



**RÈGLES DE JEU**

# **SOFTHANDBALL**



**HAND  
BALL**  
SCHWEIZ  
SUISSE

# RÈGLES DE JEU SOFTHANDBALL

## Découvrir le handball avec le ballon mou !

### Organisation

<b>Ballon</b>	Softhandball (circonférence 47cm / 42 cm) <i>le ballon doit être tenu correctement; choix du ballon selon « les plus petites » mains</i>
<b>Buts</b>	2 buts d'unihockey <i>Alternative: tapis ou caisson</i>
<b>Zone de but</b>	à environ 3 – 3.5m du but <i>Utiliser les lignes existantes (p.ex. terrain de basket / unihockey), des tapis en demi-cercle ou du scotch.</i>
<b>Joueurs</b>	M9 / M11 : 4 vs. 4, gardien compris M7 : 3 vs. 3, gardien compris <i>Le poste de gardien n'est pas fixe. L'équipe gère le poste de manière autonome.</i>
<b>Directives</b>	Attaque: tous les joueurs ET le gardien attaquent Jeu offensif en défense
<b>Classement</b>	Pas de classement.

### Règles de jeu

- Tenir le ballon pendant 3 secondes au maximum.
- Courir avec le ballon 3 pas au maximum.
- Il n'est pas autorisé de jouer le ballon avec le pied (et jusque en dessous le genou).
- Il n'est pas autorisé de ceinturer ou pousser un joueur.
- Après un but, le match continue avec un renvoi du gardien.  
Renvoi par le/la joueur/se qui figurait comme gardien au moment du tir.
- Tirs au but avant avoir dépassé le milieu du terrain = but n'est pas compté.
- Il n'est pas autorisé de pénétrer dans la surface de but (ligne).
  - Lorsque l'attaquant pénètre dans la surface: renvoi du gardien
  - Lorsque le défenseur pénètre (dans l'action): jet franc de l'attaquant
- Les lignes doivent être respectées (touche, surface de but, sortie de but).
  - Remise en jeu: toujours un pied sur la ligne de touche.
  - Lorsque derrière la ligne de sortie de but: renvoi du gardien.

# LES PRINCIPES DU SOFTHANDBALL

Le softhandball sollicite les enfants de manière diversifiée : en courant, sautant et tirant, ils développent leurs compétences motrices et coordinatrices. Créer ou empêcher des occasions de marquer par le jeu d'équipe renforce les interactions sociales et développe les capacités cognitives et tactiques des enfants. Le duel, encadré et limité par les règles de jeu, le comportement avec et face à l'autre, comportent en outre des possibilités pédagogiques précieuses. Les équipes peuvent être mixtes jusqu'à l'âge de 15 ans environ. Au cours du jeu, le rapport à l'autre sexe va de soi.

## Jeu défensif

Défense offensive (par secteur ou individuelle) dès le milieu du terrain.

- avancer en direction de l'adversaire jusqu'à la ligne médiane, l'écartier vers l'extérieur ; empêcher les passes / tirs avec les bras et mains – le travail des jambes doit être privilégié. Le blocage est autorisé.
- Les contacts physiques tels que ceinturer, retenir et pousser seront sanctionnés. Les défenseurs se placent près de la surface de but uniquement lorsqu'un attaquant s'y trouve aussi.

## Jeu d'attaque

- Le ballon doit être joué après 3 secondes. Un attaquant qui ne peut plus «avancer» parce qu'un défenseur l'en empêche avec son corps et bras (levés), ne sera pas «récompensé» par un coup franc. Les enfants doivent apprendre à se retourner, de se libérer en reculant respectivement de passer le ballon à un coéquipier libre.
- Règles des 3 pas : dans la catégorie «débutants», le non-respect de la règle des 3 pas sera sanctionné uniquement si l'infraction permet au joueur d'avancer de manière significative resp. de tirer au but.
- Tenir le ballon plus que deux fois de suite («double») sera sanctionné uniquement s'il en résulte un avantage significatif. Dans les faits, cela ne se présentera que rarement, parce que le ballon de softhandball ne peut pas être dribblé.
- Le gardien joue toujours en attaque (jeu de supériorité numérique promue dès le départ). C'est pourquoi les tirs au but exécutés avant la ligne médiane ne comptent pas.
- Coup franc, avertissement et sanctions ; distance de 2-3 m selon indication de l'arbitre. Avertissements et sanctions uniquement verbalement.

# FORMES DE SOFTHANDBALL

## **Le Softhandball sur un terrain dur, sur gazon, sur sable ou comme Street-Softhandball**

Le Softhandball peut être pratiqué sur n'importe quel sol sans problème.

### **Softhandball sur un terrain dur**

Buts	butts d'unihockey butts de handball (réduire la hauteur à l'aide de banderoles ou marquages) piquets avec marquages
Lignes	souvent déjà dessinées (p.ex. zone de basket ou d'unihockey) craies

### **Softhandball sur gazon**

Buts	butts d'unihockey butts de football (réduire la hauteur et la largeur à l'aide de marquages) piquets avec marquages
Lignes	sciure de bois sangles en nylon spray de marquage/craie

### **Beach-Softhandball (sable)**

Buts	butts d'unihockey piquets et bande élastique butts de beach handball (réduire la hauteur à l'aide de banderoles ou marquages)
Lignes	lignes de Mini-Beachhandball rubans de sécurité sangles en nylon

## Street-Softhandball (1/2-terrain de softhandball en salle ou à l'extérieur)

Basé sur l'autogestion, cette forme de jeu est basée sur l'utilisation du ballon souple dans un espace réduit. Les règles de jeu sont adaptées en conséquence. Le Street-Softhandball peut être pratiqué sur n'importe quel sol.

### Organisation

Ballon	ballon de Softhandball (circonférence 47 / 42 cm) <i>Tous les enfants doivent pouvoir tenir le ballon correctement. Les «plus petites mains» choisissent le ballon.</i>
But	1 but d'unihockey <i>Alternative: tapis, caisson suédois, clôture de jardin, etc.</i>
Surface du but	env. 3 – 3.5 m de distance <i>Utiliser les lignes existantes (terrain de basket, d'unihockey) ou 4 tapis ou bandes adhésives à coller au sol</i>
Joueurs	3 vs. 3 jusqu'à 5 vs. 5, gardien inclus
Directive	défense offensive
Classement	pas de classement.

### Règles de jeu

- Le premier engagement est défini en jouant à «pierre-feuille-ciseaux».
- Tenir le ballon pendant 3 secondes au maximum.
- Courir avec le ballon 3 pas au maximum.
- Il n'est pas autorisé de jouer le ballon avec le pied (et jusque en dessous le genou).
- Il n'est pas autorisé de ceinturer ou pousser un joueur.
- Les lignes doivent être respectées (touche, surface de but, sortie de but).
- Il n'est pas autorisé de pénétrer dans la surface de but (ligne).
  - Lorsque l'attaquant pénètre dans la surface: renvoi du gardien
  - Lorsque le défenseur pénètre (dans l'action): jet franc de l'attaquant
- Après un but, une interception, lorsqu'un attaquant pénètre dans la surface de but, que le ballon est derrière la ligne de sortie de but, après une faute, le match continue avec un renvoi de l'équipe adverse (= l'équipe en défense devient l'équipe en attaque) :
  - Changement du gardien,
  - L'équipe en attaque doit traverser une ligne prédéfinie (p.ex. ligne médiane) et
  - Passer le ballon à un joueur en défense qui le renvoie aux attaquants.
- Fautes : toutes les fautes sont indiquées par les enfants eux-mêmes. En cas de litige, les deux équipes doivent trouver une solution «à l'amiable». En cas de doute, l'équipe en attaque récupère le ballon.