

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
Les règles du jeu	page 8
Le rôle du capitaine	page 20

Ce memento appartient à

Nom _____

Prénom _____

Collège _____

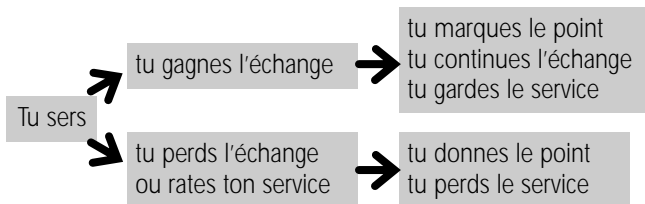
LES CARACTÉRISTIQUES DU JEU

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'équipe qui récupère le service effectuent une rotation en se déplaçant 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 sphérique, souple, de couleur claire.

Circonférence : 65 à 67 cm

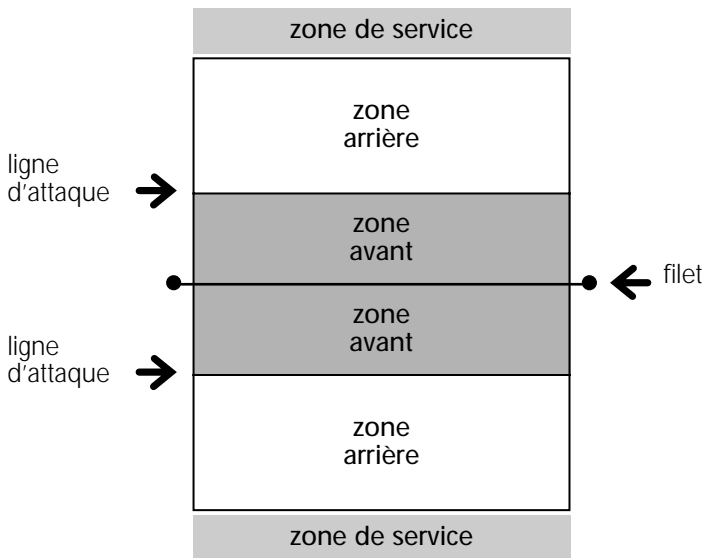
Poids : 260 à 280 g

Pression intérieure : 0,30 à 0,325 kg/cm³

Les dimensions du terrain

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

Ligne d'attaque à 3 m du filet délimitant les zones avant et arrière.



LE RÔLE DES ARBITRES

Le 1^{er} arbitre

Il dirige le match : il a autorité sur tous les membres des équipes ; ses décisions sont souveraines...

Avant le match, il effectue le tirage au sort en présence 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 décide des fautes de jeu.

Immédiatement après avoir sifflé, il indique :

- l'équipe qui va servir,
- la nature de la faute,
- **le joueur fautif.**

Le 2^e arbitre

Il est l'assistant du 1^{er} arbitre. Il décide, siffle et signale les fautes de position en réception, le contact avec le filet, la pénétration, la frappe ou le bloc irrégulier de joueur(s) arrière, le contact avec un "objet extérieur".



*ballon à rejouer
ou double faute*

LE POINT, LE SET, LE MATCH

Pour gagner un échange de jeu

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

Pour gagner un set

Un set est gagné par l'équipe qui marque la première 25 points avec un écart de 2 points.



changement de terrain

Pour gagner un match

Un match est gagné par l'équipe qui remporte 2 sets. En cas d'égalité à 1 set partout, un set "décisif" sera joué en 15 points (avec 2 points d'écart).

LES RÈGLES DU JEU

Chaque équipe doit jouer dans son propre camp et espace de jeu. Il est permis d'empiéter sur le camp adverse, à 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 !!!!



côté du filet



pénétration

La position des joueurs

Au moment de la frappe de service, tous les joueurs doivent être placés dans leur camp et à 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 arrière 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 secondes pour servir après le coup de sifflet).

NB : attention nouvelle règle

la notion de let disparaît au service



ballon non lancé ou lâché pendant la frappe de service



8 secondes



équipe au service



autorisation de 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 été 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(vent) attaquer à 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) arrière, mais en arrière de la zone avant (sans empiéter sur la ligne des 3 m), ou si une partie du ballon se trouve en dessous du bord supérieur du filet.



*franchissement
par-dessous le filet*

Le bloc ou contre

Action de joueur(s) placé(s) près du filet pour intercepter le ballon provenant du camp adverse. Après un contre, l'équipe a droit à 3 touches de balle.

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



faute de contre (bloc)

L'interruption de jeu

Tous les temps morts des sets de 1 à 4 ont une durée de 60 secondes. Les temps morts techniques sont appliqués automatiquement lorsque l'équipe en tête marque le 8^e et le 16^e point. Chaque équipe ne peut demander qu'un seul temps mort par set.

Le joueur, le capitaine

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

Le capitaine d'équipe est responsable de la conduite et de la discipline de son équipe. 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 dehors

Quand il tombe à l'extérieur du terrain ou touche le plafond, une personne extérieure, les poteaux, les antennes (ou mires), le filet à l'extérieur des bandes de côté.



ballon dehors



fin de set et de match

J'ai arbitré les rencontres suivantes

Dates	Niveau de la compétition	Signature de l'enseignant
.....

NOTES

Le règlement évolue, à toi de noter les modifications

- *Conception, textes : UNSS Hauts-de-Seine
Patrick Crépel : collège Dupanloup - Boulogne*
 - *Réalisation : département Communication MAIF*
 - *Crédits photos : Pascal Hébert, UNSS des Hauts-de-Seine*
- Reproduction interdite*

Tu as été choisi comme CAPITAINE

Tu es l'image de ton équipe

