

Les sports collectifs

Définition

Les finalités assignées à l'E.P.S. ne s'arrêtent pas à la simple transmission des acquis de la société (valeur, techniques...) mais visent le développement des capacités susceptibles de permettre le dépassement de ces acquis.

Jouer à un jeu collectif, c'est s'adapter en permanence à d'autres intentions, c'est agir dans un contexte d'incertitude.

Les problèmes posés par les sports collectifs

La balle

Appréciation de trajectoires pour le réceptionneur.
Appréciation de la vitesse du partenaire pour le lanceur, et de l'orientation de sa course.
Manipulation du ballon, tirs, dribble, passe en restant équilibré.

L'équipe

En fonction des informations perçues (positions et déplacements des joueurs dans le terrain, position et capacités du porteur de ballon) :

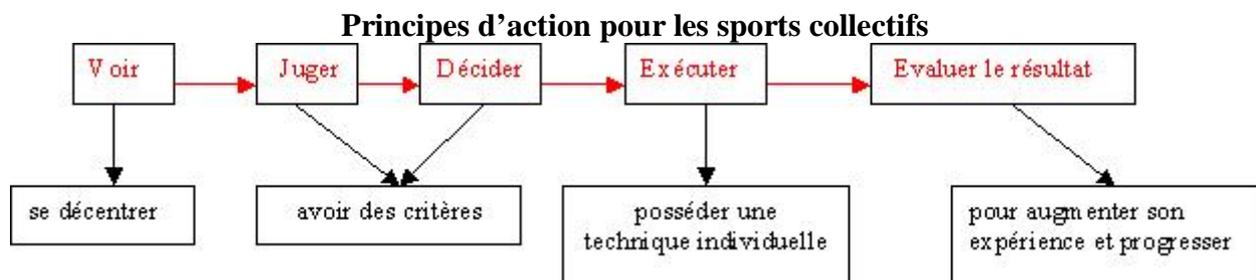
en attaque :

Avec la balle, faire des choix entre : tirer, dribbler, passer
Sans la balle, faire des choix entre : s'écarter, se rapprocher, aller vers l'avant, soutenir, servir d'appui

en défense :

choisir entre empêcher de tirer, gêner la progression, intercepter sans mettre en danger son équipe défendre seul ou en équipe

Ce que l'enfant fait :



Principe d'attaque :

- progresser vers la cible adverse
- posséder et conserver la balle
- tirer et marquer

Principe de défense :

- reprendre la balle
- gêner la progression
- empêcher le tir

Trame de variance pour construire des situations

Espace	nombre de joueur	stratégie offensive	stratégie défensive	règlement
dimension du terrain - <u>longueur</u> - <u>largeur</u> - <u>zone interdite</u> - <u>zone de repli</u> pour les attaquants (dans leur camp) - <u>zone protégée</u> pour les attaquants (dans le camp adverse) - <u>hauteur des obstacles</u> - <u>nombre de buts à atteindre</u>	- réduit ou augmenté par rapport au jeu - diminuer le nombre de défenseurs par rapport au nombre d'attaquants - joueurs relais pour l'équipe en attaque	- <u>pour progresser vers la cible adverse</u> vite lentement - <u>pour conserver la balle</u> seul à deux à trois avec toute l'équipe - <u>pour tirer et marquer</u> de près de loin à l'arrêt en déplacement	- <u>pour reprendre la balle</u> seul à deux à trois en équipe - <u>pour gêner la progression</u> individuelle collective - <u>pour empêcher le tir</u> défense homme à homme de zone	• <u>règles d'or</u> • <u>règles apportées par le maître</u> • <u>règles apportées par les enfants</u> • <u>règles permanentes</u> • <u>règles pour un temps (jeux à thèmes)</u> • <u>pour aider les attaquants</u> • <u>pour aider les défenseurs</u> • <u>pour favoriser :</u> les passes les tirs les dribbles les tirs de loin les tirs de près les interceptions les tirs en déplacement

Trame pour la construction d'une unité d'apprentissage

séance 1	Test match : apprendre les règles du jeu (minimum pour jouer), observer les problèmes des enfants jeu à effectif réduit, arbitrage mise en place des équipes pour l'unité d'apprentissage
séance 2	Les situations d'apprentissage sont déduites des constats que vous faites lors de la séance 1. Les situations peuvent être des jeux traditionnels adaptés pour faire travailler un aspect particulier : dribble, passe, tir, phase collective. Elles doivent tenir compte de l'essence de l'activité : présence de partenaires et d'adversaires. Terminer par un jeu global ou à thème
séance 3	idem
séance 4	idem
séance 5	idem
séance 6	Evaluation : Tournoi organisé par les enfants, arbitrage, rotation, chronométrage
etc.	

Les échauffements se font avec ballon : au moins un ballon pour 2, exercices de maîtrise individuelle ou collective du ballon et des déplacements.

Niveaux de jeux

Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
Jeu indirect - jeu de relais	jeu direct	jeu d'appui et de soutien
<p><u>Organisation du groupe</u> Regroupement des enfants autour du porteur de ballon : c'est la grappe. Si la balle est lancée, c'est un groupe d'enfants indifférenciés entre eux qui se déplace en suivant la balle. Cette "comète" ne tient pas compte des buts.</p>	<p>Les actions sont orientées vers le but adverse. Les échanges sont plus nombreux. On ne joue plus en face du porteur, il y a recherche du jeu vers l'avant. Les enfants utilisent principalement le couloir de jeu direct (couloir qui se situe en ligne droite entre le porteur du ballon et le but attaqué)</p>	<p>Il existe des notions d'attaque et de défense organisées. Il y a une différenciation des rôles en fonction du lieu d'intervention.</p>
<p><u>Circulation du ballon</u> Circulation du ballon d'une équipe à l'autre, au hasard. Il n'y a pas d'échanges réels de la balle, elle change souvent de mains.</p>	<p>Des actions individuelles vers le but. Des actions collectives concertées occasionnelles. On ne joue plus devant le porteur de ballon, mais on recherche le jeu en avant. Les réceptionneurs seront les quelques partenaires situés en avant.</p>	<p>Des actions collectives élaborées en attaque, orientées vers le but à atteindre. Le porteur de balle reçoit une aide dans le couloir d'accès direct, mais aussi dans les couloirs latéraux et en arrière du porteur</p>
<p><u>Les passes</u> Les enfants ont des difficultés pour s'organiser pour attraper le ballon. Il roule très souvent à terre, et les enfants courent derrière pour l'attraper.</p>	<p>Le passeur s'oriente vers le but. Il lance parfois la balle plus dans une direction que vers un partenaire (notion de point fictif). Les passes sont longues, dans le couloir d'accès direct.</p>	<p>Le porteur se retourne complètement ou partiellement pour dégager le ballon ou reste de face, éloigne le ballon en arrière, et contrôle son adversaire avec le bras Les passes sont longues ou courtes dans le couloir de jeu direct ou le lanceur utilise les joueurs dans les couloirs latéraux.</p>
<p><u>Les tirs</u> Pas ou peu de tirs</p>	<p>Les tirs se font depuis la partie médiane, le plus possible face au but et au gardien</p>	<p>Les tirs se font plus précis, des notions de feintes du gardien apparaissent parfois. Les tirs sont variés : en appui, en suspension (en contre attaque ou au-dessus d'un joueur)</p>
<p><u>Les dribbles</u> C'est un dribble de conservation de la balle. Le joueur débutant frappe le ballon vers le sol (en basket et hand), il s'incline vers le ballon, et suit le ballon des yeux</p>	<p>Le dribble devient un moyen de progression vers le but à attaquer. Le regard se libère de plus en plus du ballon pour se porter vers les positions des partenaires et adversaires</p>	<p>Le dribble sert à progresser, mais se nuance pour résoudre des combats singuliers : dribble de débordement, de protection, de recul</p>
<p><u>La reconquête du ballon</u> Les enfants sont centrés sur la balle : gagner le ballon</p>	<p>Les enfants sont centrés sur la balle, le porteur du ballon, et les trajectoires répétées main-sol (dribble) : voler le ballon pendant le dribble</p>	<p>Les enfants sont centrés sur la balle, les dribbles, mais aussi les trajectoires possibles : voler le ballon pendant le dribble, intercepter les passes. Il est préférable de ne pas mettre en place des systèmes de défense (zone) pour favoriser l'attaque par rapport à la défense.</p>

Règlement des sports collectifs

Pour faire jouer rapidement les enfants aux sports collectifs, il est inutile de leur donner toutes les règles du sport collectif choisi.

Il suffit de leur donner, comme pour les jeux, les règles d'or, les règles minimales pour jouer.

Comment définir les règles minimales pour jouer

Il faut prendre en compte :

• la durée des matchs	de 5 à 10 minutes en fonction du nombre d'équipes, pour une organisation en tournoi ou sous forme de championnat
• l'espace de jeu	Pour favoriser les buts il faut que les terrains soient adaptés : Basket : terrain de basket en largeur (18x12) ou terrain circulaire de baby basket Handball : 40 m x 20 m , on peut jouer sur un demi-terrain (20 x 25). Si les équipes sont réduites (5 contre 5) Football : 1/2 terrain de foot (50 x 40m) ou ¼ à la rigueur terrain de handball (40 x 20 m)
• le nombre de joueurs sur le terrain	Pour favoriser le maximum d'activité des enfants, le nombre de joueurs d'une équipe doit être adapté : Basket : 4 contre 4 ou 5 contre 5 Handball : 5 contre 5 ou 6 contre 6 Football : 7 contre 7
• le but du jeu	Comment faire pour marquer et gagner
• les relations avec la balle	Il suffit bien souvent de dire seulement ce qui est autorisé : - jouer à la main ou au pied - ne pas faire plus de trois pas sans dribble pour le hand et le basket
• les relations avec les adversaires et les partenaires	Une ou deux règles précisant les rôles suffisent.
• les réparations pour les fautes commises	Sont à préciser rapidement, une remise en jeu, et la réparation pour les fautes corporelles.

Règles d'or (ou règles minimales pour jouer vite)

	Football	handball	basket	rugby
but du jeu	marquer un but de plus	marquer un but de plus	marquer un point de plus	marquer un point de plus
	le ballon franchit la ligne	le ballon franchit la ligne	le ballon franchit le cercle	un essai (ballon aplati dans l'en-but)
durée	2 x 7	2 x 7	2 x 7	2 x 7
nb de joueurs/équipe	7	5(ce2) et 7 (cm2)	3 à 5	7
terrain	40/20	20/20 (ce2) 40/20 (cm2)	terrain circulaire de 10M de rayon terrain de 16/24	terrain de 20/40 ou 1/4 de terrain de foot
ballon	passe au pied pas d'utilisation des mains sauf le gardien	passe à la main pas d'utilisation des pieds sauf le gardien pas plus de 3 appuis	passe à la main pas d'utilisation des pieds pas plus de 2 appuis et pas de reprise de dribble	passe à la main en arrière passe au pied en avant ou en arrière possible
adversaires	contact à l'épaule	contact léger	pas de contact	combat possible mais pas au dessus de la ligne des épaules
fautes et sanctions	arrêt du jeu,	arrêt du jeu, remise à 1 main depuis l'endroit de la faute	arrêt du jeu, remise en jeu à 1 ou 2 mains depuis la touche	arrêt du jeu ballon donné à l'équipe qui n'a pas fait la faute (équipe en position d'attaque, l'autre équipe en position de défense.
ballon sorti du terrain : touche	remise en jeu à 2 mains à l'endroit de la sortie	remise à 1 main depuis l'endroit de la sortie	remise en jeu à 1 ou 2 mains depuis la touche	arrêt du jeu ballon donné à l'équipe adverse (équipe en position d'attaque, l'autre équipe en position de défense.

Les principales règles du HANDBALL

Le terrain

Il est de forme rectangulaire de 40 m sur 20, les grands côtés s'appellent lignes de touche et les petits, lignes de but.

Les buts sont placés au milieu de chaque ligne de fond, ils mesurent à l'intérieur 2 m sur 3.

Le terrain est divisé en 2 parties par la ligne médiane. La surface de but ou zone est délimitée par une ligne droite de 3 m parallèle aux buts, terminée aux deux extrémités par un quart de cercle de 6 m de rayon dont le centre est le poteau de but.

La ligne de jet franc est discontinue, identique à la ligne de but mais à 9m des poteaux.

Une ligne de jet des sept mètres est tracée en face des buts.

La durée des matchs

2 fois 30 minutes pour les adultes avec 10 min de pause. Le match commence au coup de sifflet de l'arbitre, après la pause, les équipes changent de camp. Les joueurs de l'équipe qui engage peuvent pénétrer dans le camp adverse dès que la balle a quitté les mains du joueur qui effectue l'engagement.

Le ballon

Il mesure de 58 à 60 cm 425 à 475g pour les hommes, 54 à 56 cm et de 325 à 400 g pour les femmes.

Les joueurs

Il y a 6 joueurs et un gardien dans chaque équipe.

Tous les changements de joueur se font dans la zone de changement entre la ligne centrale et la marque de changement, le joueur doit être sorti avant l'entrée de son remplaçant.

Le gardien

- Il est le seul à pouvoir pénétrer dans la zone et à pouvoir jouer le ballon dans cette surface.
- **Il peut** toucher le ballon avec n'importe quelle partie du corps, se déplacer dans toute la surface de but avec le ballon.
- **Il peut** quitter la zone s'il n'est pas en possession du ballon, dès qu'une partie de son corps touche le sol à l'extérieur de la zone il est soumis aux mêmes règles qu'un joueur de champ.
- **Il ne doit pas** toucher un ballon en dehors de la surface de but si lui-même est dans la zone ni franchir la ligne de but avec le ballon. Après avoir contrôlé le ballon, il ne peut le relancer qu'avec la main.

Les actions sur le ballon et la conduite envers les adversaires

Les joueurs doivent jouer le ballon 3s après la réception, ils doivent dribbler pour se déplacer en dehors des trois pas autorisés. Ils peuvent lancer, frapper, pousser, saisir le ballon avec toutes les parties du corps sauf les jambes, il n'y a pas pied si le ballon vient d'un adversaire et que le joueur touche la balle de façon fortuite ou si le joueur n'en retire aucun avantage.

Il est interdit de barrer le chemin à l'adversaire, de le ceinturer, de le pousser dans la zone, d'arracher la balle des mains ou de se servir des poings pour enlever la balle à un adversaire, de jouer dangereusement avec les joueurs de champ comme avec le gardien.

Les remises en jeu

Au début du match comme après un but, la remise en jeu se fait par l'équipe qui a encaissé un but, après coup de sifflet de l'arbitre au centre du terrain chaque équipe dans son camp.

Les remises en jeu après une sortie latérale se font par 1 joueur de l'équipe qui n'a pas touché le ballon, à l'endroit de la sortie,

Le lanceur doit garder un pied sur la ligne de touche tant que le ballon est dans sa main, les autres joueurs sont à 3m. Un ballon est sorti quand il a franchi entièrement la ligne de touche.

Les remises en jeu après sortie derrière les buts se font sans coup de sifflet, à la main par le gardien quelle que soit l'équipe qui a sorti le ballon, une balle renvoyée sur le terrain par un dégagement du gardien est toujours en jeu.

Toutes les fautes peu importantes commises sur le terrain se sanctionnent par un **jet franc**, remise en jeu par un joueur de l'équipe non fautive sur le lieu de la faute. Le jet franc se fait à une main sans coup de sifflet, les adversaires à 3m. En cas de jet franc sifflé entre les lignes des 6m et des 9m, il se fait sur la ligne des 9m et tous les attaquants doivent être en dehors des 9m.

Les principales fautes sanctionnées par un jet franc : marcher, pied, faute sur l'adversaire, reprise de dribble, 3s.

Le jet des 7m, il est donné quand il y a charge dans le dos et quand il y a charge irrégulière sur un attaquant ayant une chance manifeste de marquer, quand il y a défense en zone et que l'attaquant est gêné par cette défense.

Zone, les joueurs peuvent retomber dans la zone mais tout empiétement est sanctionné (but annulé) la remise en jeu se fait un pied dedans, un pied dehors par le gardien ou un joueur de champ. En cas de défense en zone donnant un avantage, il y a jet des 7m.

Les principales règles du football

Espace, matériel

Le terrain

Rectangle de 90-120x45-90 mètres piquets aux 4 coins. Séparé en deux demi terrains par la ligne médiane. Cercle central 9.15m de rayon

les buts

7.32m x 2.44m montants et barre transversale ≤ 12 cm. Surface de but, ligne à 5.50 m.. Surface de réparation à 16.50m. Point de réparation à 11 m. Un arc de 9.15 m limite, en dehors de la surface de réparation, le placement des joueurs sur un coup de pied de réparation

Le ballon

Sphère, enveloppe de cuir, environ 70 cm de circonférence, pression 0.9 kg/cm², poids 400 à 450 g en début de partie

Les équipements

Maillots de couleurs différentes pour chaque équipe et gardien, culotte, bas, protège tibias obligatoires, chaussures. Ne doivent pas présenter de danger pour les pratiquants, montres bijoux... doivent être laissés aux vestiaires.

Les joueurs

Deux équipes de 11 dont un gardien. Deux remplaçants maximum autorisés en cours de match.

Les arbitres

Un arbitre central dirige le match, deux juges de lignes l'assistent à titre d'information.

Consignes de but

Faire pénétrer le ballon dans le but adverse, la totalité du ballon doit avoir franchi le cadre du but. L'équipe qui a gagné est celle qui a marqué le plus de but à la fin de la partie.

Durée

La partie se joue en deux mi-temps de 45 minutes séparées par une pause de 15 minutes.

Les mises et remises en jeu

Elles se font par coups de pieds arrêtés, sauf sorties de touches qui se font à deux mains au-dessus de la tête. Au début de la partie et après la pause, ainsi qu'après chaque but marqué, la mise ou remise en jeu se fait au centre du terrain. Pour une réparation de faute ou une sortie en touche, elle se fait à l'endroit de la faute. On observe des cas particuliers pour les sorties de but et les coups de pied de réparation : penalties.

Le ballon se joue essentiellement au pied. Les contacts avec jambes, tronc, tête sont autorisés.

Le hors jeu

Est hors jeu, tout joueur plus rapproché de la ligne de but adverse que le dernier défenseur au moment où le ballon est joué, sauf s'il est dans sa moitié de terrain, s'il reçoit le ballon d'un adversaire, s'il le reçoit directement sur coup de pied de but, de coin, de touche ou balle à terre, et s'il y a au moins deux adversaires plus près que lui de leur ligne de but.

Les incorrections

Respect de la personne physique et morale de l'adversaire. Toute agression en dehors de la charge à l'épaule (épaule contre épaule), tout propos injurieux ou conduite inconvenante sont sanctionnables. Suivant la gravité de la faute un avertissement voire une exclusion peuvent être prononcés contre le fautif.

Réparations des fautes

coup franc direct ou indirect : à l'endroit de la faute

coup de pied de réparation : faute grave d'un défenseur dans la surface de réparation. Aucun joueur, hormis le gardien ne peut être dans la surface de réparation ni à moins de 9.15 m du point de réparation. Le gardien reste sur ou en déca de sa ligne de but jusqu'au départ du ballon.

coup de pied de coin : ballon sorti par un défenseur au-delà de sa propre ligne de but. Remise en jeu par un attaquant au coin correspondant à la sortie.

coup de pied de but : ballon sorti par un attaquant au-delà de la ligne de but adverse. Remise en jeu dans la surface de but du côté correspondant à la sortie.

touche : ballon sorti au-delà des lignes latérales. Remise en jeu à deux mains au-dessus de la tête, pied en contact avec le sol, à l'endroit de la sortie.

NB : Pour toute mise ou remise en jeu, le ballon doit parcourir sa circonférence au moins. Sur tous les coups de pied arrêtés, l'adversaire doit être à 9.15m au moins, le joueur effectuant la remise en jeu ne peut rejouer le ballon si ce dernier n'a pas été touché par un autre joueur.

Les principales règles du Basket-ball

Le terrain

Le terrain de jeu doit être délimité par des lignes apparentes.

Les lignes délimitant le terrain dans le sens de la longueur sont appelées **ligne de touche**, celles le délimitant dans le sens de la largeur, lignes de fond

Une ligne de lancer franc est tracée parallèlement à chaque ligne du fond, à 5,8 m de celle-ci.

Le cercle central doit avoir 1,80 m de rayon et doit être tracé au centre du terrain

Une ligne médiane parallèle aux lignes de fond relie le point central de chaque ligne de touche.

La zone avant d'une équipe est la partie du terrain située entre la ligne de fond derrière le panier des adversaires et le bord le plus proche de la ligne médiane. L'autre partie du terrain, y compris la ligne médiane constitue **la zone arrière de l'équipe**.

Les zones du panier à trois points sont délimitées par des lignes tracées de façon à deux demi-cercles de 6,25 m de rayon mesuré du bord extérieur de la circonférence et dont le centre est la projection au sol du centre exact de l'anneau.

Les zones restrictives sont des espaces délimités par les lignes de fond, les lignes de lancers francs, et les lignes joignant les extrémités des lignes de lancer franc aux points de la ligne de fond situés à 3 mètres de chaque côté du milieu de celles-ci, mesures prises du bord externe de ces lignes.

Entre-deux

Il y a entre-deux lorsque l'arbitre lance le ballon entre deux joueurs adverses. Au cours de l'entre deux, les deux joueurs adverses doivent se tenir debout au centre du cercle dans la partie la plus proche de leur camp.

Panier réussi et sa valeur

Un panier est réussi lorsqu'un ballon vivant pénètre dans le panier par le haut, reste dedans ou passe à travers.

Un panier réussi du terrain compte 2 points, sauf s'il est tenté de la zone du panier à 3 points. Un panier réussi à la suite d'un lancer franc compte 1 point.

Ballon vivant

Le ballon devient vivant lorsque :

- * après avoir atteint son point culminant lors d'un entre-deux, il est frappé par l'un des deux sauteurs.
- * l'arbitre le met à disposition du tireur de lancer franc.
- * après une remise en jeu de l'extérieur du terrain, il touche un joueur sur le terrain.

Ballon mort

Le ballon devient mort lorsque :

- * un panier est réussi.
- * un arbitre siffle alors que le ballon est en jeu ou vivant.

Ballon en jeu

Le ballon est en jeu dès que :

- * l'arbitre pénètre dans le cercle pour effectuer un entre-deux,
- * l'arbitre pénètre dans le couloir des lancers francs pour faire exécuter un lancer franc,
- * sur une remise en jeu de l'extérieur du terrain, le ballon est à la disposition du joueur se trouvant à l'endroit où doit s'effectuer la remise en jeu.

Comment jouer le ballon

En basket-ball, le ballon est joué avec les mains. C'est une violation que de courir avec le ballon, de le frapper du pied ou du poing.

Frapper le ballon ou l'arrêter avec une partie quelconque de la jambe est une violation seulement s'il s'agit d'un geste intentionnel.

Toucher accidentellement le ballon du pied ou de la jambe n'est pas une violation.

Pivot

Il y a pivot lorsqu'un joueur en possession du ballon déplace le même pied une ou plusieurs fois dans une direction quelconque, l'autre pied, appelé pied de pivot, conservant son point de contact au sol.

Progression avec le ballon

Un joueur peut progresser avec le ballon dans n'importe quelle direction dans les limites suivantes :

Cas 1 : Un joueur qui reçoit le ballon étant à l'arrêt, peut pivoter en utilisant l'un ou l'autre pied comme pied de pivot.

Cas 2 : Un joueur qui reçoit le ballon alors qu'il se déplace ou vient de terminer un dribble, peut utiliser deux temps pour s'arrêter ou se débarrasser du ballon.

Dribble

Il y a dribble lorsqu'un joueur contrôlant le ballon donne à celui-ci une impulsion en le lançant, en le frappant ou en le roulant sur le sol et le retouche avant qu'il soit touché par un autre joueur. Dans un dribble, le ballon doit entrer en contact avec le sol. Le joueur termine son dribble dès qu'il touche simultanément le ballon des deux mains.

Après avoir terminé un premier dribble, un joueur ne peut dribbler une seconde fois.

Règle des trois secondes

Un joueur ne doit pas rester plus de trois secondes consécutives dans la zone restrictive adverse.

Règle des 5 secondes

Une violation doit être sifflée lorsqu'un joueur étroitement marqué n'exécute pas une passe, un tir, un dribble ou ne fait pas rouler le ballon dans les 5 secondes.

Règle des 10 secondes

Lorsqu'un joueur prend le contrôle d'un ballon vivant dans la zone arrière, son équipe a 10 secondes pour l'amener dans la zone avant.

Règle des 30 secondes

Lorsqu'un joueur prend le contrôle d'un ballon vivant sur le terrain, son équipe a 30 secondes pour tirer au panier.

Violations

Une violation est une infraction aux règles dont la sanction est la perte du ballon par l'équipe qui a commis une violation.

Fautes

Une faute est une infraction aux règles impliquant un contact personnel avec un adversaire ou un comportement antisportif.

Contact

Le basket balle est un jeu sans contact. Il est évident que les contacts personnels ne peuvent être complètement évités quand 10 joueurs se déplacent avec une grande rapidité dans un espace limité.

Les décisions relatives au contact personnel doivent tenir compte des principes fondamentaux suivants :

- * il est du devoir de chaque joueur de faire son possible pour éviter tout contact personnel
- * tout joueur a le droit de prendre une position sur le terrain non occupée par un adversaire à condition de ne pas provoquer de contact personnel en prenant cette position.
- * si un contact se produit, la faute incombe au joueur responsable du contact.

Faute personnelle

Un joueur ne doit pas bloquer, tenir, pousser, charger, accrocher un adversaire ni empêcher sa progression au moyen de ses bras étendus, de ses épaules, de ses hanches, de ses genoux ou en pliant son corps d'une façon anormale ou encore en utilisant des moyens brutaux.

Si une faute est commise sur un joueur qui ne tire pas au panier, le ballon doit être remis en jeu par les adversaires du fautif de l'extérieur du terrain du point de la ligne de touche le plus proche de l'endroit où la faute a été commise.

Si une faute est commise sur un joueur tirant au panier :

- * si le panier est réussi, il doit compter et en plus un lancer franc sera accordé.
- * s'il s'agit d'un panier à 2 points non réussi, deux lancers francs doivent être accordés.
- * s'il s'agit d'un panier à 3 points non réussi, trois lancers francs doivent être accordés.

Double faute

Une double faute est une situation dans laquelle deux joueurs commettent une faute l'un contre l'autre en même temps.

Le ballon est alors remis en jeu par un entre-deux.

Cinq fautes par joueurs

Un joueur qui a commis 5 fautes, doit automatiquement quitter le jeu. Il est remplacé.

Début de la rencontre

La rencontre doit commencer par un entre-deux dans le cercle central. L'arbitre doit lancer le ballon entre deux adversaires.

La même procédure doit être appliquée au début de la seconde mi-temps et éventuellement de chaque prolongation.

Temps de jeu

La rencontre se compose de deux mi-temps de 20 minutes, avec un intervalle de 10 minutes entre les mi-temps.

Les équipes

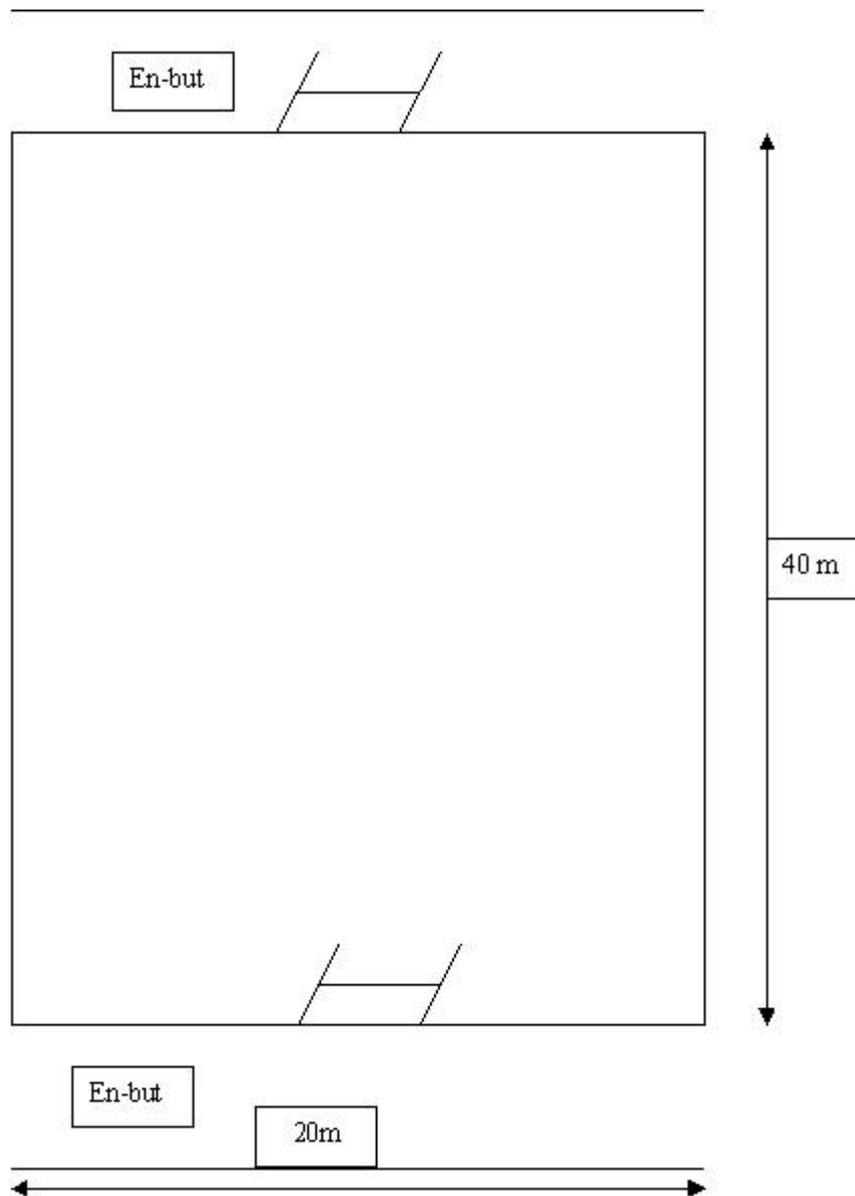
Chaque équipe est composée de 10 joueurs au plus et d'un entraîneur. Un des joueurs doit être désigné comme capitaine. Chaque équipe peut avoir un entraîneur adjoint.

Cinq joueurs de chaque équipe doivent se trouver sur le terrain pendant les périodes de jeu et pourront être remplacés à chaque arrêt de jeu.

Les principales règles du RUGBY à 7

Le terrain

20 par 40 (1/4 de terrain de foot)



La durée des matchs

2 mi temps de 7 minutes, Il n'y a pas d'arrêts de jeu, mais la dernière action doit obligatoirement être terminée pour siffler la fin du match (ballon en touche, faute, ..).

Le ballon

Il est de forme ovale obligatoirement

Les joueurs

2 équipes de 7 joueurs (3 avants, un demi de mêlée et 3 trois-quarts)

Les points

- Le drop (coup de pied "tombé") rapporte 3 points c'est à dire botter le ballon après qu'il ait rebondi devant soi
- L'essai, c'est à dire aplatir le ballon dans l'en-but adverse, rapporte 5 points
- La pénalité, sanctionne une faute importante, rapporte 3 points.

Les actions sur le ballon et la conduite envers les adversaires

Le ballon peut être porté, passé latéralement ou botté, à n'importe quel moment du jeu, mais ne doit jamais être passé "en avant" (en-avant)

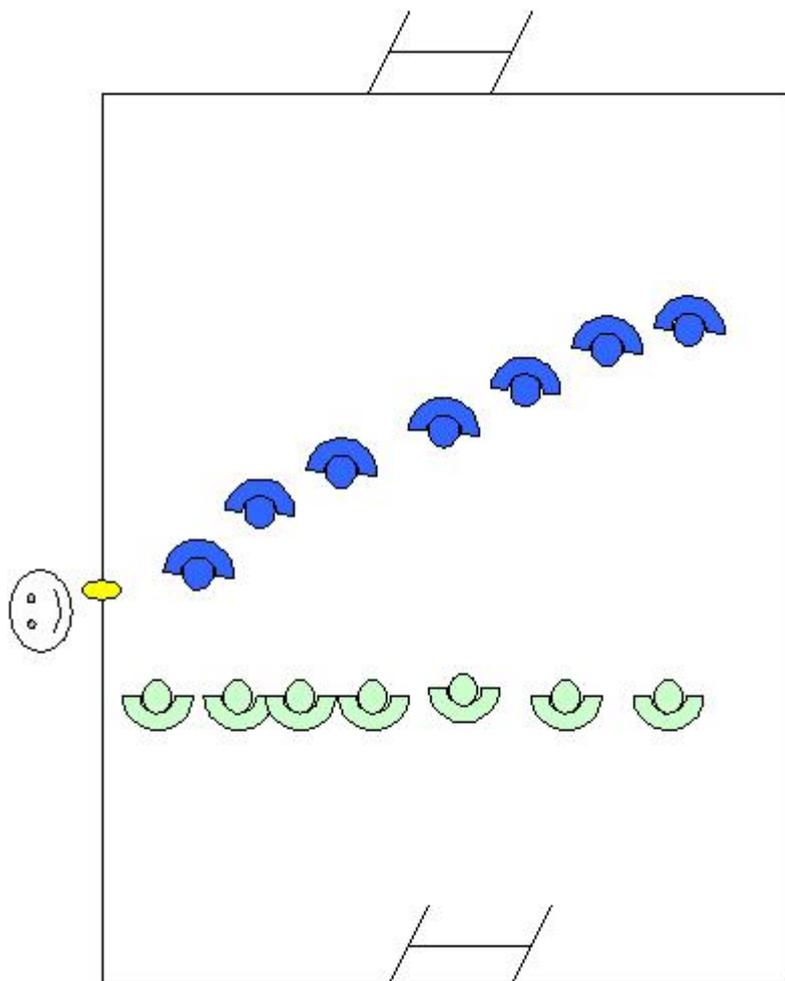
Un joueur mis au sol doit libérer son ballon pour que le jeu continue (faire "vivre" le ballon). Le ballon ne doit pas être "tué" (arrêté)

Le ballon est mis en jeu en le donnant à l'équipe attaquante qui a gagné le choix du ballon.

Le ballon est remis en jeu

Les remises en jeu

Sur une faute adverse, le ballon est remis en jeu en plaçant l'équipe à qui l'arbitre va donner le ballon en attaque, et l'autre équipe en défense



Au début il n'y a pas de coup d'envoi, de touche, de mêlée, de coup de pied de pénalité, le ballon est donné à l'équipe qui n'a pas fait la faute en la plaçant en attaque.

Ensuite, il est possible d'introduire :

Le coup d'envoi. Il commence chaque période et chaque remise en jeu après qu'une équipe ait marqué. L'équipe qui marque engage du milieu du terrain par un coup de pied tombé. Le ballon doit obligatoirement parcourir 10 mètres.

La touche. Le ballon est lancé dans un couloir formé par 2 joueurs de chaque équipe

La mêlée est formée des trois avants de chaque équipe se tenant groupés par les épaules.

Le coup de pieds de pénalité