

MECIURI

ÎN COMPONENTĂ
NUMERICĂ REDUSĂ

4v4, 5v5, 7v7, 8v8, 9v9



Adresa: str. Tricolorului, 39, MD - 2012, CHIȘINĂU, Republica Moldova
Telefon/fax: + 373 22 88 04 20
Compartamentul Tehnic FMF
E-mail: sfa@fmf.md
www.fmf.md



INTRODUCERE

Atunci când sunt organizate competițiile, trebuie să se accepte faptul că aspectul competitiv al întrecerii și rezultatul final nu sunt elementele esențiale, accentul trebuie pus mereu asupra conceptelor de **joc** și **distracție**.

Din acest considerent, antrenorii-educatori implicați în organizarea competițiilor de fotbal trebuie să țină cont de:

- Echilibrul dintre echipe, din perspectiva nivelului de performanță;
- Participarea în egală măsură a jucătorilor, din perspectiva timpului de joc stabilit;
- Durata meciurilor, în dependență de numărul acestora;
- standardul opoziției la fiecare meci, în dependență de rezultatele anterioare;
- Regulile Fairplay-ului pe și în afara terenului de joc.

Diferite formule de joc în cazul campionatelor și/sau cupelor

3 echipe

Meciurile de acasă și în deplasare

3 echipe (2 etape)	
Etapă	Meci
1	A – B
	C – A
	B – C
2	B – A
	A – C
	C – B

4 meciuri per echipă

4 echipe

Fiecare echipă joacă o singură dată cu fiecare dintre celelalte trei

4 echipe (1 etapă)		
Rundă	Meci	
1	1	A – B
	2	C – D
2	3	B – C
	4	D – A
3	5	B – D
	6	A – C

3 meciuri per echipă

5 echipe

Fiecare echipă joacă împotriva celorlalte patru, în fiecare rundă, una dintre echipe este de rezervă

5 echipe (1 etapă)		
Rundă	Meci	
1	1	A – B
	2	C – D
	Fără meci	E
2	3	E – A
	4	D – B
	Fără meci	C
3	5	C – E
	6	A – D
	Fără meci	B
4	7	B – E
	8	C – A
	Fără meci	D
5	9	D – E
	10	B – C
	Fără meci	A

4 meciuri per echipă

6 echipe

1) Prima etapă, cu două ligi din trei echipe:

Două ligi din trei echipe, fiecare echipă joacă cu celelalte două.

- Liga L1 = A, B și C;
- Liga L2 = D, E și F.

Soluția 1: Meciul doar pe terenul propriu

6 echipe (Prima etapă)		
Liga	Meci	
L1	1	A – B
L2	2	D – E
L1	3	C – A
L2	4	F – D
L1	5	B – C
L2	6	E – F

2 meciuri per echipă

Soluția 1: Meci pe terenul propriu și al adversarului

6 echipe (Prima etapă)		
Liga	Meci	
L1	1	A – B
L2	2	D – E
L1	3	C – A
L2	4	F – D
L1	5	B – C
L2	6	E – F
L1	7	B – A
L2	8	E – D
L1	9	A – C
L2	10	D – F
L1	11	C – B
L2	12	F – E

4 meciuri per echipă

2) A doua etapă:

Două grupe din trei echipe, fiecare echipă joacă cu celelalte două.

- Grupa W: doi câștigători din ligile L1 și L2 + cea mai bună echipă, plasată pe locul doi;
- Grupa L: celelalte trei echipe.

Runda finală W		Runda finală L	
A	1 loc L1	D	A1 2 loc L1/2
B	1 loc L2	E	A1 3 loc L1
C	Cel mai bun al 2 loc L1/2	F	A1 3 loc L2

Runda finală – Organizarea meciurilor		
Grupa	Meci	
W	1	B – C
L	2	D – E
W	3	C – A
L	4	F – D
W	5	A – B
L	6	E – F

2 meciuri per echipă

8 echipe

1) Prima etapă: două ligi -> fiecare echipă joacă cu celelalte trei echipe

Liga 1 - 4 echipe		
Rundă	Meci	
1	1	A – B
	2	C – D
2	3	B – C
	4	D – A
3	5	B – D
	6	A – C

3 meciuri per echipă

Liga 2 - 4 echipe		
Rundă	Meci	
1	1	E – F
	2	G – H
2	3	F – G
	4	H – E
3	5	F – H
	6	E – G

3 meciuri per echipă

În cazul în care este disponibil doar un singur teren de joc, meciurile din Liga 1 și 2, sunt jucate în alternanță.

2) A doua etapă:

Două grupe din patru echipe, fiecare echipă joacă cu celelalte trei.

- Grupa W: include primele două echipe din fiecare ligă;
- Grupa L: include ultimele două echipe din fiecare ligă.

Locurile 1-4

Grupa W - 4 echipe		
Rundă	Meci	
1	1	A – B
	2	C – D
2	3	B – C
	4	D – A
3	5	B – D
	6	A – C

3 meciuri per echipă

Locurile 5-8

Grupa L - 4 echipe		
Rundă	Meci	
1	1	E – F
	2	G – H
2	3	F – G
	4	H – E
3	5	F – H
	6	E – G

3 meciuri per echipă

Grupa W		Grupa L	
A	1 din L1	E	3 din G1
B	1 din L2	F	3 din G2
C	2 din L1	G	4 din G1
D	2 din L2	H	4 din G2

LEGILE JOCULUI DE FOTBAL ȘI REGULILE PENTRU JOCURILE CU COMPONENTĂ REDUSĂ

Dimensiunile terenului de joc – meciurile de fotbal

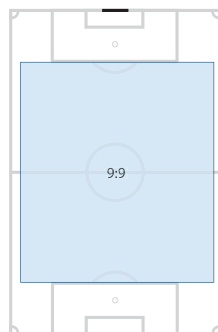
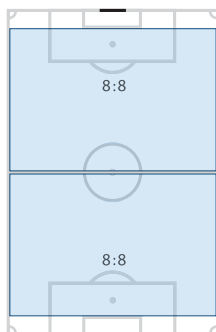
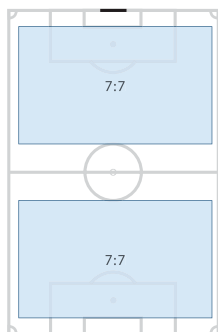
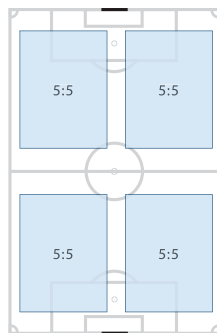
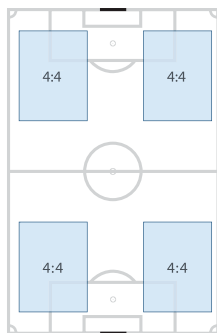
4 v 4 Minim: 12 m x 20 m Maxim: 15 m x 25 m

5 v 5 Minim: 20 m x 30 m Maxim: 25 m x 35 m

7 v 7 Minim: 30 m x 45 m Maxim: 35 m x 50 m

8 v 8 Minim: 40 m x 55 m Maxim: 45 m x 60 m

9 v 9 Minim: 45 m x 60 m Maxim: 60 m x 72 m



Formula meciurilor

Formula meciului
în dependență de vârstă

Dimensiunile terenului de joc

6-8 ani

4 v 4 fără portar (4 v 4)

4 v 4 cu portar (3+1 v 3+1)

5 v 5

De la 12 m x 20 m la 15 m x 25 m

De la 12 m x 20 m la 15 m x 25 m

De la 20 m x 30 m la 25 m x 35 m

9-10 ani

4 v 4 fără portar (4 v 4)

4 v 4 cu portar (3+1 v 3+1)

5 v 5

7 v 7

De la 12 m x 20 m la 15 m x 25 m

De la 12 m x 20 m la 15 m x 25 m

De la 20 m x 30 m la 25 m x 35 m

De la 30 m x 45 m la 35 m x 50 m

11-12 ani

4 v 4 fără portar (4 v 4)

4 v 4 cu portar (3+1 v 3+1)

5 v 5

7 v 7

8 v 8

9 v 9

De la 12 m x 20 m la 15 m x 25 m

De la 12 m x 20 m la 15 m x 25 m

De la 20 m x 30 m la 25 m x 35 m

De la 30 m x 45 m la 35 m x 50 m

De la 40 m x 55 m la 45 m x 60 m

De la 45 m x 60 m la 60 m x 72 m

Arbitrare

6-8 ani

Fără arbitru (antrenorul-educator la marginea terenului de joc – Permite copiilor să joace!)

9-10 ani

Arbitrare opțională (cu și fără arbitri)

11-12 ani

Cu arbitri

Durata meciurilor în timpul unei competiții

Acesta depinde de formatul competiției și de timpul disponibil. Durata totală a timpului preconizat pentru joc (altfel zis, a tuturor meciurilor jucate de către o echipă) trebuie să fie aproape echivalentă cu durata unui meci complet.

Exemplu:

9-10 ani: 4 meciuri de 12 minute = 48 minute

Durata meciurilor în timpul campionatului

6-8 ani

2 x 15 / 20 min.

9-10 ani

2 x 20 / 25 min.

11-12 ani

2 x 25 / 30 min.

Echipament

Poartă: Dimensiunile maxime: 5 m x 2 m. În cazul în care nu sunt disponibile porți de dimensiuni corespunzătoare pot fi folosite conuri și jaloane. De asemenea, pot fi folosite porțile Futsal (fotbal de sală) (3 m x 2 m). Trebuie luate măsuri de securitate corespunzătoare în cazul porților (porți mari, grele), pentru ca acestea să nu poată fi mișcate de către jucători sau suporteri.

Mingi: 6-10 ani 4 (max. 290 grame)

11-12 ani Mărimea 4

Liniiile de demarcație sunt evidențiate în dependență de echipamentul disponibil (5 v 5, 7 v 7, 8 v 8, 9 v 9). Linia mediană este necesară în cazul jocurilor cu formula 4 v 4, însă nu există o suprafață de pedeapsă.

Legile jocului de fotbal

6-8 ani

Nu se aplică nici regula poziției afară din joc și nici restricția de întoarcere pasă portarului. Altfel, se aplică standardul FIFA cu privire la legile jocului de fotbal (loviturile neregulate, fault-urile, etc.).

9-10 ani

- Poziția afară din joc de la linia de pedeapsă.
- Mingea aruncată și lovită de către portar nu trebuie să depășească linia mediană (cu excepția mingilor la sol).
- Când mingea este în joc, portarul (și toți ceilalți jucători) pot să lovească mingea peste linia mediană. Altfel, sunt aplicate standardele FIFA cu privire la Legile jocului de fotbal (loviturile neregulate, faulturi-le, etc.).

11-12 ani

- În cazul poziției afară din joc la linia mediană, este aplicată regula pasei înapoi (ca și în cazul jocului cu 11 jucători).
- Mingea aruncată și lovită de portar poate să depășească linia mediană (ca și în cazul jocului cu 11 jucători).
- Se aplică standardul FIFA cu privire la legile jocului de fotbal.

Asistența și tratamentul medical

- În apropierea terenului de joc, dacă este posibil, trebuie păstrată o trusă de prim ajutor.
- Asigurați-vă de faptul că aveți la dispoziție numerele telefoanelor de urgență: ambulanța/medic la apel/ spital.
- Organizați pauza de apă (recomandați să se consume apă de mai multe ori, în cantități mici). Cantitatea ideală de apă: 200 ml la fiecare 15-20 min.
- Jucătorii trebuie să se încălzească înainte de meci. Se recomandă ca toți copiii să o facă împreună, dacă este posibil.
- Exerciții de destindere după meci (toți împreună, în calitate de activitate fairplay).
- Trebuie luate măsuri de securitate corespunzătoare în cazul porților, pentru ca acestea să fie sigure și să nu poată fi mișcate.

Spectatori

- Distanța de la marginea terenului (pentru siguranță): 2-3 m.
- În zona rezervată pentru copii și antrenorii-educatori, accesul spectatorilor (sau părinților) este interzis.

Principiul de fairplay

- Organizați ședințe de întâmpinare și de rămas bun pentru toate echipele înainte de începerea și la sfârșitul competiției.
- Jucătorii și antrenorii-educatori trebuie să-și strângă mâna înainte și după fiecare meci.

JOCUL DE FOTBAL

în 4-, 5-, 7-, 8- și 9

Fotbal în 4 și 5

Există mai multe opțiuni de organizare a jocului, în dependență de faptul dacă este sau nu portarul:

- 4 v 4 fără portar sau poartă (păstrarea mingii, joc cu pase, linie de stopare)
- 4 v 4 fără portar, mingi mici (2 sau 4)
- 3 v 3 cu portar
- 4 v 4 cu portar.

Cinci avantaje în cazul jocului de fotbal în formatul 4 și 5

1. Copiii descoperă fotbalul prin intermediul varietăților de jocuri propuse.
2. Posibilitatea, atât pentru băieți, cât și pentru fete, de a juca în număr mare.
3. Atmosferă de festival (festivaluri, cursuri de instruire, activități sportive, petreceri).
4. Contribuie la dezvoltarea abilităților intelectuale, emoționale și motrice ale copiilor.
5. Jocul contează mai mult decât victoria.

Cinci principii care trebuie respectate pe parcursul practicării

1. Asigurați-vă de faptul că toate activitățile sunt organizate ca jocuri.
2. Nu permiteți nici o formă de concurență sau clasificare.
3. Asigurați-vă de faptul că toți copiii joacă și se distrează împreună, fără nici o restricție.
4. Organizați și pregătiți cursuri și festivaluri.
5. Oferiți o supervizare de calitate înaltă (importanța factorului uman).

Exemple de organizări

Principii:

- Pe un teren de fotbal (pentru formatul cu 11 jucători) pot fi organizate de la patru la șase terenuri de joc, pentru formatul de 5 jucători. Pe aceste terenuri meciurile se pot desfășura simultan, de asemenea ștafetele și meciurile organizate de școli.
- Pe o jumătate de teren de fotbal pot fi amplasate două sau trei terenuri de joc, pentru formatul de 5 jucători. Pe aceste terenuri meciurile se pot desfășura simultan, de asemenea ștafetele și meciurile organizate de școli.

Se recomandă:

- Să fie utilizate liniile de demarcație existente: linia de tușă, linia de poartă și suprafața de poartă în cazul terenului de joc pentru formatul cu 11 jucători.
- Să fie utilizate conurile pentru a finaliza marcajul terenurilor de joc pentru fotbalul în 5 (sunt necesare linii suplimentare).

Procedura:

- Depinde de numărul echipelor, fiecare echipă, la rândul ei, trebuie să participe în (cel puțin):
 - Două meciuri.
 - Un joc organizat de școală, corespunzător fotbalului.
 - O ștafetă.

Jocul de fotbal în 4

Terenul de joc

4 v 4 fără portar de la 12 m x 20 m la 15 m x 25 m

4 v 4 cu portar de la 12 m x 20 m la 15 m x 25 m

- Pot fi folosite patru conuri sau jaloane, fiecare dintre acestea fiind plasate la 3 metri de la colțul terenului, de-a lungul liniei de tușă, pentru a indica două suprafețe de pedeapsă, fără a marca alte linii. Portarul poate gestiona mingea în limita suprafeței respective.
- Punctul de pedeapsă: 4 metri de la poartă.
- Dacă nu sunt disponibile porți de dimensiuni corespunzătoare, utilizați două conuri sau jaloane, amplasate la 3 metri depărtare.

Echipele

- O echipă este formată din patru jucători (băieți și fete) fără de portar. În cazul în care în echipă este și portarul, mai sunt disponibili încă trei jucători în afara terenului de joc.
- Sunt premise patru înlocuiri. Înlocuirile pot fi efectuate în orice moment pe durata meciului.
- Jucătorii înlocuiți continuă să participe în meci și se pot reîntoarce pe teren în calitate de înlocuitori ulteriori.
- În cadrul festivalurilor, toți jucătorii trebuie să participe în condiții de egalitate.

Legile jocului de fotbal

- Sunt aplicate următoarele legi ale jocului de fotbal:
 - Toate loviturile libere sunt directe.
 - Nu există poziția afară din joc.
 - Lovitura de pedeapsă este acordată în cazul în care arbitrul consideră că a fost comis un fault grav pe suprafața de pedeapsă.
 - Lovitura de începere, loviturile libere, loviturile de colț, loviturile de poartă: adversarii trebuie să stea în spate cu 3 m.
- Mingea: Mărimea 4.
- Arbitrarea: arbitrajul informativ (fără fluier) din afara terenului de joc.

Fotbal în 5

Terenul de joc

5 v 5 de la 20 m x 30 m la 25 m x 35 m

- Pot fi folosite patru conuri sau jaloane, fiecare dintre acestea fiind amplasate la 4 metri de la colțul terenului, de-a lungul liniei de tușă, pentru a indica două suprafețe de pedeapsă, fără a marca alte linii. Portarul poate gestiona mingea în limita suprafeței respective.
- Punctul de pedeapsă: 5 metri de la poartă.
- Dacă nu sunt disponibile porți de dimensiuni corespunzătoare, utilizați două conuri sau jaloane, amplasate la 4 metri depărtare.

Echipele

- O echipă este formată din cinci jucători (băieți și fete) dintre care unul este portar.
- Sunt permise cinci înlocuiri. Înlocuirile pot fi efectuate în orice moment, pe durata meciului.
- Jucătorii înlocuiți continuă să participe în meci și se pot reîntoarce pe teren în calitate de înlocuitori ulteriori.
- În cadrul festivalurilor, toți jucătorii trebuie să participe în condiții de egalitate.

Legile Jocului de fotbal

- Sunt aplicate următoarele legi ale jocului de fotbal:
 - Toate loviturile libere sunt directe.
 - Nu există poziția afară din joc.
 - Lovitura de pedeapsă este acordată în cazul în care arbitrul consideră că a fost comis un fault grav pe suprafața de pedeapsă
 - Lovitura de începere, loviturile libere, loviturile de colț, loviturile de poartă: adversarii trebuie să stea în spate cu 4 m.
 - Loviturile de colț, loviturile de poartă: adversarii trebuie să stea la 4 metri depărtare, atunci când este executată lovitură.
- Mingea: Mărimea 4.
- Arbitrarea: arbitraj informativ (fără fluier) din afara terenului de joc.

Fotbal în 7

Șapte motive pentru a juca fotbal în 7

1. Poate fi ajustat la facilitățile existente.
2. Posibilitatea, atât pentru băieți, cât și pentru fete, de a juca în număr mare.
3. Facilitează o tranziție ușoară de la jocul de fotbal în 5 la cel în 9 jucători.
4. Include suprafețele de joc și pozițiile jucătorilor.
5. Dezvoltă jocul în echipă.
6. Introduce regulile.
7. Încurajează progresul și dezvoltarea.

Șapte reguli care trebuie respectate pe parcursul practicării

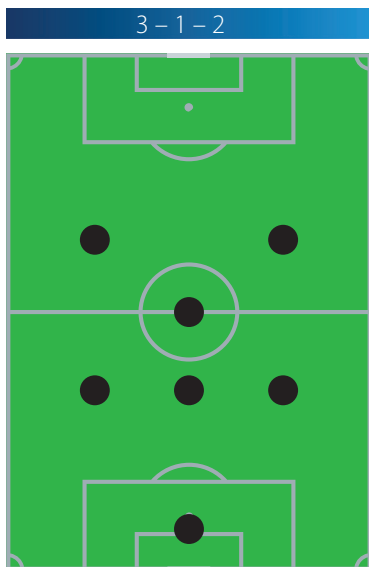
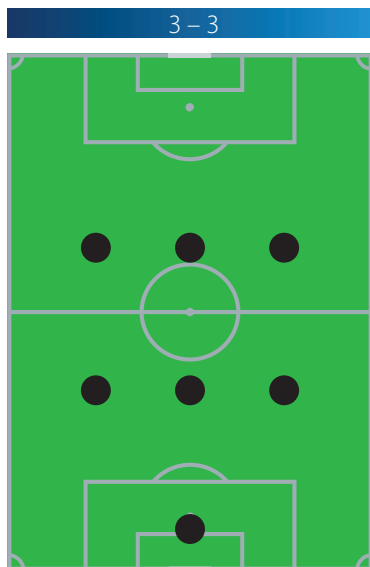
1. Asigurați-vă de faptul că toți copiii joacă și se distrează împreună.
2. Acordați mai multă libertate în timpul jocului.
3. Ignorați rezultatele jocului și puneți accent pe modul în care se joacă fotbal.
4. Implicați relațiile (de prietenie), pentru a consolida spiritul de echipă.
5. Nu permiteți doar practicarea antrenamentului fizic (mereu utilizați o minge).
6. Puneți accent pe tehnica și aspectul de joc.
7. Prezentați exerciții progresive și jocuri ajustate.

Formula de joc de bază

Succesul jocului de fotbal în 7 depinde, suplimentar la abilitățile tehnice, de stabilirea unei formații simple, înțeleasă de către toți jucătorii.

Antrenorul-educator dezvoltă baza unui joc organizat, prin intermediul diferitor formule de joc:

- Selectarea formulei de joc și a unui stil coerent de joc.
- Pozițiile jucătorilor.
- Organizarea formulei de joc.



Comportamentul în timpul meciurilor

Există două situații în timpul unui meci care necesită un comportament diferit.

Echipa care este în posesia mingii	Echipa care nu este în posesia mingii
<ul style="list-style-type: none"> • Avansează • Pierde marcajul • Asistă/susține • Pasează, face dribling, șutează 	<ul style="list-style-type: none"> • Se retrage când întâmpină mingea • Blochează (încetinește înaintarea adversarilor) • Face marcajul • Interceptare • Dueluri

Terenul de joc

7 v 7 de la 30 m x 45 m la 35 m x 50 m

- Pot fi folosite patru conuri sau jaloane, fiecare dintre acestea fiind amplasate la 10 metri de la colțul terenului, de-a lungul liniei de tușă, pentru a indica două suprafețe de pedeapsă, fără a marca alte linii. Portarul poate gestiona mingea în limita suprafeței respective.
- Punctul de pedeapsă: 8 metri de la poartă.
- Dacă nu sunt disponibile porți de dimensiuni corespunzătoare, utilizați două conuri sau jaloane, amplasate la 6 metri depărtare.

Echipele

- O echipă este formată din șapte jucători (băieți și fete) dintre care unul este portar.
- Sunt permise șapte înlocuiri.
- Înlocuirile pot fi efectuate în orice moment, pe durata meciului, cu acordul antrenorului-educator.
- Jucătorii înlocuiți continuă să participe la meci și se pot reîntoarce pe teren în calitate de înlocuitori ulteriori.
- În cadrul festivalurilor, toți jucătorii trebuie să participe în condiții de egalitate.

Legile jocului de fotbal

- Sunt aplicate următoarele legi ale jocului de fotbal:
 - Toate loviturile libere sunt directe.
 - Lovitura de pedeapsă este acordată în cazul în care arbitrul consideră că a fost comis un fault grav pe suprafața de pedeapsă
 - Lovitura de începere, loviturile libere, loviturile de la colțul terenului: adversarii trebuie să stea în spate cu 6 m.
 - Afară din joc: determinat printr-o linie imaginară, care trece prin suprafața de pedeapsă.
- Mingea: Mărimea 4.
- Durata maximă a jocului: 50 minute. Nu se acordă timp suplimentar.
- Arbitrarea: arbitrajul informativ (fără fluier) din afara terenului de joc.

Fotbal în 8

Opt motive pentru a juca fotbal în 8

1. Poate fi ajustat la facilitățile existente.
2. Posibilitatea, atât pentru băieți, cât și pentru fete, de a juca în număr mare.
3. Facilitează o tranziție ușoară de la jocul de fotbal în 5 la cel în 9 jucători.
4. Include suprafețele de joc și pozițiile jucătorilor.
5. Dezvoltă jocul în echipă.
6. Introduce regulile.
7. Dezvoltă un comportament adecvat individual și din partea echipei, în general.
8. Încurajează progresul și dezvoltarea.

Reguli care trebuie respectate pe parcursul practicării

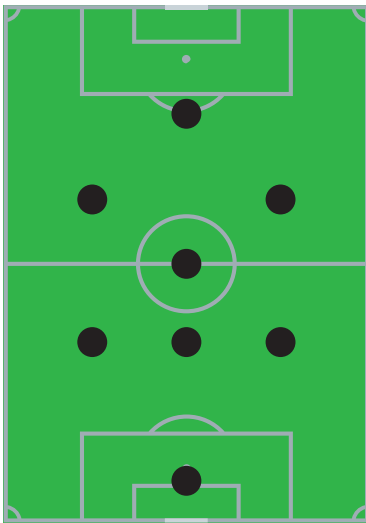
1. Asigurați-vă de faptul că toți copiii joacă și se distrează împreună.
2. Acordați mai multă libertate în timpul jocului.
3. Ignorați rezultatele jocului și puneți accent pe modul în care se joacă fotbal.
4. Implicați relațiile (de prietenie), pentru a consolida spiritul de echipă.
5. Nu permiteți doar practicarea antrenamentului fizic (mereu utilizați o minge).
6. Puneți accent pe tehnica și aspectul de joc.
7. Prezentați exerciții progresive și jocuri ajustate.

Formula de joc de bază

Succesul jocului de fotbal în 8 depinde, suplimentar la abilitățile tehnice, de stabilirea unei formații simple, înțeleasă de către toți jucătorii.

Antrenorul-educator dezvoltă baza unui joc organizat, prin intermediul diferitor formule de joc:

- Selectarea formulei de joc și a unui stil coerent de joc.
- Pozițiile jucătorilor.
- Organizarea formulei de joc.



- Sisteme de joc
- Dezvoltarea jucătorului
- Procesul de instruire
- 1-3-3-1
- 1-4-3-3
- 1-4-4-2
- 1-4-2-3-1
- Alte sisteme

Comportamentul în timpul meciurilor

Există două situații în timpul unui meci care necesită un comportament diferit:

Echipa care este în posesia mingii	Echipa care nu este în posesia mingii
<ul style="list-style-type: none"> • Avansează • Pierde marcajul • Asistă/susține • Pasează, face dribling, șutează 	<ul style="list-style-type: none"> • Se retrage când întâmpină mingea • Blochează (încetinește înaintarea adversarilor) • Face marcajul • Interceptare • Dueluri

Terenul de joc

8 v 8 de la 40 m x 55 m la 45 m x 60 m

- Pot fi folosite patru conuri sau jaloane, fiecare dintre acestea fiind amplasate la 10 metri de la colțul terenului, de-a lungul liniei de tușă, pentru a indica două suprafețe de pedeapsă, fără a marca alte linii. Portarul poate gestiona mingea în limita suprafeței respective.
- Punctul de pedeapsă: 8 metri de la poartă.
- Dacă nu sunt disponibile porți de dimensiuni corespunzătoare, utilizați două conuri sau jaloane, amplasate la 6 metri depărtare.

Echipele

- O echipă este formată din șapte jucători (băieți și fete) dintre care unul este portar.
- Sunt permise șapte înlocuiri.
- Înlocuirile pot fi efectuate în orice moment, pe durata meciului, cu acordul antrenorului-educator.
- Jucătorii înlocuiți continuă să participe la meci și se pot reîntoarce pe teren în calitate de înlocuitori ulteriori.
- În cadrul festivalurilor, toți jucătorii trebuie să participe în condiții de egalitate.

Legile jocului de fotbal

- Sunt aplicate următoarele legi ale jocului de fotbal:
 - Toate loviturile libere sunt directe.
 - Lovitura de pedeapsă este acordată în cazul în care arbitrul consideră că a fost comis un fault grav pe suprafața de pedeapsă
 - Lovitura de începere, loviturile libere, loviturile de la colțul terenului: adversarii trebuie să stea în spate cu 6 m.
 - Afară din joc: determinat printr-o linie imaginară, care trece prin suprafața de pedeapsă.
- Mingea: Mărimea 4.
- Durata maximă a jocului: 50 minute. Nu se acordă timp suplimentar.
- Arbitrarea: arbitrajul informativ (fără fluier) din afara terenului de joc.

Fotbal în 9

Nouă motive pentru a juca fotbal în 9

1. Poate fi ajustat la facilitățile existente.
2. Posibilitatea, atât pentru băieți, cât și pentru fete, de a juca în număr mare.
3. Facilitează o tranziție ușoară de la jocul de fotbal în 7 la cel în 11
4. Încurajează o amplasare mai rațională a pozițiilor de joc pe teren.
5. Asigură un echilibru mai bun între zonele de apărare, de mijloc și atac.
6. Dezvoltă abilitatea de a folosi culoarele.
7. Pune accent pe jocul în atac.
8. Dezvoltă un comportament adecvat individual și din partea echipei, în general.
9. Încurajează progresul și dezvoltare.

Metodele de instruire cumulează procedurile de instruire, însușirea formulelor de joc de bază și comportamentul necesar în timpul desfășurării meciului.

Participanții la fotbalul în 9 participă la cursurile de instruire din cauza insuficienței de spațiu destinat jocului:

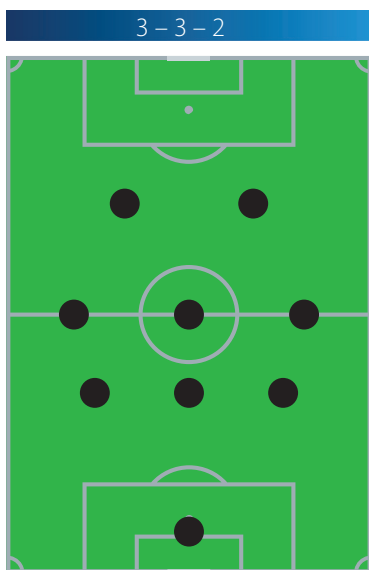
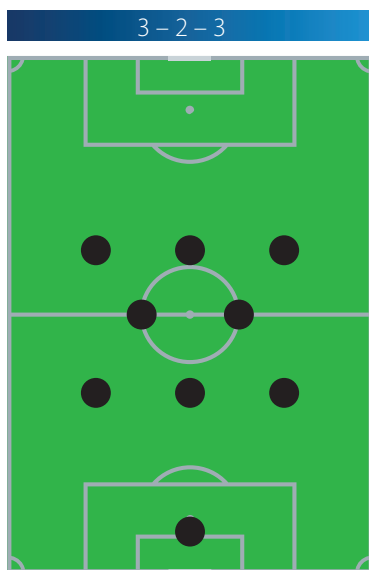
- Intensifică opoziția și sporește numărul duelurilor, în comparație cu fotbalul în 7.
- Este necesar, de asemenea, ca manevrele tehnice să fie mai rapide și mai exacte.
- Antrenorul-educator trebuie să acorde o atenție deosebită asupra însușirii noilor tehnici (conducere, alergare cu mingea, lovirea mingii). Conducerea mingii cu diferite părți ale corpului, pe parcursul jocului, este caracteristica de bază a cursurilor de instruire. Antrenorul-educator poate să dezvolte, de asemenea, bazele unui joc organizat, prin intermediul diferitor formule de joc:
 - Selectarea formulei de joc și a unui stil coerent de joc.
 - Pozițiile jucătorilor (vezi diagramele).
 - Organizarea formulei de joc (mișcărilor coordonate ale jucătorilor, mișcarea mingii, blocajul, etc.).

Formula de joc de bază

Succesul jocului în 9 depinde de stabilirea unei formule de joc simple, înțelesă de către toți jucătorii (vezi exemplul de mai jos).

Caracteristici

- Formula în trei linii: echilibru, alinierea mai bună pe teren.
- Jocul prin culoare (atacanți și apărători în cazul 3-2-3 / mijlocași și apărători în cazul 3-3-2).
- Dezvoltarea jocului în atac (mai multe șuturi).



Comportamentul în timpul meciurilor

Există două situații în timpul unui meci care necesită un comportament diferit:

Echipa care este în posesia mingii	Echipa care nu este în posesia mingii
<ul style="list-style-type: none">• Avansează• Pierde marcajul• Asistă/ajută jucătorul care este în posesia mingii• Pasează• Face dribling,• Șutează	<ul style="list-style-type: none">• Se retragere când întâmpină mingea• Blochează (încetinește înaintarea adversarilor)• Face marcajul• Interceptare• Dueluri

Terenul de joc

9 v 9 de la 45 m x 60 m la 50 m x 67 m

- Aceste dimensiuni (aproximativ) corespund cu jumătate din dimensiunile terenului pentru fotbalul în 11.
- Dimensiunile porților sunt 5 x 2 m.
- Punctul de pedeapsă: 9 metri de la poartă.
- Cercul de la centrul terenului are o rază de 6 m.

Echipele

- O echipă este formată din nouă jucători (băieți și fete) dintre care unul este portar.
- Sunt permise șapte înlocuiri.
- Înlocuirile pot fi efectuate în orice moment, pe durata meciului, cu acordul antrenorului-educator.
- Jucătorii înlocuiți continuă să participe la meci și se pot reîntoarce pe teren în calitate de înlocuitori ulteriori.
- În cadrul festivalurilor, toți jucătorii trebuie să participe în condiții de egalitate.

Legile jocului de fotbal

- Sunt aplicate următoarele legi ale jocului de fotbal:
 - Toate loviturile libere sunt directe.
 - Lovitura de pedeapsă este acordată în cazul în care arbitrul consideră că a fost comis un fault grav pe suprafața de pedeapsă
 - Lovitura de începere, loviturile libere, loviturile de colț: adversarii trebuie să stea în spate cu 6m.
 - Afară din joc: este identică ca și în cazul fotbalului în 11, deși suprafața de pedeapsă este marcată prin linia de poartă, liniile de tușă și o linie internă la 13 m de la linia de poartă.
- Mingea: Mărimea 4.
- Durata maximă a jocului: 60 minute. Nu se acordă timp suplimentar.
- Arbitrarea: arbitrajul informativ (fără fluier) din afara terenului de joc.