

Les règles essentielles du Volley-Ball



SOMMAIRE

Les caractéristiques du jeu	Page 3
Le terrain, le filet, le ballon	Page 4
Le rôle des arbitres	Page 6
Point, set, match	Page 7
Règles du jeu	Page 8

Ce memento appartient

Prénom : _____

Nom : _____

Collège : _____



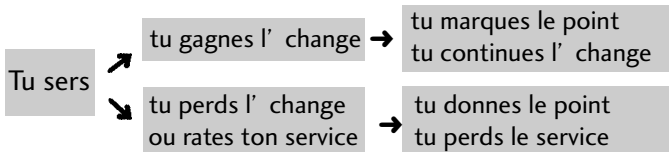
LES CARACTERISTIQUES DU JEU

Le volley-ball est un sport qui oppose deux équipes sur un terrain de jeu divisé par un filet. Il existe différentes versions spécifiques de ce jeu.

Le but du jeu est de faire tomber le ballon dans le camp adverse et de l'empêcher de toucher le sol dans son propre camp en l'envoyant réglementairement par dessus le filet. Chaque équipe dispose de 3 touches pour retourner le ballon (en plus du contre qui ne compte pas comme une touche de balle).

Le ballon est mis en jeu par un SERVICE : le joueur frappe le ballon afin de l'envoyer directement par dessus le filet dans le camp adverse. L'échange de jeu continue jusqu'à ce que le ballon soit envoyé dehors ou qu'une équipe ne puisse le renvoyer correctement.

Au volley-ball, chaque échange "donne" un point = on marque un point ou on donne un point.



Les joueurs de l' quipe qui r cup re le service effectuent une rotation en se d plaçant d'une position dans le sens des aiguilles d'une montre.



LE TERRAIN, LE FILET, LE BALLON

Les lignes font partie du terrain : une balle qui touche la ligne est bonne ...

Les hauteurs du filet :

BG - BF - MF : 2,10 m

MG - CF - JF : 2,24 m

CG : 2,35 m

JG : 2,43 m

Le ballon :

Il est sph rique, souple, de couleur claire.

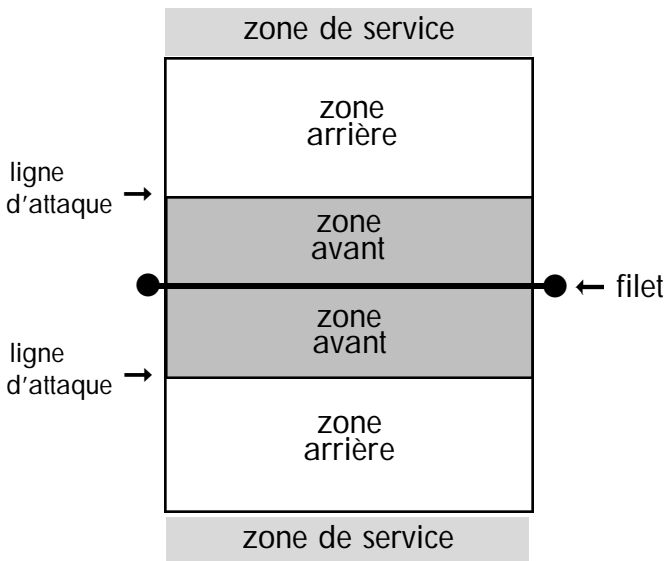
Circonf rence : 65 67 cm

Poids : 260 280 g

Les dimensions du terrain :

- en 6 x 6 : 9m x 9 m
- en 4 x 4 : 7 m x 7 m (Benjamins)
- en 4 x 4 : 7 m x 9 m (cadets, juniors et minimes)

Ligne d'attaque 3 m du filet d limitant les zones avant et arri re.





LE ROLE DES ARBITRES

Le 1^{er} arbitre

Il dirige le match : il a autorit sur tous les membres des quipes ; ses d cisions sont souveraines...

Avant le match il effectue le tirage au sort en pr sence des 2 capitaines : le gagnant choisit, ou de servir, ou de recevoir, ou son terrain. Il sanctionne les conduites incorrectes, les retards de jeu. Il d cide des fautes de jeu.

Imm diatement apr s avoir siffl il indique :

- l' quipe qui va servir
- la nature de la faute
- le joueur fautif

Le 2^{me} arbitre

Il est l'assistant du 1^{er} arbitre. Il d cide, siffle et signale les fautes de position en r ception ; le contact avec le filet ; la p n tration ; la frappe ou le bloc irr gulier de joueur(s) arri re(s) ; le contact avec un "objet ext rieur".



ballon rejouer
ou double faute



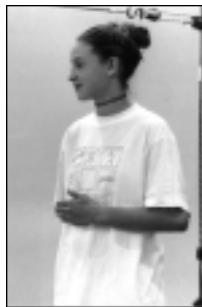
POINT, SET, MATCH

POUR GAGNER UN ECHANGE DE JEU

Un change de jeu est termin chaque fois qu'une quipe fait une faute de service, ne renvoie pas le ballon, commet une autre faute : l' quipe adverse gagne l' change de jeu et marque le point.

POUR GAGNER UN SET

Un set est gagn par l' quipe qui marque la premi re 25 pts avec un cart de 2 pts.



Changement
de terrain

POUR GAGNER UN MATCH

Un match est gagn par l' quipe qui remporte 2 sets. En cas d' galit 1 set partout, un "set d' cisif" sera jou en 15 pts (avec 2 pts d' cart).



LES REGLES DU JEU

Chaque équipe doit jouer dans son propre camp et espace de jeu. Il est permis d'empiéter sur le camp adverse condition qu'au moins une partie du pied (ou de la main) soit en contact avec la ligne centrale et si cette action ne gêne pas l'adversaire.

IL EST INTERDIT DE TOUCHER LE FILET !!!!!.....



Faute de filet



Pénétration

LA POSITION DES JOUEURS

Au moment de la frappe de service tous les joueurs doivent être placés dans leur camp et leur place.

Après la frappe de service les joueurs peuvent changer de place.

MAIS ATTENTION :

- en 4 x 4 le joueur qui sert est considéré comme le joueur arrière : il ne peut donc pas attaquer en zone avant, par contre il peut y jouer la balle.
- en 6 x 6 les 3 joueurs arrières ne peuvent pas attaquer en zone avant.

LA ROTATION

Lorsque l'équipe en réception gagne l'échange, les joueurs "tournent" en se déplaçant d'une position dans le sens des aiguilles d'une montre.



Faute de position
ou de rotation

LE SERVICE

Le serveur se place à l'intérieur de la zone de service (largeur du terrain et profondeur libre).

L'arbitre indique et donne l'autorisation de servir.

Au moment de la frappe il ne doit pas toucher le terrain, ni poser le pied sur la ligne.

Le ballon doit être lancé en l'air ou lâché et être frappé avec une main (8 sec. pour servir après le coup de sifflet).

NB attention nouvelle règle : la notion de let disparaît au service et une seule tentative



Ballon non lancé ou lâché pendant la frappe de service



Retard de service



Equipe au service



Indique et autorise le service

LE TOUCHER DE BALLE

Le ballon peut- être touché par n'importe quelle partie du corps (pied compris) ; il doit être frappé nettement (ni soulevé, ni poussé, porté ou lancé ...)

Un joueur ne peut pas toucher 2 fois de suite le ballon (sauf en cas de contre).

La balle peut toucher le filet lors de son franchissement ou y rebondir (cela ne compte pas comme une touche de balle), même au service.



Ballon porté



Double touche



4 touches de balle



L'arbitre indique que le ballon a touché avant de sortir

LA FRAPPE D'ATTAQUE

Toute action envoyant le ballon chez l'adversaire est une frappe d'attaque.

Le(s) joueur(s) AVANT peut "attaquer" n'importe quelle hauteur si le contact avec le ballon a lieu dans son propre espace de jeu.

De même pour le(s) joueur(s) ARRIERE(S) mais en arrière de la zone AV (sans empiéter sur la ligne des 3m) OU si le ballon se trouve EN DESSOUS du bord supérieur du filet.



Franchissement par
dessous le filet

LE BLOC OU CONTRE

Action de joueur(s) plac (s) pr s du filet pour intercepter le ballon provenant du camp adverse. Apr s un contre l' quipe a droit 3 touches de balle.

Le joueur a le droit de passer les mains (les bras) par dessus le filet, si cette action ne g ne pas celle de l'adversaire ⇒ il n'est donc pas permis de toucher le ballon tant que l'adversaire n'a pas ex cut une frappe d'attaque.



Faute de contre (bloc)

L'INTERRUPTION DE JEU

Chaque quipe a droit 2 “temps-mort” par set (demandés par l’entraîneur ou le capitaine) : ils durent 30 sec.

Chaque quipe a droit 4 remplacements par set 4 x 4 UNSS et 6 en 6 x 6 UNSS.

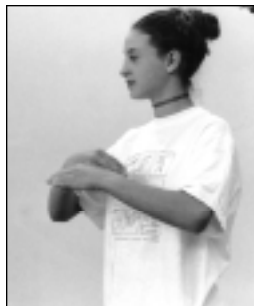
LE JOUEUR, LE CAPITAINE

Chaque joueur porte : un maillot, un short et des chaussures de sport.

Le capitaine d’ quipe est responsable de la conduite et de la discipline de son quipe. Il est le seul autorisé à parler aux arbitres quand le ballon est hors-jeu pour demander une explication.



Temps mort



Changement de joueur

L'ARBITRAGE

Ballon dedans :

quand il touche le sol du terrain de jeu y compris les lignes.



Ballon dedans

ballon dehors :

quand il tombe l'extérieur du terrain ou touche le plafond, une personne extérieure, les poteaux, les antennes (ou mires), le filet l'extérieur des bandes de c t .



Ballon dehors



Fin de match



NOTES

Le Règlement vous invite à noter les modifications.

Réalisation U.N.S.S. des Hauts-de Seine

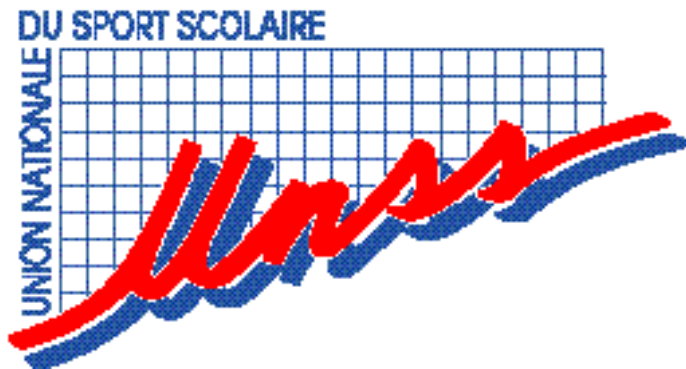
Patrick CREPEL

Collège Dupanloup Boulogne

Crédits photos : PascalHEBERT

U.N.S.S. des Hauts de Seine

Reproduction interdite



*“Le respect du jeu par la
connaissance des règles.”*

Réalisé avec le soutien du
Conseil Général des Hauts de Seine

