Et si on jouait au Hockey ?

Guide des pratiques de jeu pour les catégories jeunes

Fédération Française de Hockey

décembre 2013

Catégorie Plumes

Moins de 8 ans - Né(e)s en 2006 et après

Et si on jouait au Hockey? 2014

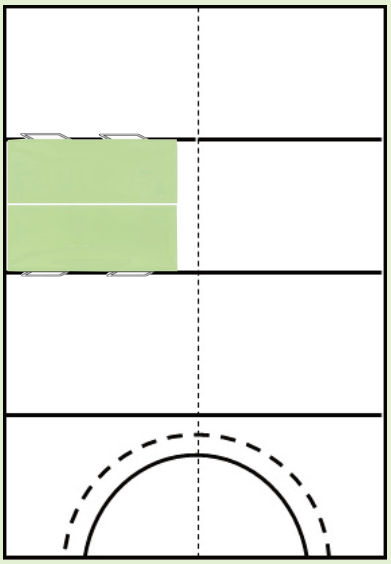
Hockey Sur Gazon

Nombre de joueurs	4 contre 4
Durée des matchs	2 x 10 minutes
Règles du jeu FFH	
Gardien de but	Non
Zone d'envoi	Non
Nombre de buts	4 buts de 2 x 1m
Balles frappées	Non (Slap shoot toléré*)
Petits corners	Non

Pas de zone de but mais un point de coup-franc à 5m.
*slap shoot : mains écartées sur la crosse

Dimensions du terrain

22,9m x 25m **soit 1/8ème de terrain**



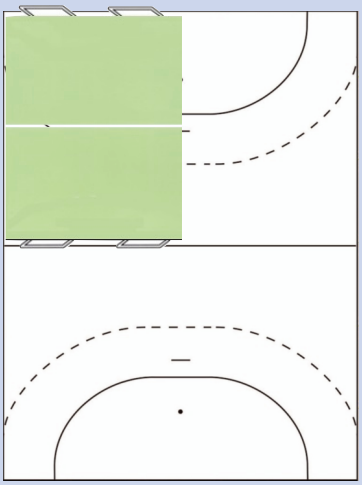
Hockey en Salle

Nombre de joueurs	4 contre 4
Durée des matchs	2 x 10 minutes
Règles du jeu FFH	
Gardien de but	Non
Zone d'envoi	Non
Nombre de buts	4 buts de 2 x 1m
Balles frappées	Non
Petits corners	Non

Bandes de renvoi sur les côtés si possible

Dimensions du terrain

10m x 20m **soit 1/4 de terrain**



Restez connectés ! www.ffhockey.org

Fédération Française de Hockey **FF_Hockey**

Fédération Française de Hockey

Catégorie Poussins

Moins de 10 ans - Né(e)s en 2004 & 2005

Et si on jouait au Hockey? 2014

Hockey Sur Gazon

Nombre de joueurs	6 contre 6
Durée des matchs	2 x 15 minutes
Règles du jeu FFH	
Gardien de but	Oui (équipé)*
Zone d'envoi	Oui (9m)
Nombre de buts	2 buts de 3,66 x 2,14m **
Balles frappées	Oui
Petits corners	Oui

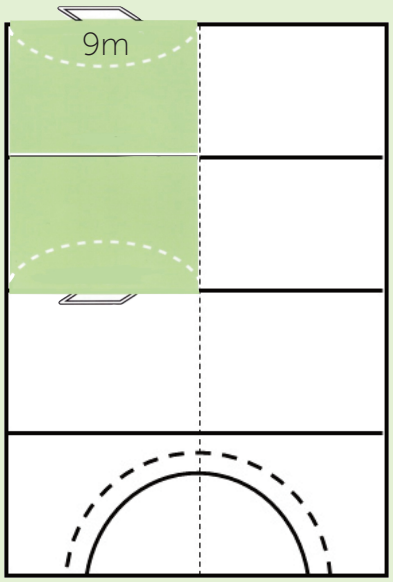
* Une équipe doit obligatoirement se présenter avec un gardien de but équipé

** buts de 3 x 2m tolérés

S'adapter aux tracés permanents existants sur les terrains (notamment la zone de but)

Dimensions du terrain

47,5m x 27,5m soit **1/4 de terrain**



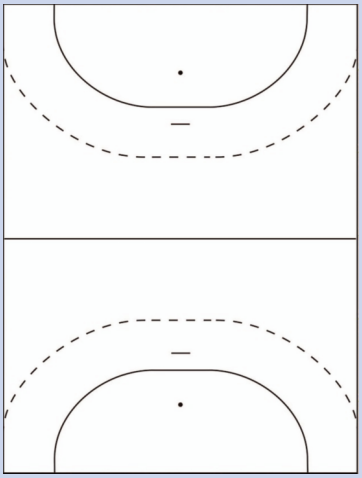
Hockey en Salle

Nombre de joueurs	6 contre 6
Durée des matchs	2 x 15 minutes
Règles du jeu FFH / FIH	
Gardien de but	Oui (équipé)
Zone d'envoi	Oui (9M)
Nombre de buts	2 buts de 3 x 2m
Balles frappées	Non
Petits corners	Oui

Obligation de gardien équipé. En son absence, jeu à 5 joueurs de champ uniquement.

Dimensions du terrain

1 terrain



Restez connectés ! www.ffhockey.org

Fédération Française de Hockey **FF_Hockey**

Fédération Française de Hockey

Catégorie Benjamins

Moins de 12 ans / Né(e)s en 2002 & 2003

Et si on jouait au Hockey? 2014

Hockey Sur Gazon

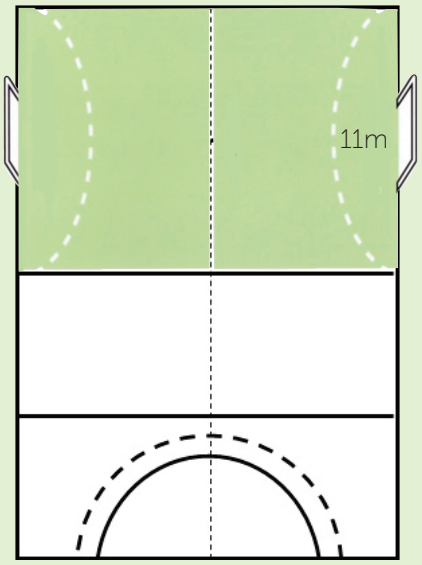
Nombre de joueurs	7 contre 7
Durée des matchs	2 x 20 minutes
Règles du jeu FFH	
Gardien de but	Oui (équipé)*
Zone d'envoi	Oui (11m)
Nombre de buts	2 buts de 3,66 x 2,14m
Balles frappées	Oui
Petits corners	Oui

* Une équipe doit obligatoirement se présenter avec un gardien de but équipé

S'adapter aux tracés permanents existants sur les terrains (notamment la zone de but)

Dimensions du terrain

55m x 47,5m soit **1/2 de terrain**



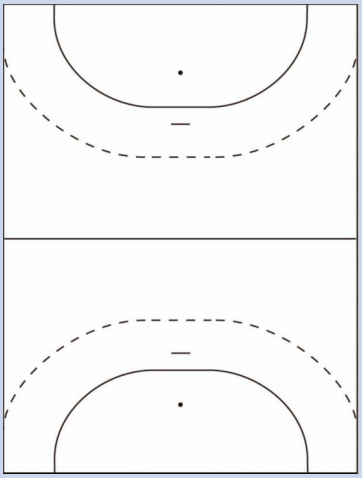
Hockey en Salle

Nombre de joueurs	6 contre 6
Durée des matchs	2 x 15 minutes
Règles du jeu FFH / FIH	
Gardien de but	Oui (équipé)
Zone d'envoi	Oui (9M)
Nombre de buts	2 buts de 3 x 2m
Balles frappées	Non
Petits corners	Oui

Obligation de gardien équipé. En son absence, jeu à 5 joueurs de champ uniquement.

Dimensions du terrain

1 terrain



Restez connectés ! www.ffhockey.org

Fédération Française de Hockey **FF_Hockey**

Fédération Française de Hockey

Catégorie Minimes

Moins de 14 ans / Né(e)s en 2000 & 2001

Et si on jouait au Hockey? 2014

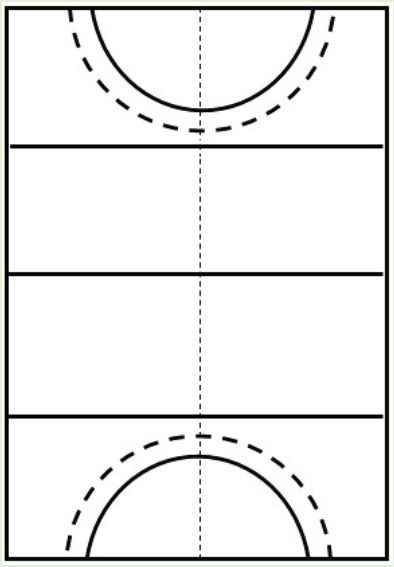
Hockey Sur Gazon

Nombre de joueurs	11 contre 11
Durée des matchs	2 x 30 minutes
Règles du jeu FFH / FIH	
Gardien de but	Oui (équipé)
Zone d'envoi	Oui (14,63)
Nombre de buts	2 buts de 3,66 x 2,14m
Balles frappées	Oui
Petits corners	Oui

Possibilité de jouer à 7 contre 7 : dans ce cas,
- dimensions du terrain : 1/2 terrain
- durée : 2 x 25 minutes

Dimensions du terrain

1 terrain : 91,4 x 55 m

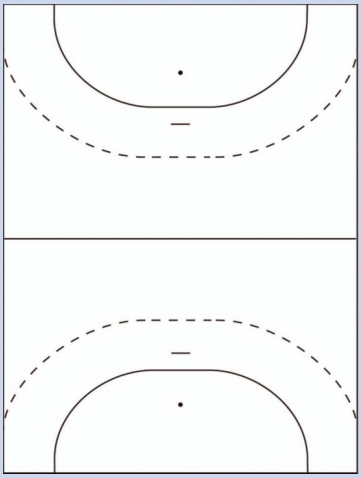


Hockey en Salle

Nombre de joueurs	5 contre 5
Durée des matchs	2 x 20 minutes
Règles du jeu FFH / FIH	
Gardien de but	Oui (équipé)
Zone d'envoi	Oui (9M)
Nombre de buts	2 buts de 3 x 2m
Balles frappées	Non
Petits corners	Oui

Dimensions du terrain

1 terrain



Catégories U16

Moins de 16 ans / Né(e)s en 1998 & 1999

Et si on jouait au Hockey? 2014

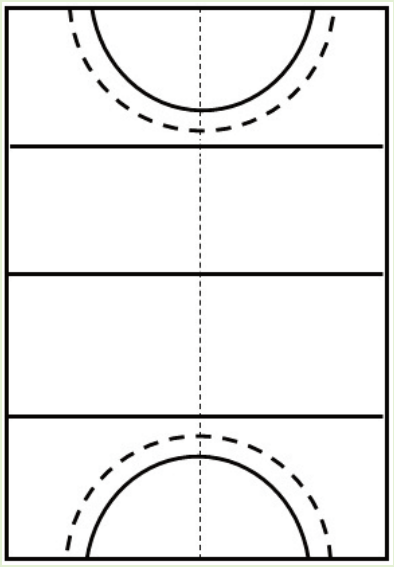
Hockey Sur Gazon

Nombre de joueurs	11 contre 11
Durée des matchs	2 x 35minutes
Règles du jeu FFH / FIH	
Gardien de but	Oui (équipé)
Zone d'envoi	Oui (14,63)
Nombre de buts	2 buts de 3,66 x 2,14m
Balles frappées	Oui
Petits corners	Oui

Possibilité de jouer à 9 contre 9 ou 10 contre 10 : dans ce cas, seule la durée change:
- durée en 9 x 9 : 2 x 20 minutes
- durée en 10 x 10 : 2 x 25 minutes

Dimensions du terrain

1 terrain : 91,4 x 55 m

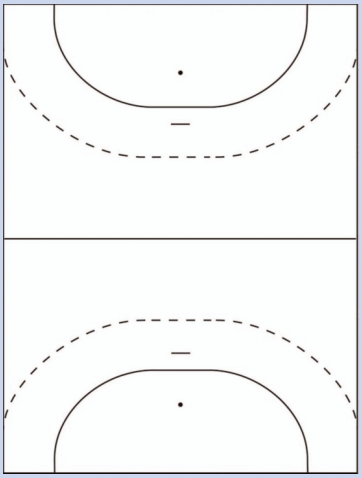


Hockey en Salle

Nombre de joueurs	5 contre 5
Durée des matchs	2 x 20 minutes
Règles du jeu FFH / FIH	
Gardien de but	Oui (équipé)
Zone d'envoi	Oui (9M)
Nombre de buts	2 buts de 3 x 2m
Balles frappées	Non
Petits corners	Oui

Dimensions du terrain

1 terrain



Restez connectés ! www.ffhockey.org

Fédération Française de Hockey **FF_Hockey**

Fédération Française de Hockey