

Règles de jeu du unihockey en milieu scolaire

1.- Terrain de jeu

La salle de gym. Mettre quatre bancs pour "couper" les angles. Les buts sont posés sur les lignes de volley-ball (bleues).

2.- Zone de but

Cette zone longe la ligne de but (à gauche et à droite) jusqu'à la ligne de la raquette de basket et monte jusqu' à la ligne des lancer-francs (forme d'un parallélogramme).

Dans cette zone, le gardien peut se déplacer librement, mais n'a pas le droit d'en sortir. Les joueurs de champ peuvent pénétrer dans cette zone.

3.- Temps de jeu

La durée d'un match varie selon le mode de tournoi choisi ou le temps à disposition pendant la leçon d'éducation physique.

4.- Buts

De préférence, il faut utiliser les buts de unihockey. A défaut, les caissons suédois conviennent également (parfois difficile de juger si il y a un but marqué !)

5.- Nombre de joueurs

Il y a 3 joueurs de champ et 1 gardien par équipe sur le terrain. Selon l'âge des élèves, il est possible d'ajouter un joueur de champ. Orienter la composition d'une équipe vers la mixité est souhaitable, par exemple : 3 garçons et 2 filles.

Le unihockey permet le changement de lignes (joueurs). Il peut intervenir à n'importe quel moment (attention de ne pas se retrouver en surnombre) et intervient près du banc des remplaçants.

Avec une classe, on forme facilement 4 lignes, plus éventuellement 2-3 gardiens.

6.- Mise en jeu

Au début de chaque match et après un but marqué, un engagement a lieu au milieu du terrain. Tous les joueurs des équipes doivent se trouver dans leur camp respectif. La balle est posée sur l'un des 6 autres points d'engagement (bully). Après chaque arrêt de jeu (engagement, coup-franc, sortie, but, etc...) le jeu reprendra au coup de sifflet de l'arbitre.

7.- Procédé d'engagement :

Aux points d'engagements (bully), deux joueurs adverses se font face et posent leurs cannes au sol parallèlement, à gauche de la balle.

8.- But

Un but est validé si la balle franchit la ligne de but ou tape le caisson.

Une balle poussée du pied ou du corps, par un attaquant dans le but, ne compte pas. Par contre, si c'est un défenseur, le but est valable.

9a.- Le gardien (avec canne !)

Règles de jeu identiques à celles décrites ci-dessous. Par contre, le gardien ne doit à aucun moment lâcher sa canne. Veiller au jeu dangereux !

9b.- Le gardien (sans canne !)

Le gardien de but est libre dans ses manœuvres de défense. Il peut bloquer la balle au maximum 3 secondes. Sinon, il y a engagement au point de bully le plus proche. Il peut passer la balle à un coéquipier à la main. La balle doit être contrôlée, par le joueur, avant la ligne médiane.

10.- Coup-franc - sortie

Pour une infraction commise, l'équipe adverse bénéficie d'un coup-franc. La balle doit être arrêtée et le coup-franc tiré après le coup de sifflet de l'arbitre. Un mur défensif peut se placer au minimum à 2 mètres de la balle. Pour une balle sortie du terrain, un coup-franc indirect à l'endroit de sortie de la balle. Un coup-franc ou une sortie ne peuvent pas se jouer derrière la ligne de but, mais sur le point d'engagement se trouvant dans le prolongement de la ligne de but.

11.- Penalty

Jeu antisportif (lancer la canne, retenir un adversaire, etc.), mais également pour départager deux équipes lors d'un tournoi.

L'exécutant part depuis le point d'engagement central. La balle ne doit jamais avoir un mouvement de recul. Une fois le tir exécuté, le joueur ne peut plus reprendre la balle.

12.- Jeu de la balle avec le corps

Il est permis de jouer la balle avec le pied, la jambe, la poitrine vers sa propre canne. Entre deux touches corporelles, il doit y avoir un contrôle de canne. Une passe à un coéquipier ou un double contrôle de ces parties du corps est sanctionnée par un coup-franc.

Toucher la balle des mains, des bras ou de la tête est sanctionné par un coup-franc.

13.- Jeu de la balle avec la canne

La spatule ne dépasse pas la hauteur des hanches (lors de la préparation et lors de la phase finale des tirs ou des passes). Interdiction de frapper, soulever la canne d'un adversaire. La canne entre les jambes d'un adversaire est aussi interdit.

14.- Jeu avec le corps

A l'inverse du hockey sur glace, au unihockey il est interdit de pousser l'adversaire avec le corps

15.- Jeu au sol et en l'air

Le joueur de champ peut avoir contact avec le sol qu'avec ses pieds, un genou et une main. Interdiction de se coucher. De plus, il faut au moins toujours avoir un pied en contact avec le sol. Interdiction de sauter.

16.- Pénalité

Si un joueur commet des fautes à répétitions et que l'effort pour respecter la charte du comportement positif n'est pas optimal, on peut le pénaliser d'une minute. Pendant ce laps de temps, son équipe joue en infériorité numérique.