Mundialito des clubs

Diffusé dans 165 pays à travers le monde entier, la première édition du Mundialito des clubs a eu un énorme impact.



Organisée à Sao Paolo au Brésil, cette compétition a été la confirmation de la croissance importante du Beach Soccer, avec la participation des plus grands clubs de football qui ouvrent la voie sur une nouvelle ère.

### Palmarès des éditions précédentes :

**2015 FC BARCELONA**  
(FC Barcelona 4(3)-4(2) CR Vasco da Gama)

**2013 SC CORINTHIANS**  
(SC Corinthians 3(1)-3(0) CR Flamengo)

**2012 LOKOMOTIV MOSCOU**  
(Lokomotiv Moscou 6-4 Flamengo)

**2011 CR VASCO DA GAMA**  
(CR Vasco Da Gama 4-2 Sporting Clube de Portugal)

### Euro Winners Cup

Compétition rassemblant les meilleures équipes européennes, la 4<sup>ème</sup> édition de l'Euro Winners Cup a eu lieu à Catane en Sicile en mai 2016. Pour montrer l'attrait et le succès de cet événement, les chiffres parlent d'eux même :



**32** équipes,

**28** pays différents font partie de cette 4<sup>ème</sup> édition, qui a également vu apparaître une compétition féminine à 16 équipes.

Vainqueur du championnat national en France, **l'équipe de la Grande Motte Pyramide Beach Soccer, représentera la France** à cet événement et terminera 3<sup>ème</sup> de son groupe. C'est l'équipe italienne de Viareggio Beach Soccer qui remporte la compétition masculine et l'équipe suisse du Grasshopper Club Zurich pour la compétition féminine.





Sommaire  
du chapitre

# LE DÉVELOPPEMENT À LA FFF

Après avoir organisé la Coupe du Monde de Beach Soccer de la FIFA en 2008 à Marseille, la pratique du Beach Soccer devient une activité développée dans sa globalité (masse, formation et haut niveau) depuis 2013 à la Fédération Française de Football. Dans un projet de structuration, la FFF a mis en place un plan de développement se reposant sur différents axes.

L'objectif visé est de déployer la pratique sur le territoire français en s'appuyant sur ces grandes lignes directrices :



**Aide** au financement d'infrastructures



**Formation** des éducateurs et des arbitres



Animations et journées de **promotion** de la pratique



**Détection** des futurs talents



**Championnat** national



**Sélections** nationales (A et U21)





Sommaire  
du chapitre

L'HISTORIQUE / LES ACTEURS / LES PRINCIPALES COMPÉTITIONS / **LE DÉVELOPPEMENT À LA FFF** / LA CARTOGRAPHIE DES TERRAINS

## 1 Financement des terrains de Beach Soccer



Dans le cadre du "Fonds d'Aide au Football Amateur" (F.A.F.A.), chapitre "Équipement", la Ligue Football Amateur est chargée par la F.F.F. de la mise en application et du suivi des demandes de subventions pour le financement d'installations sportives telles que les terrains de Beach Soccer.

La création d'un terrain de Beach Soccer permanent conforme aux lois du jeu Beach Soccer de la F.I.F.A. est un projet éligible pouvant être aidé jusqu'à 50% du coût de la réalisation, montant plafonné à 15 000 € (modalités susceptibles d'être modifiées).

*Pour toute question ou demande d'information sur cette subvention, il convient d'en alerter votre District rattaché qui pourra vous renseigner sur la démarche à réaliser.*





Sommaire du chapitre

Plus de 100 personnes formées chaque saison

2 Formation



Pour développer et démocratiser la pratique du Beach Soccer, des formations sont proposées aux éducateurs et référents Beach Soccer de chaque instance. **Les arbitres sont quant à eux suivis et formés tout au long de la saison sous la supervision de la Direction Technique de l'Arbitrage (6 arbitres fédéraux dont 2 internationaux).**

Renseignements  
ligue régionale ou  
votre district

Module découverte : Total volume horaire 8 heures

Objectifs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître les lois du jeu essentielles du Beach-Soccer.</li> <li>• Discerner les différentes parties d'une séance et les procédés d'entraînement.</li> <li>• Pouvoir mener des actions techniques Beach-Soccer au sein de son club pour toutes les catégories.</li> </ul>
Public concernés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educateurs et éducatrices de toutes catégories.</li> <li>• Educateurs spécialistes Beach-Soccer.</li> </ul>
Pré-requis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etre licencié(e) FFF</li> <li>• Etre âgé de 16 ans et plus</li> </ul>
Programme	<p><b>Journée :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approche de la pratique Beach-Soccer.</li> <li>• Approche théorique des Lois du jeu : Beach-Soccer (Quiz) et mise en pratique sur le terrain.</li> <li>• La séance en Beach-Soccer : procédés d'entraînement, séance type.</li> <li>• Découverte des actions de promotions Beach-Soccer en France : National BS, Tournée FFF BS ...</li> <li>• Mise en place du Festi-Beach : animation possible sur un terrain de Beach-Soccer.</li> <li>• Evaluation des acquis théoriques sous forme de jeu</li> </ul>
Méthodes et supports	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pédagogie de l'action : Mise en situation pratique, observation, découvertes de nouveaux savoirs, mise en situation pratique.</li> <li>• Supports pédagogiques : vidéos, diaporamas ou documentations remises aux stagiaires</li> <li>• Livret stagiaire remis en début de formation.</li> <li>• Chaque thème développé fait l'objet d'un exposé d'apports théoriques et pratiques ponctué d'un temps d'échanges et de questions-réponses avec le formateur ;</li> <li>• Une attestation de formation sera délivrée au terme de la session</li> </ul>
Informations complémentaires	<p><b>Pour obtenir l'attestation de formation, l'éducateur devra :</b></p> <p>Suivre l'intégralité de la formation (8 heures). Attestation du module Découverte indispensable pour s'inscrire au module Beach-Soccer Perfectionnement.</p>







Sommaire du chapitre

Plus de 50 personnes formées chaque saison

Module entraînement : Total volume horaire 16 heures

Renseignements  
ligue régionale ou votre district

<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pouvoir mener des entraînements en Beach-Soccer.</li> <li>• Discerner les différentes parties d'une séance et les procédés d'entraînement.</li> <li>• Pourvoir mener des actions techniques Beach-Soccer au sein de son club pour toutes les catégories.</li> </ul>
<b>Public concernés</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educateurs et éducatrices de toutes catégories.</li> <li>• Educateurs spécialistes Beach-Soccer.</li> </ul>
<b>Pré-requis</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Etre licencié(e) FFF</li> <li>• Etre âgé de 16 ans et plus.</li> <li>• Avoir l'attestation de formation du module Découverte Beach-Soccer.</li> </ul>
<b>Programme</b>	<p><b>Journée :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Approche pratique de la pratique Beach-Soccer : animation offensive, défensive, préparation athlétique en Beach-Soccer, l'entraînement du gardien de but.</li> <li>• Approches théoriques du Beach-Soccer : systèmes de jeu, principes de jeu, le gardien de but, le coaching, l'intérêt de la pratique, la stratégie.</li> <li>• Mise en situations pédagogiques des stagiaires sur des thèmes imposés.</li> </ul>
<b>Méthodes et supports</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pédagogie de l'action : Mise en situation pratique, observation, découvertes de nouveaux savoirs, mise en situation pratique.</li> <li>• Supports pédagogiques : vidéos, diaporamas ou documentations remises aux stagiaires</li> <li>• Livret stagiaire remis en début de formation.</li> <li>• Chaque thème développé fait l'objet d'un exposé d'apports théoriques et pratiques ponctué d'un temps d'échanges et de questions-réponses avec le formateur ;</li> <li>• Une attestation de formation sera délivrée au terme de la session.</li> <li>• Certification différée avec MSP en club avec tuteurs pédagogiques.</li> </ul>
<b>Informations complémentaires</b>	<p><b>Pour obtenir l'attestation de formation, l'éducateur devra :</b></p> <p>Suivre l'intégralité de la formation (16 heures). Attestation du module Découverte indispensable pour s'inscrire au module Beach-Soccer Perfectionnement.</p>





3 Animations et journées de promotion de la pratique



Sensibiliser les différents publics à la pratique du Beach Soccer passe par la mise en place d'animations spécifiques sur des terrains permanents ou aires de sable en faveur des différents publics (clubs, centres de vacances, centres sociaux, associations multisports...).

De nombreuses animations régionales sont organisées par les instances du Football telles que la "tournée des plages de la Ligue de Bretagne" (19<sup>ème</sup> édition en 2016) ou encore le "Beach Soccer Tour" de la Ligue de Champagne Ardennes.

4 Le FFF Tour



Un des événements phare de la F.F.F., le **FFF TOUR** est la tournée estivale de promotion du Beach Soccer. Chaque année, ce sont plus de **100 000 visiteurs** qui viennent participer aux animations proposées et s'essayer à la pratique du Beach Soccer.

À travers ce dispositif original placé sous le signe de la convivialité et de la proximité, la Fédération Française de Football partage avec le public français la magie du Beach Soccer. Les vacanciers peuvent ainsi participer à des initiations, animations et tournois proposés gratuitement par les équipes de la FFF dans le cadre du **FFF Tour**.



Chiffres clés :

16<sup>ème</sup> édition (1<sup>ère</sup> édition en 2001)

13 villes étapes

26 jours d'animation

4 terrains d'animation

17 000 participants en 2016





Sommaire du chapitre

5 Le National Beach Soccer



Sous l'égide de la Fédération Française de Football depuis 2010, le National Beach Soccer, challenge national de Beach Soccer, s'adresse à tous les clubs affiliés FFF (Libre, Futsal, Foot entreprise et Foot Loisir). En 2015, ce sont 90 formations rassemblant plus d'un millier de joueurs qui ont pu prendre part à la compétition à travers toute la France. Plus qu'une simple compétition sportive, cette épreuve vise également à développer la pratique de la discipline au niveau national et à repérer les futurs talents de l'Équipe de France.

Le National Beach Soccer en constante évolution

En 2016, la 8<sup>ème</sup> édition s'accompagne de la mise en place d'une phase supplémentaire ainsi que la qualification de 4 équipes supplémentaires dont 2 ultramarines en phase finale passant de 8 équipes à 12 équipes qualifiées.

Ce nouveau format permet aux clubs de jouer un plus grand nombre de match, aux Districts et Ligues de participer en plus grand nombre et à la Fédération d'organiser une phase finale à 12 équipes sur 5 journées consécutives.

En 2017, la phase nationale accueillera 4 équipes féminines dans le but de poursuivre son ouverture à un maximum de pratiquants et pratiquantes.

“ Le National Beach Soccer contribue à la progression de l'équipe de France dans l'élite mondiale car elle permet aux clubs de se structurer et aux joueurs de participer à des rencontres de qualité. ”

Stephane François (sélectionneur de l'équipe de France de Beach Soccer)

Chiffres du National Beach Soccer 2016 :

Finale nationale

- 12 équipes de métropole et Outre-Mer
- 9.2 buts / match (331 buts en 36 matches)

Format de l'évènement

- Phase départementale
- Phase régionale (rassemblement de 2/3 Ligues – minimum de 6 équipes participantes – 2 jours de compétition)
- Finale Nationale (12 équipes qualifiées 5 jours de compétition)

Classement

- 1<sup>er</sup> : Grande Motte Pyramide Beach Soccer
- 2<sup>ème</sup> : Saint Médard en Jalles
- 3<sup>ème</sup> : Montpellier Hérault Beach Soccer

Chiffres

- 11 Ligues participantes
- 89 clubs participants



Équipe de la Grande Motte Pyramide champions 2016



**6 Les sélections nationales françaises**

Vainqueur de la première Coupe du Monde de Beach Soccer de la FIFA et 3<sup>ème</sup> équipe la plus titrée dans cette compétition derrière le Brésil (5 titres), la Russie (2 titres) et à égalité avec le Portugal (1 titre), la France est actuellement (en 2017), la 20<sup>ème</sup> nation mondiale et 9<sup>ème</sup> nation européenne de Beach Soccer. (CF tableau ci-après)

Après avoir connu une période délicate, mais en réussissant à se maintenir à l'été 2016 en division A, regroupant les meilleures équipes européennes de Beach Soccer, la France poursuit un processus de développement et un travail de fond.

Avec la Direction Technique Nationale ; la Ligue du Football Amateur, des actions fortes comme la création de formations d'entraîneur, la création d'évènements inter-Ligues ou encore la naissance d'une sélection U21 ont été mises en place progressivement. Le National Beach Soccer verra également apparaître un tournoi féminin, preuve que cette discipline se porte bien et attire de plus en plus. Conjuguées à la construction de terrains de Beach Soccer, ces actions permettront à la France de se préparer un nouvel avenir.

Motif de satisfaction qui porte déjà ses fruits, l'Équipe de France U21 de Beach Soccer participait, à la fin de l'été 2016, au 1<sup>er</sup> «Talent Beach Soccer Tournament», un tournoi réservé aux U21 de la discipline. À Siofok (Hongrie), les jeunes Français ont terminé à la seconde place après deux défaites face à la Biélorussie (3-4) et la Hongrie (2-4), et un succès contre la Pologne (4-1).





Sommaire  
du chapitre

L'HISTORIQUE / LES ACTEURS / LES PRINCIPALES COMPÉTITIONS / LE DÉVELOPPEMENT À LA FFF / LA CARTOGRAPHIE DES TERRAINS

7 Classement mondial «overall world ranking» (en 2016)

1	<b>Portugal</b>	3568
2	<b>Russia</b>	3169
3	Italy	2100
4	Brazil	2088
5	Switzerland	1734
6	Iran	1620
7	Tahiti	1538
8	Spain	1154
9	Ukraine	1027
10	Mexico	984

11	Japan	952
12	Argentina	876
13	UAE	867
14	Paraguay	860
15	Poland	838
16	Oman	835
17	Hungary	703
18	El Salvador	581
20	<b>France</b>	577

...





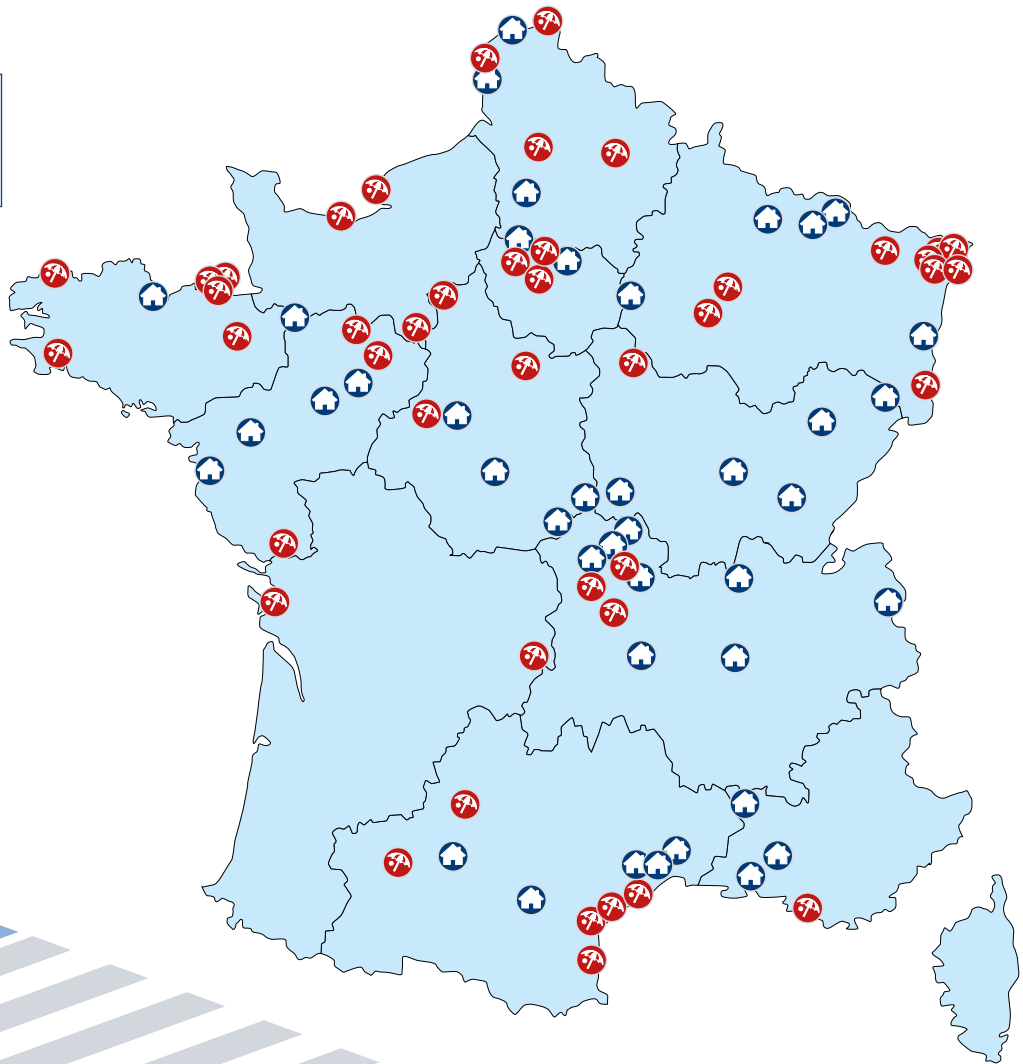


Sommaire  
du chapitre

L'HISTORIQUE / LES ACTEURS / LES PRINCIPALES COMPÉTITIONS / LE DÉVELOPPEMENT À LA FFF / LA CARTOGRAPHIE DES TERRAINS

# CARTOGRAPHIE DES TERRAINS

-  Terrain permanent
-  Terrain saisonnier



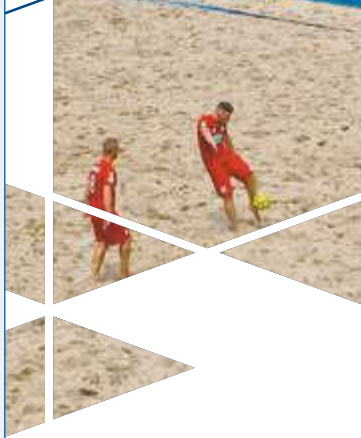
  
**Renseignements**  
 Ligue régionale ou  
 votre district



# - 2 -

## LES TERRAINS





CONSTRUIRE UN TERRAIN

CRÉER UNE DYNAMIQUE SUR ET AUTOUR DU TERRAIN







# CONSTRUIRE UN TERRAIN

**Discipline venue du Brésil, le Beach Soccer reste encore, dans l'imaginaire commun, une pratique réservée aux territoires situés en bordure de littoral. Cependant, nous pouvons noter une croissance importante des projets de terrains et des équipes de Beach Soccer dans les territoires éloignés du littoral. Ils viennent s'ajouter aux terrains déjà existants (environ 100) à travers toute la France.**

**La construction d'un terrain de beach-soccer demande de prendre en compte différents facteurs qui impacteront la durée de vie du terrain et le développement maîtrisé de la pratique.**

**En fonction du projet imaginé mais aussi de son lieu d'implantation, il est possible d'opter pour différents types d'aménagements pour la création d'un terrain de Beach Soccer.**

## LE CHOIX DU LIEU D'IMPLANTATION

Le choix du lieu d'implantation est un point fondamental pour créer et développer un projet de développement de la pratique du Beach Soccer. Ce choix, sera fonction du porteur du projet et des objectifs affichés pour la construction de cette structure.

Dans le cadre du financement de terrains, la FFF sera vigilante sur le projet de développement présenté et les conditions d'accueil des futurs utilisateurs.

Le terrain de Beach Soccer pourra être implanté dans l'enceinte d'un stade de football, intégré à des zones sportives, des établissements aquatiques, des plages et plans d'eau, des parcs publics ou encore des zones de loisirs.

Par ailleurs, la facilité d'accès et la visibilité de l'espace sont deux éléments incontournables à prendre en compte pour la réussite du projet.

Pour les terrains intégrés à des espaces fermés, des pare-ballons doivent être posés derrière chaque but.

Il faudra également veiller à ce que le terrain ne soit pas trop proche de feuillus ou de conifères dont les feuilles et cônes pourraient venir détériorer la qualité de la surface de jeu.

Le dernier élément à prendre en compte, et non des moindres, concerne la trajectoire du soleil. Une orientation Nord-Sud du terrain est préconisée.

- D'anciens terrains de tennis peuvent constituer une excellente base à la réalisation d'un terrain de Beach Soccer (exemple : terrains du CSO Amnéville)
- La présence de vestiaires et d'un point d'eau à proximité seront nécessaires dans un projet de développement de la pratique du Beach Soccer
- Préconisations FFF : aire de jeu sécurisée avec clôture grillagée ou pare ballons et porte pouvant laisser entrer les machines d'entretien



## RÈGLEMENTATION DU TERRAIN DE BEACH SOCCER

### 1 Surface de jeu

La surface de jeu du terrain de Beach Soccer doit être du sable ; le sable doit être nivelé, dépourvu de pierres, coquillages ou autre objet susceptible de constituer un risque pour les joueurs.

Le terrain de jeu doit être rectangulaire et délimité par des lignes. Ces lignes font partie intégrante des surfaces qu'elles délimitent.

La superficie nécessaire à la réalisation d'un terrain de Beach Soccer doit être de minimum 1200 m<sup>2</sup> environ (39 x 30 m, dont 2 m de dégagement de chaque côté du terrain).

### 2 Délimitation de l'espace de jeu

Toutes les lignes doivent être larges de 8 à 10 cm et, afin d'être bien visibles dans le sable, être de couleur bleue ou rouge ; le matériau doit être flexible, résistant et ne pas constituer de danger pour les pieds des joueurs. Ces lignes doivent être ancrées dans le sol à chaque coin du terrain et au milieu de la ligne de touche à l'aide de systèmes d'ancrage et de fixation spéciaux ; elles doivent être fixées aux montants des buts par des anneaux de caoutchouc.

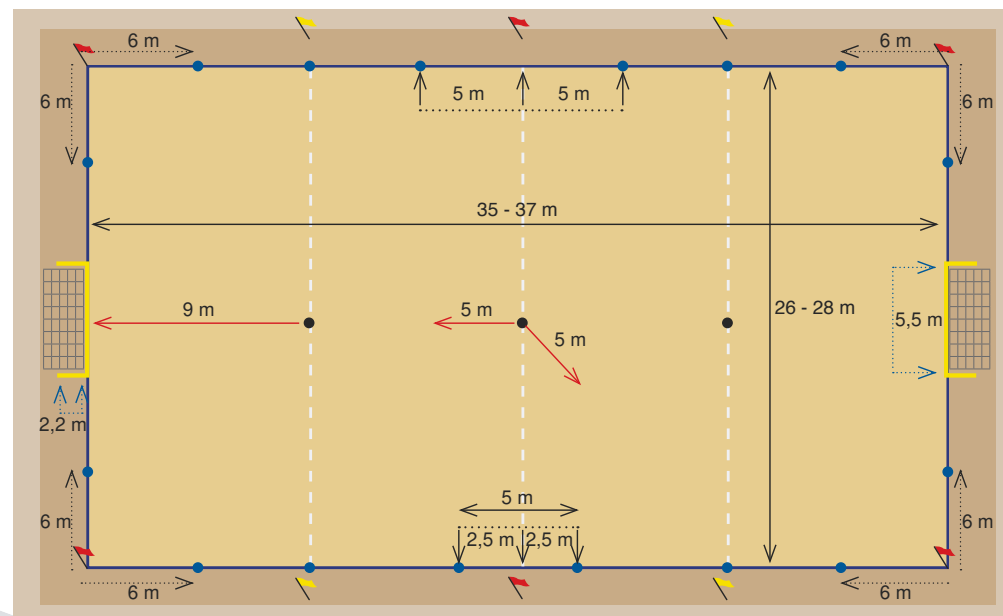
### 3 Poteaux et drapeaux

Le balisage du terrain nécessite l'utilisation de poteaux en plastique souple qui peuvent être articulés – d'une hauteur de 1,5 m

- 6 drapeaux rouges (4 poteaux de corner et 2 pour la ligne médiane)
- 4 drapeaux jaunes pour la surface de réparation

### 4 Dimensions du terrain

- Longueur : minimum 35 m – maximum 37 m
- Largeur : minimum 26 m – maximum 28 m
- Surface de réparation : 9 m délimitée à chaque extrémité par 2 drapeaux jaunes



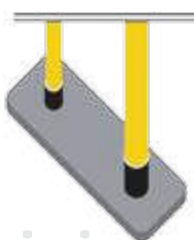
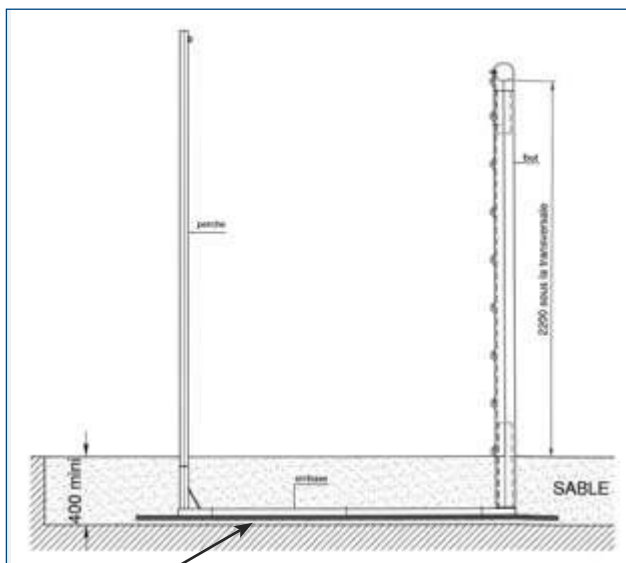


Sommaire  
du chapitre

## 5 Buts

- Longueur : 5,5 m / hauteur : 2,2 m
- Largeur montants : 10 cm
- couleur : jaune

Le but auto-stable nécessite d'être enterré dans une profondeur de 40 à 60 cm. Dans le cadre d'animations ou d'actions de découverte du Beach Soccer, d'autres solutions peuvent être envisagées (buts portables notamment).



**Embase à enfouir dans 40 à 60 cm de profondeur**

Les perches et les montants seront à insérer dans les fourreaux puis recouverts de sable. Le but sera auto stable une fois assemblé.



## But de Beach Soccer auto-stable

### Installation :

- 1 Creuser 40 à 60cm de sable
- 2 Installer les 2 embases
- 3 Insérer les 2 perches et les 2 montants dans les fourreaux
- 4 Installer la barre transversale dans les 2 montants
- 5 Recouvrir de sable sur les embases
- 6 Le but sera auto-stable une fois assemblé.



## Complément : Bandes de délimitation du terrain

### Installation :

- 1 Creuser un trou dans chaque coin du terrain
- 2 Installer les embases
- 3 Recouvrir de sable



**Autre option : but portable spécifique**





Sommaire  
du chapitre

CONSTRUIRE UN TERRAIN / CRÉER UNE DYNAMIQUE SUR ET AUTOUR DU TERRAIN



Option **1**  
**Solution «saisonnnière»**

## SOLUTIONS TECHNIQUES DE RÉALISATION

### **1** Solution saisonnière (sur plage ou aire de sable existante)

C'est la solution idéale d'implantation pour la pratique du Beach Soccer.  
Il est important de rechercher une plage ou une aire de sable (base de loisir ou lac) avec un sable fin, une surface plane, ratissée, préparée et sécurisée.

Tarifs indicatifs (terrain 26 x 35 m min. + 2 m dégagement de chaque côté)	
Préparation du terrain	0 €
Paire de but + filets + bandes + pose	2 500 €
Pare ballons (à enterrer tout autour du terrain)	10 000 €
Entretien annuel	1 500 €
<b>Total</b>	<b>14 000 €</b>

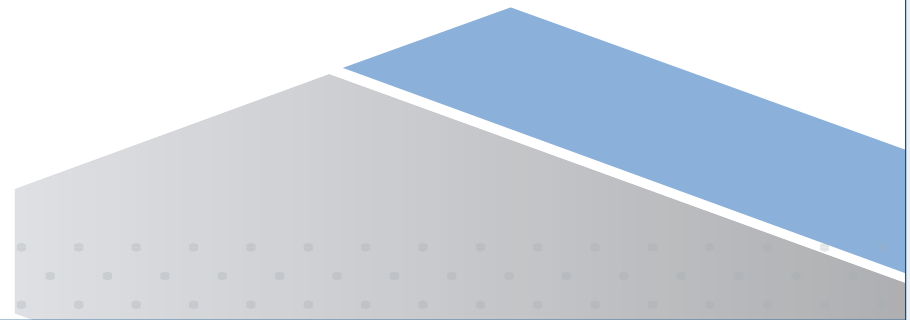
→ **Aller plus loin** : vestiaires temporaires (type algeco)

**Les avantages de cette solution** +

- + Frais de réalisation réduits
- + Drainage inutile
- + Possibilité de mutualiser l'entretien



Vias, Hérault





Sommaire  
du chapitre

CONSTRUIRE UN TERRAIN / CRÉER UNE DYNAMIQUE SUR ET AUTOUR DU TERRAIN

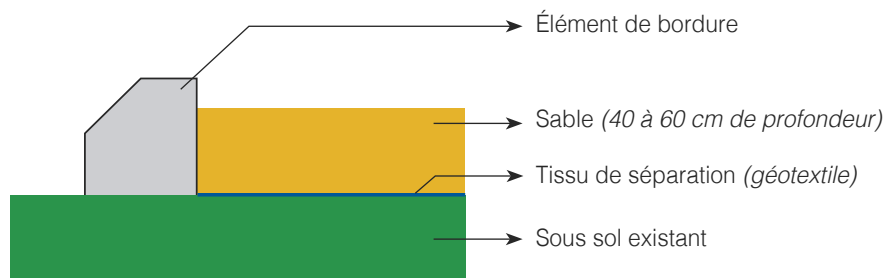


## Option 2 Solution «Surélevée»

### 2 Solution dite « Surélevée » (sur plateforme existante)

#### Installation d'un terrain sur une plateforme existante

- 1 Choix de l'emplacement (ancienne installation type court de tennis)
- 2 Installation d'un tissu de séparation (géotextile)
- 3 Installation des bordures de 40 à 60cm de hauteur
- 4 Livraison du sable et nivellement



#### Les avantages de cette solution

- + Réhabilitation d'une structure inutilisée
- + Pas de préparation du terrain
- + Durée de réalisation réduits
- + Drainage inutile
- + Séparation propre à la limite du terrain
- + Bordures supports pour la publicité
- + Possibilité d'installation en intérieur

#### Tarifs indicatifs

(terrain 26 x 35 m min. + 2 m dégagement de chaque côté)

Préparation du terrain	0 €
Pose tissu Géotextile (terrain élargi)	1 500 €
Paire de buts + filets + bandes + pare ballons + pose	12 500 €
Sable* (39 m x 30 m x 0,4 cm) - 500 m <sup>3</sup> à 30 €	15 000 €
Bordures extérieurs	6 000 €
Entretien annuel	2 000 €
<b>Total</b>	<b>38 000 €</b>

\* Coût moyen d'une tonne de sable livrée. Les coûts varient en fonction des fournisseurs et du type de sable.

→ **Aller plus loin** : Clôture, vestiaires (temporaire ou permanent), éclairage...



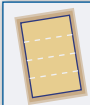
Amnéville, Moselle  
Bordures réalisées en béton





Sommaire du chapitre

CONSTRUIRE UN TERRAIN / CRÉER UNE DYNAMIQUE SUR ET AUTOUR DU TERRAIN

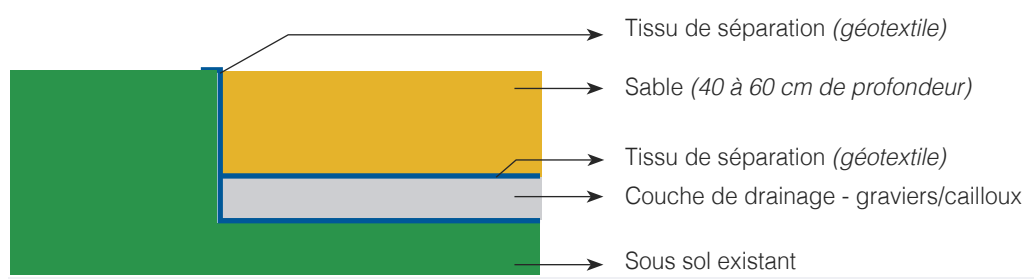


Option 3 Solution «Permanente»

3 Installation d'un terrain permanent - «solution en profondeur»

Installation d'un terrain sur une plateforme existante

- 1 Choix de l'emplacement
- 2 Creusement et nivellement du terrain
- 3 Ajout d'une couche de séparation (géotextile)
- 4 Ajout du drainage
- 5 Ajout d'une couche de séparation (géotextile)
- 6 Pose d'élément de bordure
- 7 Remplissage du sable et installation du terrain



**Les avantages de cette solution** +

- + Frais de matériaux réduits
- + Bordure en caoutchouc
- + Drainage à réaliser

Tarifs indicatifs (terrain 26*35m + 4m dégagement)	
Décapage + terrassement + évacuation	8 000 €
Ajout de gravier + drainage	2 200 €
Pose tissu Géotextile (terrain élargi)	1 500 €
Paire de buts + filets + bandes + pare ballons + pose	12 500 €
Sable (34 m x 43 m x 50 cm)	21 900 €
Entretien annuel	2 000 €
<b>Total</b>	<b>43 100 €</b>

→ Aller plus loin : Clôture, vestiaires (temporaire ou permanent), éclairage...





## LE SABLE

### 1 La quantité de sable

Entre 500 et 800 tonnes de sable sont nécessaires à la réalisation d'un terrain de Beach Soccer. La quantité peut varier en fonction de la superficie utilisée.

### 2 Le sable employé : sable de quartz

Il doit être rond, défini et lavé, d'une granulométrie strictement supérieure à 0,1 mm.

En profondeur, il est nécessaire de prévoir une couche d'une épaisseur de 40 cm au minimum, jusqu'à idéalement 60 cm. Il faut savoir qu'une épaisseur supérieure à 60 cm rendra le terrain trop dur et plus difficile à entretenir. En dessous de 40 cm, l'épaisseur de sable est insuffisante. Des trous peuvent se former au fil du temps et représenter un réel danger (blessure sur plongeon, etc.).

Par ailleurs, n'importe quel type de sable ne fera pas l'affaire. Un sable trop fin crée beaucoup de poussière et se compacte également rapidement, tandis qu'un sable grossier est souvent coupant, ce qui rend les appuis et les plongeurs douloureux.

### 3 La granulométrie

La granulométrie conseillée pour éviter le durcissement lié à l'utilisation de l'espace est de 0,2 mm à 40 % et de 0,3mm à 60 %.

### 4 L'analyse hygiéniques

Il est recommandé de prévoir des analyses hygiéniques du sable. Sa qualité doit être équivalente à celle des bacs à sable. Il est enfin nécessaire de procéder à un traitement spécifique pour empêcher la germination des graines et autres fruits indésirables.

### 5 L'entretien du sable

L'entretien de l'aire de jeu sablée consiste à décompacter le sable et à réduire les risques de contamination des joueurs. Il est conseillé un nettoyage périodique par ratissage du sable pour l'aérer et éliminer les éventuels corps étrangers. L'utilisation d'un motoculteur plusieurs fois par an évite un tassement des couches supérieures du sable. Il convient de protéger le sable des animaux en utilisant une clôture adaptée tout autour de l'aire de jeu.





## AMÉNAGEMENT DU SITE

### 1 Clôture grillagée et portes d'accès

Il est souhaitable de circonscrire l'espace par la pose d'un grillage qui permettra de préserver la qualité du sable en évitant notamment l'intrusion d'animaux. La clôture devra mesurer au moins 2 m de haut.

Pour des raisons évidentes de sécurité il est nécessaire de prévoir au minimum deux entrées. Les situer derrière chaque but permettra de récupérer rapidement les ballons qui auront franchi le grillage et les pare-ballons.

Il sera également important de veiller à ce que l'une des deux portes soit suffisamment haute et large grande (2 ou 3 m) pour laisser entrer les machines d'entretien.

Il est intéressant de prévoir des portes qui puissent se refermer automatiquement après le passage des personnes.

Pare-ballons

La pose de de pare-ballons est indispensable éviter la dispersion des ballons.

Dimensions :

- 5 m X 24 si le terrain n'est pas clôturé
- 5 m X 18 si le terrain est clôturé

### 2 Point d'eau, douches et WC

Souvent oubliée ou négligée, l'implantation d'un point d'eau, de douches et de WC est incontournable.

Le point d'eau qui se trouve généralement à l'extérieur de l'espace permet aux joueurs de s'hydrater, de se rafraîchir régulièrement et d'enlever rapidement le sable collé à la peau.

Une évacuation doit être pensée car l'eau formera de la boue avec le sol tout autour de ce point d'eau.

### 3 Local de stockage du matériel

Ce local doit se trouver à proximité du terrain et peut permettre de stocker les ballons, le matériel pédagogique, une trousse de secours, les outils et produits d'entretien du sable. Il peut servir de support pour apposer un défibrillateur automatisé externe.

### 4 Gradin

Un gradin de 3 à 4 rangs sur une longueur de 10 à 15 m permet d'accueillir des spectateurs, mais aussi aux équipes de patienter dans le cadre d'un tournoi, et également de structurer l'espace de pratique.

Cette structure doit être sécurisée, pratique et amovible.

### 5 Éclairage

Un système d'éclairage du terrain permet d'accroître l'amplitude horaire d'utilisation.

### 6 Signalétique

Plusieurs éléments peuvent être apposés aux abords du terrain ou sur les structures telles que les vestiaires à proximité (avec l'accord du gestionnaire de l'équipement)

- Accès
- Règlement d'occupation et d'utilisation de l'espace
- Lois du jeu (synthétique)
- Conseils en matière d'échauffement
- Conseils en matière de récupération (étirements)
- Numéro des responsables des clubs de Beach Soccer qui utilisent le terrain
- Numéro d'urgence
- Numéro du gestionnaire de l'équipement





Sommaire du chapitre

CONSTRUIRE UN TERRAIN / CRÉER UNE DYNAMIQUE SUR ET AUTOUR DU TERRAIN

# CRÉER UNE DYNAMIQUE SUR ET AUTOUR DU TERRAIN

## LES TERRAINS INTÉGRÉS AUX INFRASTRUCTURES EXISTANTES DU CLUB

### 1 Le terrain permanent

La construction d'un terrain permanent permet au club d'élargir son offre d'activités, de bénéficier d'un outil pédagogique supplémentaire, de s'ouvrir à de nouveaux publics, de créer des événements innovants, de mobiliser de nouveaux partenaires et de créer du lien avec les clubs alentours.

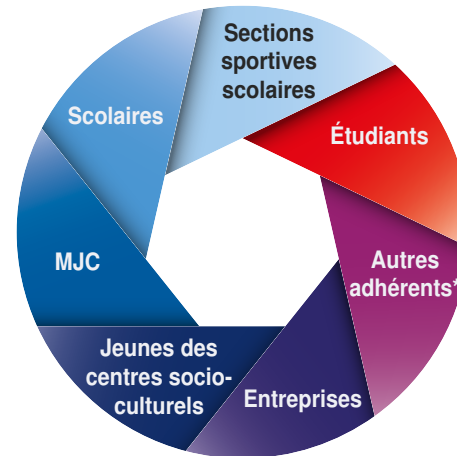
Une structure permanente permet de construire un projet d'animation capable de faire connaître la pratique du Beach Soccer, de la développer et de la pérenniser.

**Pour améliorer le niveau de pratique** des joueurs, quel que soit leur âge ou leur niveau, le Beach Soccer constitue un outil pédagogique très intéressant.

Pour preuve, de nombreux clubs professionnels ont leur espace Beach Soccer.

Bénéficier d'un terrain permanent c'est avoir l'opportunité de construire un programme d'évènements autour de la pratique du Beach Soccer.

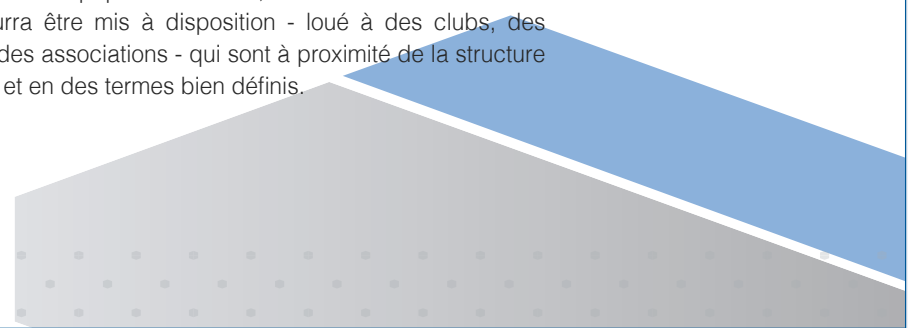
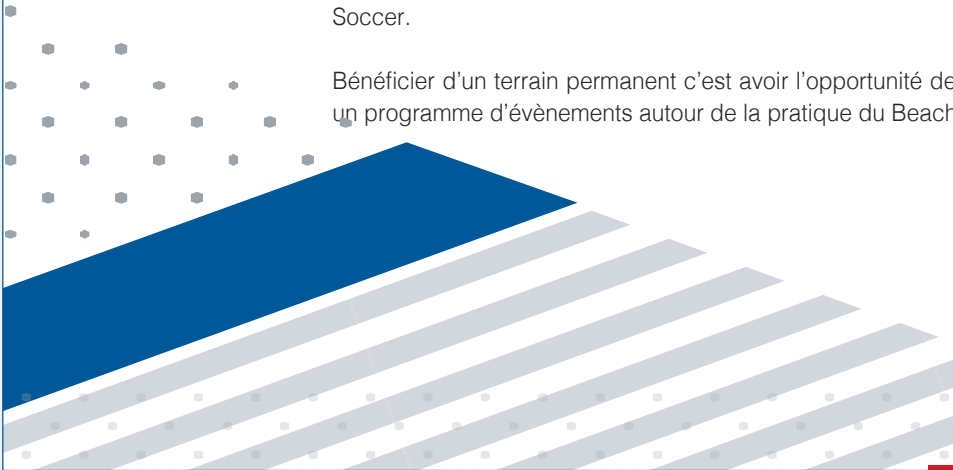
### 2 Différents publics peuvent être concernés :



*\*Adhérents d'autres associations sportives ou non, sont autant de publics en direction desquels des animations Beach Soccer peuvent être organisées*

En complément de la partie sportive, l'espace Beach Soccer doit pouvoir impulser une dimension festive.

Enfin sur un bassin de population donné, le terrain de Beach Soccer permanent pourra être mis à disposition - loué à des clubs, des entreprises ou des associations - qui sont à proximité de la structure à des périodes et en des termes bien définis.





### 3 Le terrain temporaire

Il doit permettre d'accueillir un tournoi, un évènement festif, de nouveaux publics durant la période estivale.

Le terrain de Beach Soccer temporaire est un moyen d'évaluer le pouvoir d'attractivité de la pratique avant de s'engager dans la création d'un équipement permanent qui est plus coûteux.

C'est également le moyen de diversifier ponctuellement les pratiques du club et de créer une dynamique durant la trêve estivale. Continuer de pratiquer un football complémentaire en développant ses qualités techniques, physiques ou encore tactiques dans une période sans compétition.

En outre, le terrain temporaire peut avoir un intérêt dans le cadre de la préparation athlétique d'avant-saison.

### Comment utiliser le sable à l'issue de la période estivale ?

- Stocker le sable en prévision d'une utilisation l'année suivante.
- Utiliser le sable dans le cadre de l'entretien des terrains en herbe.
- Dans le cadre d'un partenariat avec la commune, mettre le sable à disposition des services techniques de la municipalité.

Le terrain de beach-soccer intégré aux infrastructures du club aura un impact sur la vie du club.

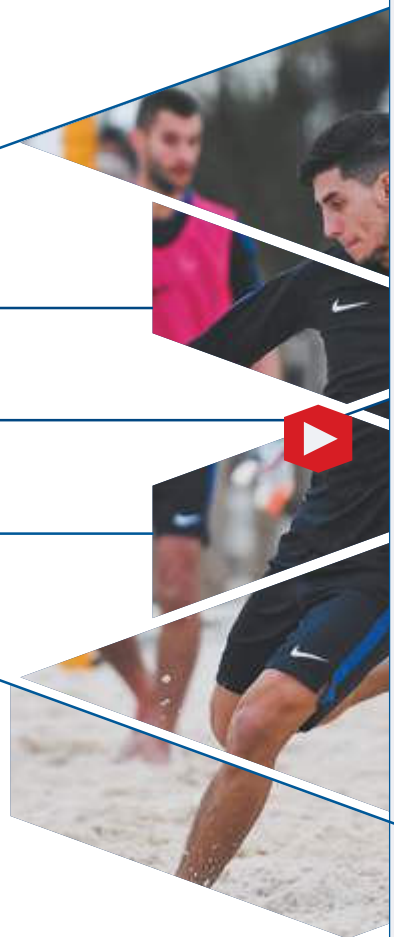
La mutualisation avec les autres infrastructures du club, vestiaires, douches, club-house, permet d'offrir des conditions satisfaisantes de pratique à moindre coût.



# - 3 -

## LA PRATIQUE





LES LOIS DU JEU

LA PHILOSOPHIE

LES INTÉRÊTS DE LA PRATIQUE

LES PRÉCONISATIONS

LES ATELIERS TECHNIQUES



## LOIS DU JEU

## LES POINTS IMPORTANTS

- **4 joueurs + 1 gardien** (équipe composée de 10 à 12 joueurs dont 2 gardiens maximum)
- **3 arbitres**, dont 2 au niveau des lignes de touche et 1 entre les deux bancs de touche chargé essentiellement de gérer les remplacements. **Plus 1 chronométrateur**
- **3 périodes de 12 minutes**
- **Remplacements de joueurs illimité :**
  - le joueur remplacé doit sortir de la zone limite du terrain avant de se faire remplacer
  - un échange de chasuble soit se réaliser entre le remplaçant et le remplacé
- **Touche :** peut être exécutée à la main ou au pied
- **Sortie de but :** le gardien doit obligatoirement relancer à la main
- Les coups-francs, corners, touches, sorties de but doivent être joués **dans les 4 secondes**
- Lorsque le gardien est en possession du ballon dans la zone 9 mètres il a aussi **4 secondes** pour relancer
- Tous les coups francs sont directs, et le joueur qui reçoit la faute doit tirer sauf s'il est blessé
- Taille des terrains : 35-37 m x 26-28 m
- Zone 9 mètres (penalty) est délimitée par des drapeaux jaunes
- La ligne médiane est délimitée par des drapeaux rouges
- Carton rouge : le joueur est expulsé, et le remplaçant (coéquipier) ne peut pas entrer avant un délai de 2 minutes (sauf si un but est marqué pendant ces 2 minutes).





# LA PHILOSOPHIE

## LES 5 VALEURS

- ❶ Plaisir de joueur à tout âge et à tout niveau
- ❷ Respect de l'adversaire, des arbitres, de l'encadrement
- ❸ Engagement du corps et du cœur
- ❹ Tolérance exemplaire dans l'accueil de toutes les aptitudes
- ❺ Solidarité du football français et du sport d'équipe

## LES 5 ATTRAITS DE LA PRATIQUE

- ❶ Accessible à toutes et à tous (jeunes ou moins jeunes)
- ❷ Accessible partout : sur le littoral ou dans les terres, aux abords des lacs...
- ❸ Complémentaire au football traditionnel pour développer des qualités physiques, techniques, tactiques et mentales
- ❹ Spectaculaire : 1 tir toutes les 30 secondes et une moyenne de 9 buts par match
- ❺ Fun et festive

## LES 5 DEVOIRS

- ❶ Tenue adaptée : chaussures interdites. Les protections élastiques sur les pieds sont autorisées à condition qu'elles ne recouvrent pas entièrement les pieds, les chevilles et les doigts de pieds
- ❷ État d'esprit : Pas d'enjeu mais du jeu.
- ❸ Échauffement : préparer son corps à l'effort sur sable de manière suffisante et progressive évitera les risques de blessure
- ❹ Protection des gestes acrobatiques : on ne tient pas ou on n'empêche pas un adversaire d'effectuer un ciseau ou une bicyclette
- ❺ Fluidité du jeu : pas de temps mort, 4 secondes pour remettre la balle en jeu !





## LES INTÉRÊTS DE LA PRATIQUE

### ENTRAÎNEMENT COMPLÉMENTAIRE POUR LE FOOTBALL PHYSIQUE ET COORDINATION

Le Beach soccer est une excellente forme d'entraînement complémentaire pour le football, tout particulièrement pour les enfants. Comme indiqué plus haut, jouer sur du sable demande des qualités importantes sur les plans technique, physique et de la coordination. Jouer au Beach soccer permet donc de développer tous ces aspects.

Étant donné que les joueurs s'enfoncent dans le sable à chaque pas, le simple fait de se déplacer sur du sable exige un certain niveau sur les plans physique et de la coordination. À cet égard, le Beach soccer représente une alternative intéressante aux exercices habituels de préparation et de coordination.

### TECHNIQUE ET TACTIQUE

Le nombre plus important de touches de balle, la surface de jeu irrégulière et un temps moindre pour contrôler le ballon représentent une excellente combinaison pour améliorer la technique individuelle d'un joueur. Or, étant donné que les bases techniques sont acquises très tôt, le Beach soccer est particulièrement recommandé pour les enfants et pour les jeunes joueurs. Du point de vue tactique, le Beach soccer présente également de nombreux avantages pour les joueurs habitués à jouer sur du gazon. Les jeux combinés à 2 et à 3 demandent des changements de rythme avec une prise de décision rapide. Les changements de jeu rapide vers le but, ainsi que les nombreux systèmes et schémas de jeu propres au Beach soccer, permettent ainsi d'améliorer la lecture du jeu des joueurs.



*Il y a moins de blessures importantes au Beach Soccer. Les entorses aux genoux et aux chevilles qui apparaissent souvent sur pelouse grasse ou synthétique sont beaucoup moins présentes au Beach Soccer car le sable permet d'amortir les chocs. En effet, le sable évite les torsions et l'impact des chocs importants sur des changements d'appuis ou sur des contacts souvent présents au Foot à 11 ou au Futsal.*



**Benjamin Dessart**

Médecin de l'équipe de France de Beach Soccer



## CAPACITÉS COGNITIVES

Le Beach soccer permet aussi de développer les capacités cognitives des joueurs. Le rythme élevé propre à la discipline oblige les joueurs à identifier et à analyser immédiatement chaque situation avant de prendre rapidement une décision. Les joueurs qui anticipent correctement une situation au cours d'un match disposeront de plus de temps pour effectuer leur choix et préparer l'action suivante. La lecture du jeu et la capacité à anticiper les actions individuelles sont des qualités déterminantes pour tout joueur d'un sport collectif, et elles se développent.



## PRÉVENTION ET RÉÉDUCATION

En raison des caractéristiques physiques du sable, le Beach soccer permet au joueur de faire travailler mais aussi de renforcer les groupes musculaires qui ne sont pas sollicités lorsqu'il joue sur une surface solide. Des séances d'entraînement complémentaires sur du sable peuvent ainsi réduire le risque de blessure. De plus, jouer sur du sable ne renforce pas seulement les muscles, puisque cela permet aussi de soulager la colonne vertébrale, les ligaments et les tendons. En plus de l'interdiction des chaussures, l'effet amortissant du sable est la raison fondamentale du faible nombre de blessures recensées au Beach soccer par rapport au football. Le développement musculaire et la charge réduite sur les articulations, les ligaments et les tendons sont aussi des facteurs essentiels à prendre en compte lors de la conception d'un programme de rééducation suite à la surcharge d'une articulation ou à une blessure. Dans le cas de certaines blessures au genou ou aux ligaments qui empêchent les joueurs de s'entraîner sur une surface dure, le Beach soccer peut offrir une alternative.





# LES PRÉCONISATIONS

## PRÉCONISATIONS TECHNIQUE

### 1 Enfants de 6 à 9 ans

#### Caractéristiques :

- Ils essaient de marquer le plus vite possible
- Ils n'appréhendent pas la nécessité de l'action collective
- Ils n'utilisent qu'une zone réduite du terrain
- Ils utilisent la zone axiale et ne donnent pas d'amplitude au jeu
- Ils luttent individuellement et pas collectivement pour la possession du ballon
- Ils ne comprennent pas complètement les raisons inspirant la plupart des lois du jeu

#### Essayer de montrer :

- L'importance du jeu direct et collectif qui demande moins d'effort



### 2 Enfants de 9 à 12 ans

#### Caractéristiques :

- Ils utilisent un plus grand nombre de zones sur tout le terrain
- Il y a davantage de coopération et de coordination entre coéquipiers
- Ils utilisent l'espace afin de se rendre disponibles pour leurs coéquipiers
- Ils appréhendent plusieurs rôles, comme celui d'attaquant ou de défenseur
- Ils mettent davantage de distance entre eux-mêmes et les joueurs adverses
- Ils comprennent mieux les lois du jeu

#### Essayer de montrer :

- Comment jouer sans ballon, à la fois en phase offensive comme en phase défensive
- Comment utiliser l'ensemble du terrain
- Comment être plus efficace au cours des phases offensives et des phases défensives, et comment collaborer entre coéquipiers
- Comment se lever le ballon



**3 Enfants de 13 à 16 ans****Caractéristiques :**

- Utilisation de l'espace
- Hiérarchisation des tâches
- Élaboration de stratégies collectives
- Compréhension globale du jeu (attaque et défense)
- Jouer pour l'équipe
- Acceptation et compréhension des règles

**Essayer de montrer :**

- Les aider à interpréter les actions de leurs partenaires
- Les encourager à collaborer aux phases offensives et défensives ou à y participer
- Transitions rapides
- L'importance du jeu près du ballon et loin du ballon, en phase défensive et en phase offensive
- Jouer des deux côtés, dans l'axe, vers l'avant et vers l'arrière
- Générer des espaces, éviter que l'adversaire ne génère des espaces
- Comment se lever le ballon

**4 Enfants de 16 à 18 ans****Caractéristiques :**

- Apprendre à jouer : perception, analyse, décision et exécution
- Compétitivité
- Ils n'aiment pas qu'on les oblige à faire les choses
- La puberté les rend très sensibles et très instables
- Leur développement dépend de ce qu'ils observent et de ce qu'ils font

**Essayer de montrer :**

- 50 % de technique + 25 % de physique + 25 % de tactique
- Éviter la fatigue
- Développer les tactiques de base
- Introduire les systèmes tactiques et les différentes stratégies de jeu
- Introduire le jeu offensif et le jeu de contre-attaque
- Développer le marquage en zone et le placement défensif
- Encourager la prise de décision permanente
- Tâches simplifiées et règles changeantes pour encourager les différentes actions
- Oppositions et circuit training



Disputer tout type de marches et faire varier la taille du terrain, le nombre de joueurs ou les dimensions des buts.



Sommaire  
du chapitre

## LES PROCÉDÉS D'ENTRAÎNEMENT

	Définition	Invariants	Organisation souhaitée	Intérêts
<b>Les jeux Pédagogie active</b>	Forme de travail basée en priorité sur une égalité numérique (+ ou -) avec des objectifs et des buts communs	Sens du jeu  Partenaires Adversaires  Ballon	<b>Phase de jeu :</b> communiquée aux joueurs <b>Objectifs :</b> non communiqués aux joueurs <b>Buts et consignes :</b> Communiqués aux joueurs	Le joueurs s'adapte aux contraintes du jeu  Il découvre les solutions  Il construit des réponses adaptées
<b>Les situations Pédagogie active</b>	Forme de travail basée en priorité sur la répétition d'actions de jeu en inégalité numérique (ex. ligne - 2c1...) avec des objectifs et buts différents	Sens du jeu  Partenaire(s)  Adversaire(s)	<b>Phase de jeu :</b> communiquée aux joueurs <b>Objectifs :</b> communiqués aux joueurs <b>Buts et consignes :</b> communiqués aux joueurs	Le joueur est confronté à un problème qu'il doit résoudre en répétant l'action de jeu
<b>Les exercices Pédagogie directive</b>	<b>Adptatifs</b> Travail à choix multiple (gestes ou joueurs) enrichi avec des prises d'information plus importantes  <b>Analytiques</b> Forme de travail de base avec une prise d'information faible (joueur -> ballon)	Sens du jeu Partenaire(s) Sans Adversaire (sauf duels) Ballon Choix (gestes ou joueurs)  Sens du jeu ou pas Adversaire(s) ou pas Ballon	<b>Phase de jeu :</b> communiquée aux joueurs <b>Objectifs :</b> communiqués aux joueurs <b>Buts et consignes :</b> communiqués aux joueurs	Le joueur exécute le mouvement ou les gestes techniques  Il imite ou copie  Il se corrige par la répétition du geste





Sommaire  
du chapitre

## PRÉCONISATIONS TEMPS DE JEU

	Temps de jeu max. préconisé /jour	Format préconisé	Nombre de joueurs préconisé	Conseil
Senior	72 min	2 rencontres de 3 x 12 min	5 contre 5	
U19	72 min	2 rencontres de 3 x 12 min	5 contre 5	
U17	72 min	2 rencontres de 3 x 12 min	5 contre 5	
U15	48 min	2 rencontres de 3 x 8 min	5 contre 5 OU 6 contre 6	Pratiquer avec ballon(s) beach volley <sup>(1)</sup>
U13	48 min	2 rencontres de 3 x 8 min	5 contre 5 OU 6 contre 6	Pratiquer avec ballon(s) beach volley
U11	36 min	2 rencontres de 3 x 6 min	3 contre 3 OU 4 contre 4 dont GB sur demi-terrain	Pratiquer avec ballon(s) beach volley
U9	36 min	2 rencontres de 3 x 6 min	3 contre 3 OU 4 contre 4 dont GB sur demi-terrain	Pratiquer avec ballon(s) beach volley





Sommaire  
du chapitre

## PRÉCONISATIONS MATÉRIEL

### 1 L'essentiel pour bien débiter

Maillot

Short

Pas de chaussettes

Possibilité d'utiliser des «chaussons» de plongée pour l'entraînement et les catégories jeunes

Ballon de Beach Soccer

Possibilité d'utiliser un ballon de Beach Volley pour la découverte et les catégories jeunes

Sable







Sommaire  
du chapitre

## LES CONSEILS BEACH SOCCER

### 1 5 Conseils pour bien attaquer

	OBJECTIFS	MISES EN SITUATION	CONSEILS	POINTS CLES
1	 Etre concentré	 Analyser rapidement les différentes informations	 Agir et non subir	 *Rapidité d'action
2	Conserver	Ouvrir l'espace en largeur	Prendre le temps de mettre en place une combinaison	*Jonglerie *Blocage du ballon
3	Progresser	Analyser rapidement les différentes informations	Agir et non subir	*Rapidité d'action
4	Déséquilibrer	Changement de système	Déplacement sans ballon	*Starter
5	Finir	*Engagement *Coup de pied arrêté *Remise, appui, soutien	Louche pour frapper de volée (réaliser une petite motte de sable afin de surélever le ballon). Favoriser le jeu à une, deux touches de balle maximum	*Précision, puissance

**\* Interdire de jouer en chaussettes**

**\* Tenter des gestes acrobatiques et des tirs :**  
*peu importe l'endroit du terrain*

**\* Etre au cœur du jeu :**  
*les joueurs touchent beaucoup de ballons et sont toujours dans la transition (attaquer / défendre - On a le ballon / On n'a pas le ballon)*





**\* Eviter les fautes :** *tous les coups francs sont directs (sans mur). Ce qui entraine des actions de but. Il faut donc éviter les fautes et les contestations*



Sommaire  
du chapitre

## LES CONSEILS BEACH SOCCER

### 2 5 Conseils pour bien défendre

	OBJECTIFS	MISES EN SITUATION	CONSEILS	POINTS CLES
1	 Etre concentré	 Eviter les contacts	 Ne pas faire de faute pour éviter les coups francs	 *Goût à l'effort
2	S'opposer à la progression	Reformer le bloc	Distance entre les lignes	*Synchronisation
3	Protéger son but	Cadrer le porteur	Avoir les bonnes distances	*Eviter les frappes des adversaires
4	Récupérer le ballon	Travailler l'interception	Gagner les duels	*Anticiper, tacler
5	Capacités physiques (endurance, coordination, vitesse vivacité, force)	Sous forme d'ateliers de circuits	Bien veiller à respecter le temps de travail et de récupération	*Travailler toujours avec ballons

\* **Interdire de jouer en chaussettes**  
 \* **Tenter des gestes acrobatiques et des tirs** : peu importe l'endroit du terrain  
 \* **Etre au cœur du jeu** : les joueurs touchent beaucoup de ballons et sont toujours dans la transition (attaquer / défendre - On a le ballon / On n'a pas le ballon)  
 \* **Eviter les fautes** : tous les coups francs sont directs (sans mur). Ce qui entraine des actions de but. Il faut donc éviter les fautes et les contestations



# LES ATELIERS TECHNIQUES

## ÉCHAUFFEMENT, JEUX, SITUATIONS, EXERCICES + GARDIEN DE BUT

### 1 Entraînement chez les enfants et chez les jeunes : Recommandation principale

- Le premier objectif reste de prendre du plaisir
- L'éducation et le développement de la maturité du joueur sont les objectifs essentiels
- Les joueurs doivent accepter et apprendre de leurs erreurs
- Encourager les joueurs, instaurer une ambiance conviviale et établir de bonnes relations, à la fois entre eux et vis-à-vis de vous
- Montrer l'exemple
- Encourager les joueurs à progresser
- Laisser les joueurs mettre en pratique de nouvelles idées, ne pas les laisser avoir peur de commettre des erreurs
- Fair-play







Sommaire du chapitre

n°1

# ECHAUFFEMENT

LES LOIS DU JEU / LA PHILOSOPHIE / LES INTÉRÊTS DE LA PRATIQUE / LES PRÉCONISATIONS / LES ATELIERS TECHNIQUES

## TÂCHES

### Objectif

Echauffement technique Beach Soccer

### But

Préparation à l'effort

### Consignes

- Ronde en fête : un groupe statique à l'extérieur avec les ballons
- Un groupe à l'intérieur sans ballon, qui se dirige
- Les joueurs avec ballon : remise
- Changer les rôles toutes les minutes
- Déplacement variés (éducatifs)

## ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

### Variables

- Louche
- Lever, frapper
- Lever, frapper
- Lever, frapper
- Remise de volée
- Amorti, remise au sol
- Amorti, remise de volée
- Amorti, conduite et blocage devant
- Un autre appui

### Méthode pédagogiques

Directive

### Veiller à

- Valoriser l'application gestuelle et les réussites
- Encourager les efforts d'attention et de concentration
- Mettre du rythme dans l'exécution de l'exercice

## MATÉRIELS



## DÉPLACEMENTS



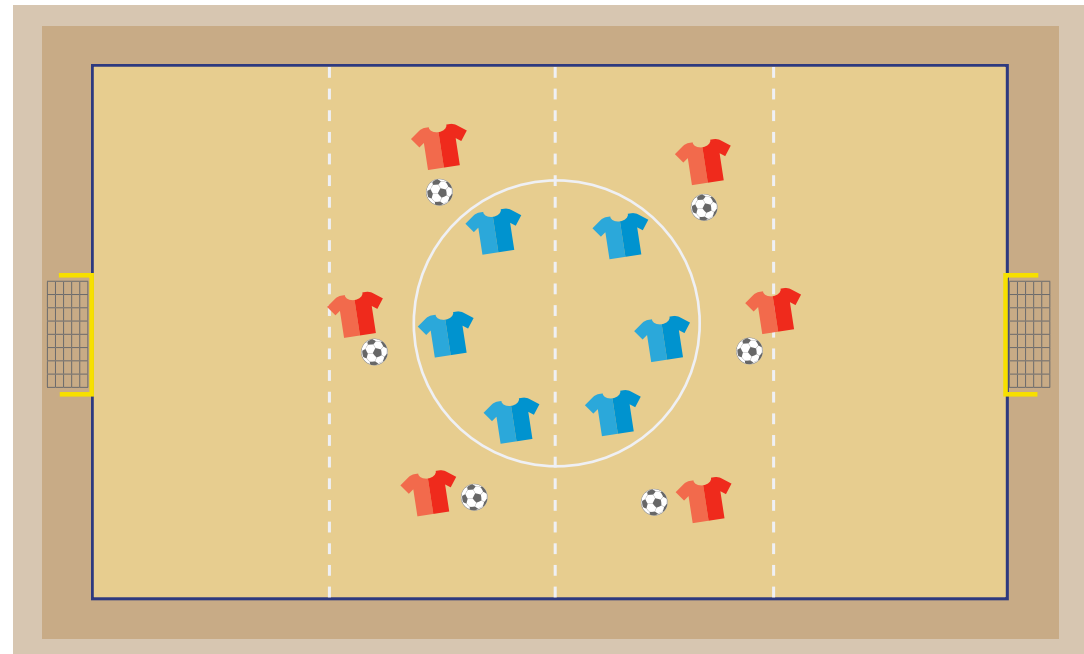
### On a le ballon

- Conserver / Progresser
- Déséquilibrer / Finir

### On a pas le ballon

- S'opposer à la progression
- S'opposer pour protéger son but

## EFFECTIF



**Espace :**  
Le terrain entier



**Effectif :**  
10 à 12 joueurs



**Durée :**  
10 mn





Sommaire  
du chapitre

n°2

ECHAUFFEMENT

TÂCHES

Objectif

Echauffement - Savoir courir dans le sable  
Cohésion de groupe

But

Franchir la zone d'en-but

Consignes

Sans ballon - 2 équipes :  
Se passer le ballon fictif en appelant le prénom d'un partenaire.  
Le PB doit lever le bras.  
Pour récupérer le ballon, l'adversaire doit toucher le PB adverse

ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

Variables

Marquage individuel  
Ne pas redonner au joueur qui vient de vous donner le ballon  
Une seule passe en retard par possession

Méthode pédagogiques

Active

Veiller à

Encourager les efforts d'attention et de concentration  
Mettre du rythme dans l'exécution de l'exercice

MATÉRIELS



DÉPLACEMENTS



EFFECTIF

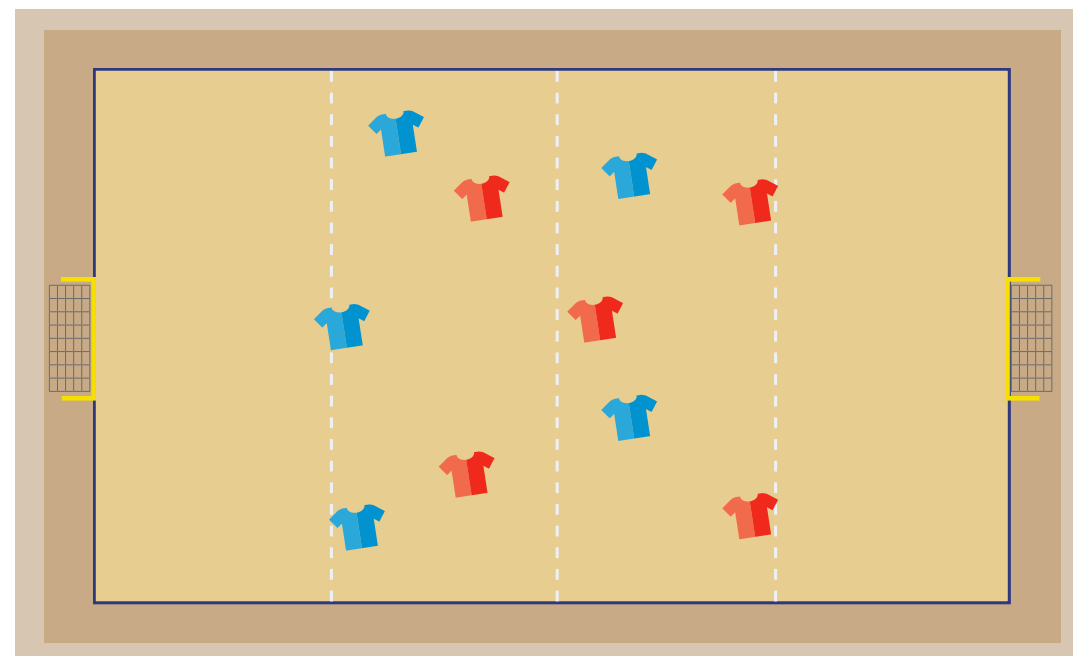


On a le ballon

Conserver / Progresser  
Déséquilibrer / Finir

On a pas le ballon

S'opposer à la progression  
S'opposer pour protéger son but



Espace :  
20 à 26 mètres



Effectif :  
10 à 12 joueurs



Durée :  
10 mn



Sommaire du chapitre

n°3

SITUATION

LES LOIS DU JEU / LA PHILOSOPHIE / LES INTÉRÊTS DE LA PRATIQUE / LES PRÉCONISATIONS / LES ATELIERS TECHNIQUES

TÂCHES

Objectif

Défendre en infériorité numérique

But

Ne pas prendre de but

Consignes

Situation de 2 attaquants contre un défenseur
Le gardien relance à la main soit à droite soit à gauche
Défenseur : se mettre sur la ligne de passe, isoler l'attaquant
Défenseur gère le PB, le GB le 2ème attaquant
Si le défenseur récupère, passer l'une des portes

ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

Variables

Travailler à droite et à gauche
Rajouter un défenseur en retard
10 secondes pour aller marquer
Partir du GB : avec défenseur limite des 9 mètres

Méthode pédagogiques

Active

Veiller à

Attitudes du défenseur (déplacements, appuis, orientations...)

MATÉRIELS

X		X		X

DÉPLACEMENTS



EFFECTIF



On a le ballon

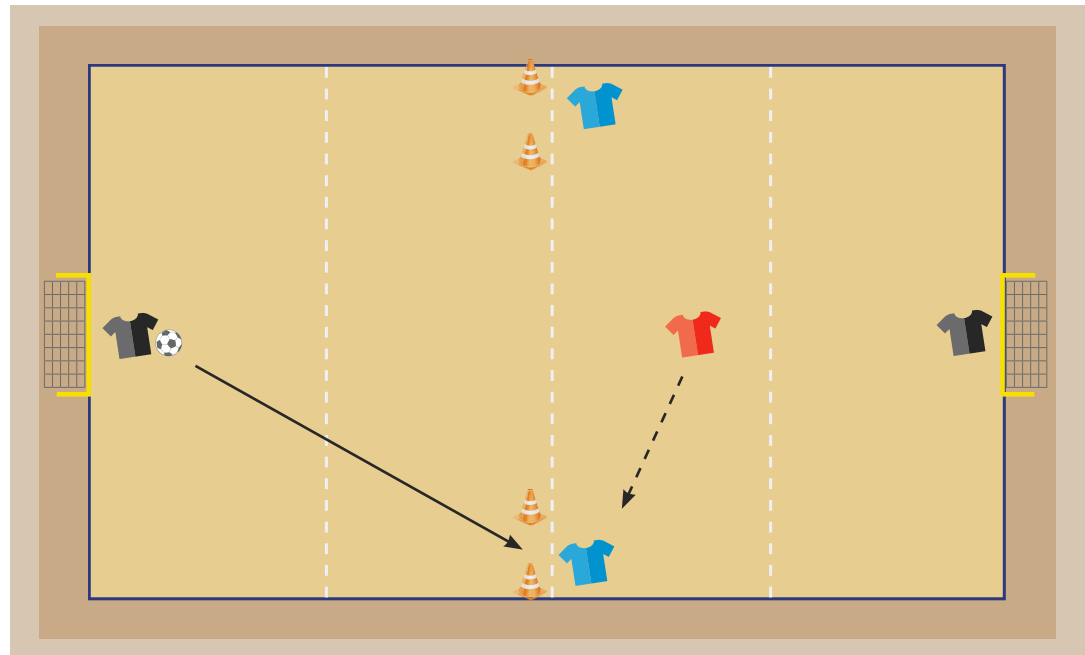
Conserver / Progresser

Déséquilibrer / Finir

On a pas le ballon

S'opposer à la progression

S'opposer pour protéger son but



Espace : Le terrain entier



Effectif : 10 à 12 joueurs



Durée : 15 mn





Sommaire du chapitre

n°4

### EXERCICE

LES LOIS DU JEU / LA PHILOSOPHIE / LES INTÉRÊTS DE LA PRATIQUE / LES PRÉCONISATIONS / LES ATELIERS TECHNIQUES

#### TÂCHES

##### Objectif

Améliorer passe et le tir

##### But

Marquer, cadrer à chaque fois

##### Consignes

Départ du GB sur défenseur qui lui remet.

GB relance à la main vers le pivot qui remet pour le 1<sup>er</sup> joueur qui tire.

#### ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

##### Variables

Travailler à droite et à gauche : en même temps

Varié la position du pivot

Pivot remet pour centre et reprise

Notion de choix

##### Méthode pédagogiques

Directive

##### Veiller à

Ne pas quitter le ballon des yeux, corps équilibré

Valoriser l'application gestuelle et les réussites

Encourager les efforts d'attention et de concentration

Mettre du rythme dans l'exécution de l'exercice

#### MATÉRIELS



#### DÉPLACEMENTS



#### EFFECTIF



##### On a le ballon

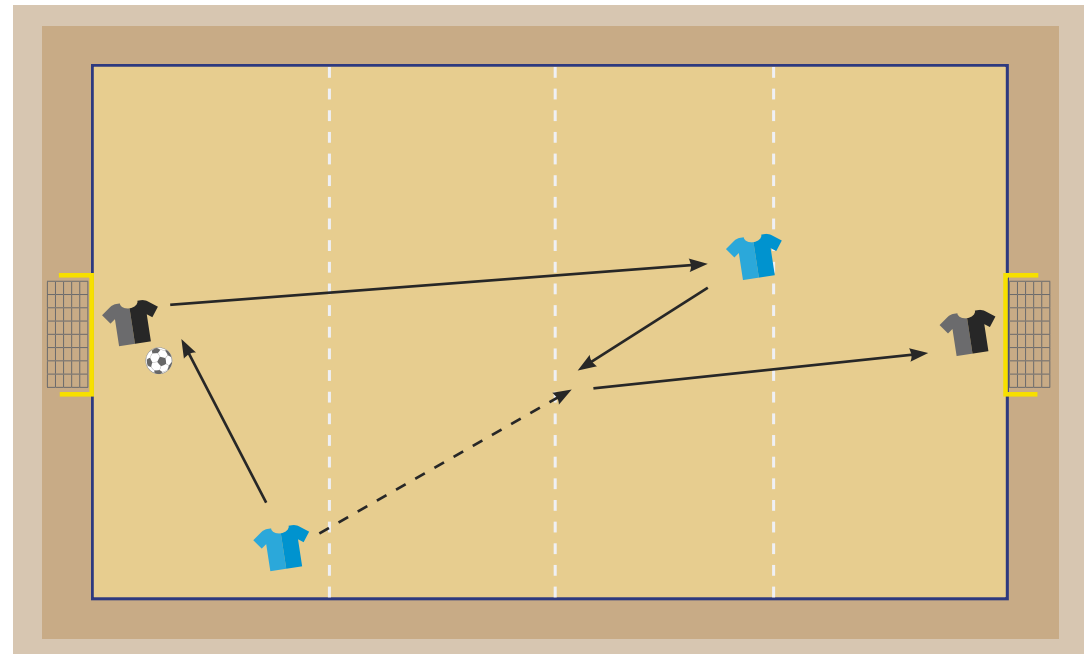
Conservé / Progresser

Déséquilibrer / Finir

##### On a pas le ballon

S'opposer à la progression

S'opposer pour protéger son but



Espace :  
Le terrain entier



Effectif :  
10 à 12 joueurs



Durée :  
15 mn





Sommaire du chapitre

n°5

JEU

LES LOIS DU JEU / LA PHILOSOPHIE / LES INTÉRÊTS DE LA PRATIQUE / LES PRÉCONISATIONS / LES ATELIERS TECHNIQUES

MATÉRIELS



DÉPLACEMENTS



EFFECTIF



TÂCHES

Objectif

Jeu libre

But

Marquer de volée

Consignes

Jeu libre : bonification de 3 buts si dans l'action remise/déviation de volée ou tir de volée

ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

Variables

Travailler différents systèmes (défensifs et offensifs) L'équipe qui défend va presser haut (un seul joueur dans sa moitié de terrain)

Méthode pédagogiques

Active

Veiller à

Attitudes des joueurs dans la transition Déterminer les systèmes de jeu

On a le ballon

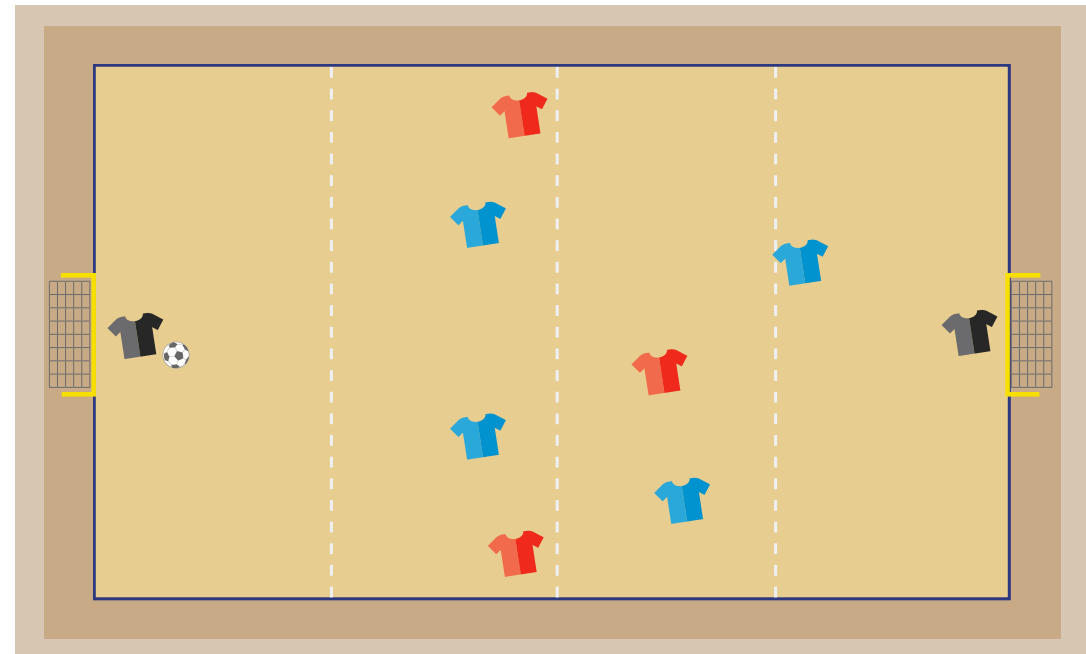
Conserver / Progresser

Déséquilibrer / Finir

On a pas le ballon

S'opposer à la progression

S'opposer pour protéger son but



Espace : Le terrain entier



Effectif : 5 contre 5



Durée : 20 mn





Sommaire du chapitre

n°6

EXERCICE

Thème : vitesse

LES LOIS DU JEU / LA PHILOSOPHIE / LES INTÉRÊTS DE LA PRATIQUE / LES PRÉCONISATIONS / LES ATELIERS TECHNIQUES

MATÉRIELS

X			X	X

DÉPLACEMENTS



EFFECTIF



TÂCHES

Objectif

Travailler la vitesse autour d'une forme jouée  
Sensibiliser à la pertinence de déplacement et améliorer la coordination de déplacement

But

Marquer le plus rapidement possible

Consignes

Les bleus et les jaunes ont le même parcours, les mêmes distances à parcourir et partent au signal.

ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

Variables

Changer les signaux de départ (auditif, visuel et tactile)  
Varier les schémas de jeu liés à votre projet

Méthode pédagogiques

Directive - Expliquer- Démontrer - Faire répéter les gestes

Veiller à

Respecter les temps de récupération (10 à 15 x le temps de l'effort)  
On se doit de penser à des ballons complémentaires en cas d'échec  
Les appels doivent s'effectuer à vitesse maximale  
Respecter l'équité des chances

On a le ballon

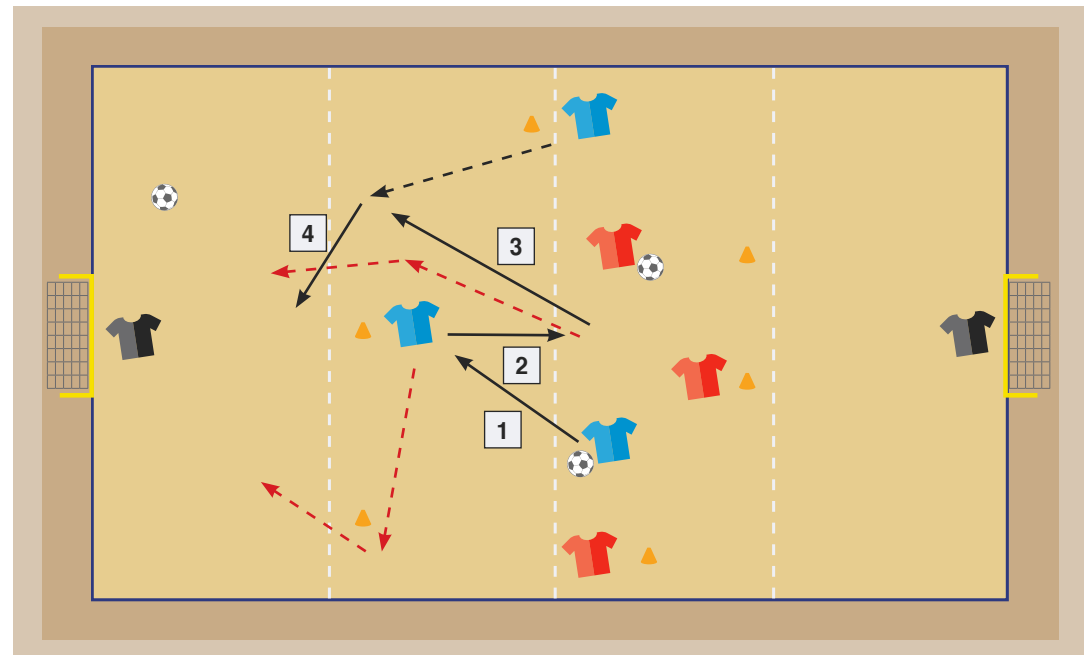
Conserver / Progresser

Déséquilibrer / Finir

On a pas le ballon

S'opposer à la progression

S'opposer pour protéger son but



Espace :  
Le terrain entier



Effectif :  
vague de 3 contre 3



Durée :  
4 à 5 efforts de 3 à 5 mn





Sommaire du chapitre

n°7

### EXERCICE

Thème : vitesse

LES LOIS DU JEU / LA PHILOSOPHIE / LES INTÉRÊTS DE LA PRATIQUE / LES PRÉCONISATIONS / LES ATELIERS TECHNIQUES

### TÂCHES

#### Objectif

Travail de vivacité à partir d'une forme jouée

#### But

Se déplacer dans l'air de jeu sans se faire toucher par un rouge

#### Consignes

Se déplacer dans l'air de jeu sans se faire toucher par un rouge. Le cerceau peut être utilisé comme refuge

### ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

#### Variables

Changer les signaux de départ (auditif, visuel et tactile)  
Varier les schémas de jeu liés à votre projet

#### Méthode pédagogiques

Directive - Expliquer- Démontrer - Faire répéter les gestes

#### Veiller à

L'alternance des rôles, la gestion des efforts

### MATÉRIELS



### DÉPLACEMENTS



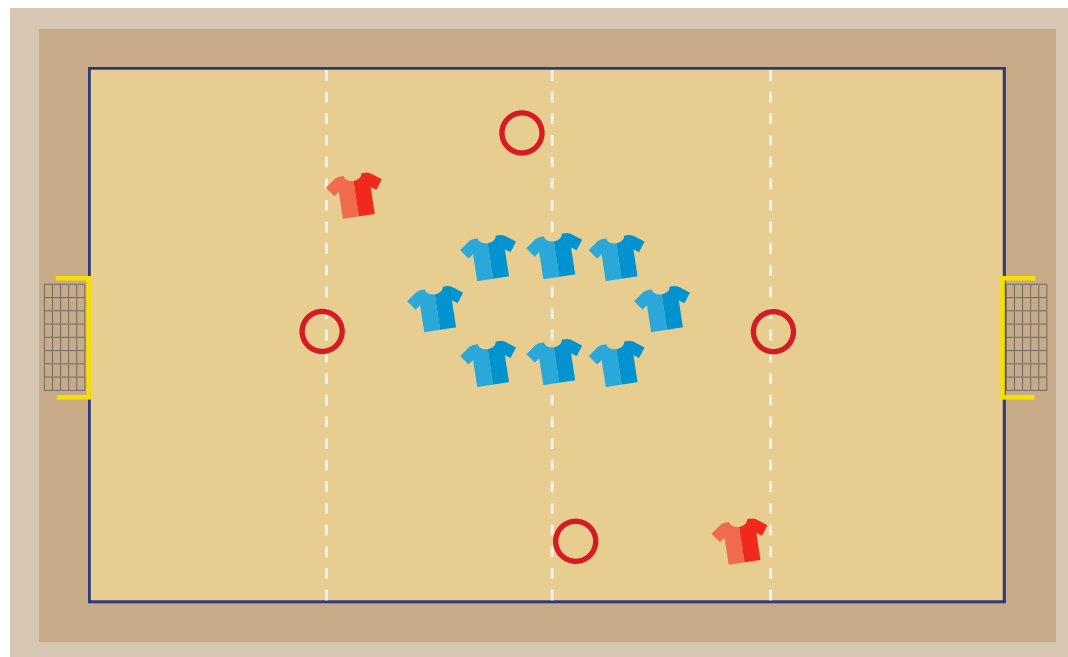
#### On a le ballon

Conserver / Progresser  
Déséquilibrer / Finir

#### On a pas le ballon

S'opposer à la progression  
S'opposer pour protéger son but

### EFFECTIF



**Espace :**  
Le terrain entier



**Effectif :**  
8 joueurs



**Durée :**  
15 mn





Sommaire  
du chapitre

n°8

## EXERCICE

Thème : vitesse

### TÂCHES

#### Objectif

Travail de vivacité à partir d'une forme jouée

#### But

Aller chercher un maximum de ballon et les ramener dans son propre camp à la main

#### Consignes

Les bleus ramènent les ballons jaunes

Les jaunes ramènent les ballons rouges

Les rouges ramènent les ballons bleus

### ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

#### Variables

Les ballons peuvent être ramenés au pied

Changer les signaux de départ (auditif, visuel et tactile)

Rajouter des obstacles

#### Méthode pédagogiques

Directive - Expliquer- Démontrer - Faire répéter les gestes

#### Veiller à

L'alternance des rôles, la gestion des efforts

### MATÉRIELS

X	X	X			X

### DÉPLACEMENTS



### EFFECTIF



#### On a le ballon

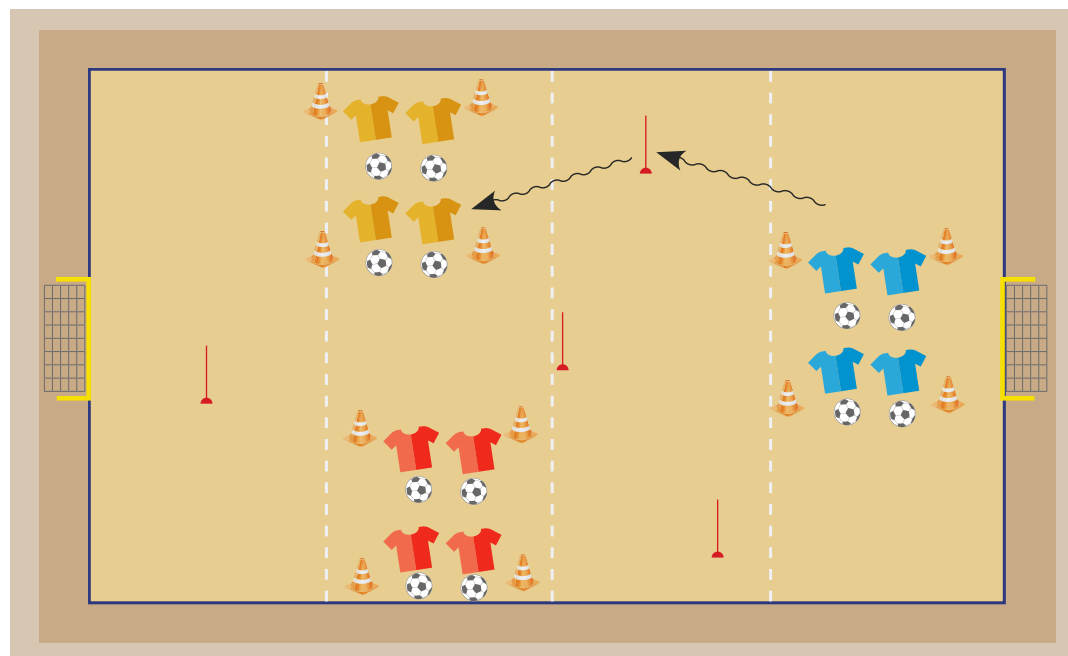
Conserver / Progresser

Déséquilibrer / Finir

#### On a pas le ballon

S'opposer à la progression

S'opposer pour protéger son but



**Espace :**  
Le terrain entier



**Effectif :**  
8 joueurs



**Durée :**  
15 mn





Sommaire du chapitre

n°9

### JEU

Thème : Endurance puissance

LES LOIS DU JEU / LA PHILOSOPHIE / LES INTÉRÊTS DE LA PRATIQUE / LES PRÉCONISATIONS / LES ATELIERS TECHNIQUES

### TÂCHES

#### Objectif

Travail d'endurance à partir d'une forme jouée (endurance puissance)

#### But

Marquer un but

#### Consignes

Faire 4 séquences de 3' de travail, 1'30 de récup  
Jeu libre, cependant la récupération du ballon peut également se faire au touché du porteur de balle

### ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

#### Variables

1 point quand le porteur s'assoie sur le ballon sans être touché  
3 points si le but est marqué avec tous les joueurs en zone offensive  
Organiser un marquage individuel en zone défensive  
Faire la dernière séquence avec le but en or

#### Méthode pédagogiques

Active - Laisser jouer - Observer - Questionner

#### Veiller à

L'intensité en fin de séquence, et la FC de récupération (entre 125 et 135 puls/min en fonction de l'âge et des individus)

### MATÉRIELS



### DÉPLACEMENTS



### EFFECTIF

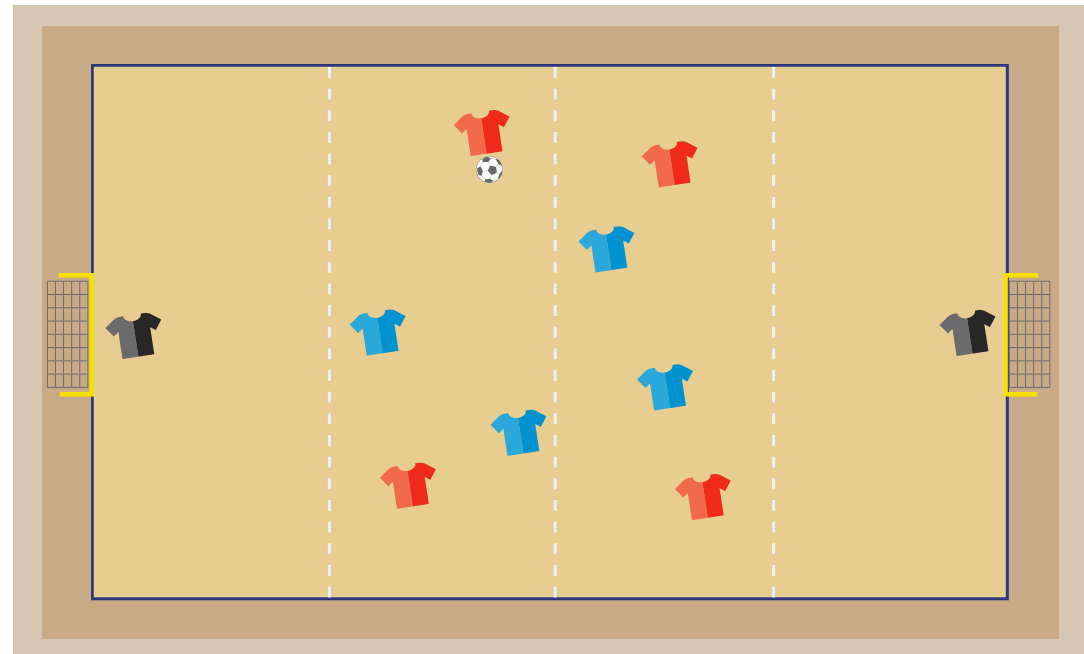


#### On a le ballon

- Conserver / Progresser
- Déséquilibrer / Finir

#### On a pas le ballon

- S'opposer à la progression
- S'opposer pour protéger son but



**Espace :**  
Le terrain entier



**Effectif :**  
10 joueurs



**Durée :**  
17 mn





Sommaire du chapitre

n°10

JEU

Thème : Endurance puissance

LES LOIS DU JEU / LA PHILOSOPHIE / LES INTÉRÊTS DE LA PRATIQUE / LES PRÉCONISATIONS / LES ATELIERS TECHNIQUES

TÂCHES

Objectif

Améliorer le jeu de tête - La transition

But

Marquer

Consignes

Jeu uniquement de la tête. Dès qu'un ballon sort, ou après un but, pas de temps d'arrêt, le gardien ré-injecte systématiquement un ballon en cherchant la tête d'un des pivots ou d'un joueur de champs.

Le joueur le plus proche du ballon après qu'il est touché le sol, doit relever le ballon à la main et le jouer de la tête sans être gêné dans son geste.

ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

Variables

Peut se jouer à 3 contre 3 et idem pour les joueurs en pivot. On peut modifier la position des pivots ou leur demander de changer de place, voir de rôle

Méthode pédagogiques

Active - Laisser jouer - Observer - Questionner

Veiller à

Peu de temps d'arrêt dans les rotations (joueurs / pivots) Prévoir de nombreux ballons dans les buts afin d'alimenter le jeu

MATÉRIELS



DÉPLACEMENTS



EFFECTIF



On a le ballon

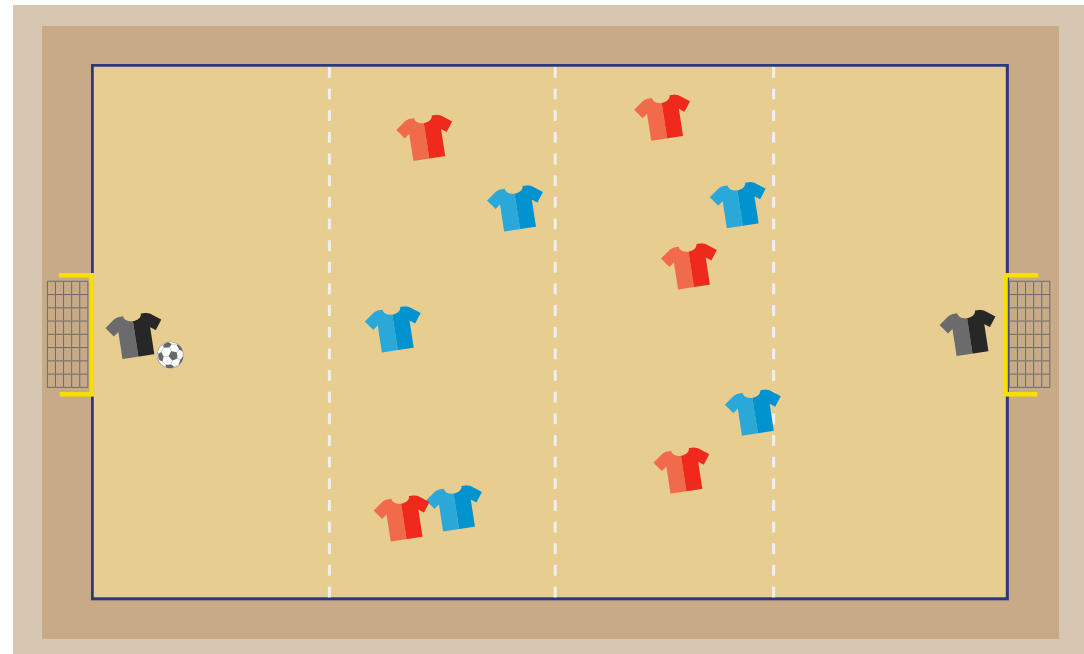
Conserver / Progresser

Déséquilibrer / Finir

On a pas le ballon

S'opposer à la progression

S'opposer pour protéger son but



Espace : Le terrain entier



Effectif : 12 joueurs



Durée : 3'x3' (4 à 5 fois) ou 2'x2' (4 à 6 fois)





Sommaire  
du chapitre

n°11

JEU

Thème : Endurance capacité

TÂCHES

Objectif

Améliorer la qualité technique  
Améliorer la pertinence des déplacement sur un fond aérobie

But

Réaliser le circuit sans erreur technique avec l'ensemble des joueurs en mouvement

Consignes

S'applique sur les gestes techniques  
Suivre son ballon

ÉLÉMENTS PÉDAGOGIQUES

Variables

On peut moduler et changer les cheminements selon les objectifs  
On peut ajouter ou ajuster des contraintes de déplacements ou des contraintes techniques

Méthode pédagogiques

Directive - Expliquer- Démontrer - Faire répéter les gestes

Veiller à

Toujours être en mouvement  
Gérer l'intensité par une animation adaptée  
Ajouter ou retirer des postes en fonction de l'intensité voulue

MATÉRIELS



DÉPLACEMENTS



EFFECTIF

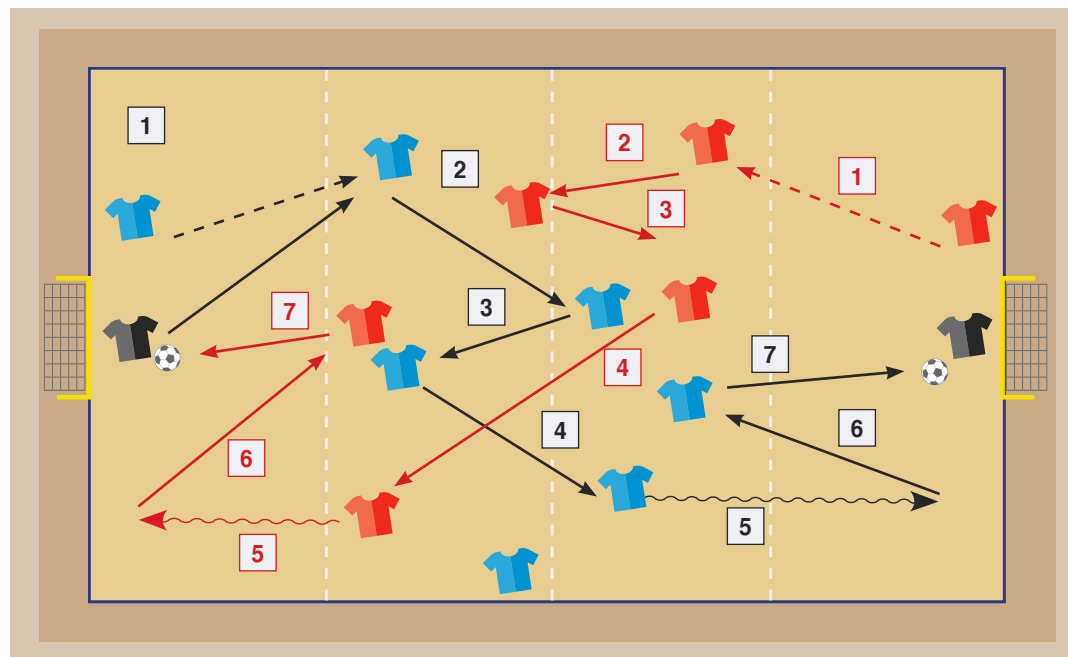


On a le ballon

- Conservier / Progresser
- Déséquilibrer / Finir

On a pas le ballon

- S'opposer à la progression
- S'opposer pour protéger son but



Espace :  
Le terrain entier



Effectif :  
14 joueurs



Durée :  
de 12 mn

## Contacts :

- *Questions techniques (formation, ateliers, séances) :*  
*référént développement des pratiques de la Direction Technique Nationale*
- *Questions terrains, accompagnement clubs, financement d'infrastructures :*  
*référént développement des pratiques Ligue du Football Amateur*



Tél. : 01 44 31 73 00  
87 boulevard de Grenelle  
75015 Paris





[www.fff.fr](http://www.fff.fr)



avril 2017