

## HOCKEY

### BUT DU JEU :

Marquer plus de buts que l'équipe adverse **Décompte** : 1 but = 1 point

### TERRAIN—BALLE—ÉQUIPES :

- Dimensions du terrain : 18 à 20 m X 12 m environ
- Zone de but : zone rectangulaire de 3 x 12 m
- Buts : 4 buts par terrain ; 1,5 m de large et situés à 3 mètres des lignes de touche.



- Balle** : Balle de hockey légère
- Durée des rencontres** : 1 x 8 minutes
- Equipes en jeu** : 4 joueurs. Chaque équipe a deux buts à défendre et a la possibilité de marquer dans deux buts.

### RÈGLES :

#### **1/ Engagement :**

Balle au centre du terrain : **entre-deux**. Les deux joueurs sont face à face un pied de chaque côté de la ligne médiane et les buts qu'ils défendent à leur droite. Les crosses des deux joueurs sont à environ 30 cm du sol et au signal de l'arbitre les deux joueurs touchent le sol avec leur crosse puis crosse-crosse et se disputent la balle. Attention, ce mouvement est un rituel qui ne sert en aucun cas à prendre un avantage sur son adversaire.

Après que les deux crosses se soient touchées, c'est au plus rapide de jouer. Cet entre-deux a lieu au début de chaque rencontre et après chaque but. Les deux équipes sont dans leur camp et les joueurs à l'exception de ceux qui jouent l'entre-deux se trouvent au minimum à 3 mètres de la balle.

#### **2/ Remises en jeu :**

**Touche** : balle à l'endroit où la balle est sortie du terrain. Si la balle sort en touche dans la zone de but, la touche est jouée à l'extérieur de la zone de but.

**Dégagement** : balle sur la ligne de la zone de but quand la balle sort du terrain par la ligne de fond, qu'il n'y a pas but et qu'un attaquant a touché la balle en dernier ou qu'un défenseur y a involontairement envoyé la balle.

**Progression de la balle** : Par passes et/ou dribbles. L'objectif est pour l'équipe qui possède la balle d'amener la balle dans la zone de but adverse pour pouvoir marquer un but.

#### **3/ But :**

Un but n'est valable que si la balle passe dans un des deux buts après qu'un attaquant ait touché la balle dans la zone de but.

#### **4/ Contacts :**

Seul le contact entre le côté plat de la crosse et la balle est autorisé. Tout contact physique entre les joueurs est interdit. Le hockey est un jeu d'évitement.

#### **5/ Sanctions :**

Toute faute volontaire sera sanctionnée par un penalty : En fonction de la nature du sol (roule bien ou pas), balle sur la ligne médiane ou à 3 mètres de la zone en face d'un but sans gardien. Balle poussée dans le but = but. Balle à côté du but = dégagement.

Toute faute involontaire sera sanctionnée par un coup franc à l'endroit de celle-ci mais au minimum à 3 mètres de la zone de but attaquée. Si la faute est commise par un défenseur dans la zone de but, le coup franc aura donc lieu à 3 mètres à l'extérieur de la zone au niveau de l'endroit où la faute a été commise.

Tous les adversaires sont au minimum à 3 m de la balle.

#### Type de fautes :

**Jeux dangereux** : Si un joueur lève la crosse plus haut que le genou ; si un joueur frappe la balle au lieu de la pousser ; si un joueur lève volontairement ou involontairement la balle ; si un joueur utilise volontairement le contact physique ; si un joueur est au sol.

#### Autres fautes :

La balle est touchée avec les pieds,

La balle est touchée avec le côté rond de la crosse,

Obstruction : le joueur en possession de la balle ne peut pas rester immobile en protégeant la balle avec son corps.