

## ULTIMATE – RÈGLEMENTATION SIMPLIFIÉE (Minis 6-12 ans)

### Applicable au festival de Mini-Ultimate RSEQ Lac Saint-Louis

---

Les règlements officiels du jeu de l'Ultimate 4 contre 4 de la FQU sont basés sur ceux de la 11<sup>ème</sup> édition des règlements de l'*Ultimate Player Association*. Par contre, des modifications sont apportées et elles sont listées ici :

<http://www.montrealultimate.ca/files/Ultimate%2011th%20Edition%20-%20French.pdf>  
[http://fichiers.fqu.ca/CQU4/2012-2013/Reglements\\_specifiques4c4-adopte20121002.pdf](http://fichiers.fqu.ca/CQU4/2012-2013/Reglements_specifiques4c4-adopte20121002.pdf)

Toutefois, les règlements simplifiés ci-dessous vise à faciliter l'autoarbitrage avec une clientèle enfant.

#### **L'esprit de jeu :**

La Fédération Québécoise d'Ultimate (FQU) et l'Association d'Ultimate de Montréal (AUM) encouragent fortement l'esprit sportif et le jeu loyal. Le jeu compétitif est encouragé, mais jamais aux dépens du respect entre les joueurs, des règles et du plaisir de jouer.

Définition de la Fédération mondiale :

« Tous les joueurs sont responsables de l'administration et du respect des règlements et de l'esprit du jeu. Aucun joueur ne doit volontairement enfreindre les règles. C'est pourquoi il n'y a pas de sanction sévère en cas d'infraction, mais il existe plutôt une méthode pour reprendre le jeu d'une manière qui simule ce qui aurait probablement eu lieu s'il n'y avait pas eu de violation. Le jeu hautement compétitif est encouragé, mais ne doit jamais sacrifier le respect mutuel entre les joueurs, le respect des règles ou tout simplement le plaisir de jouer. »

Voici les éléments nécessaires à l'esprit sportif :

- Connaissance des règlements
- Éviter les fautes et les contacts intentionnels
- Être honnête et respectueux
- Avoir une attitude positive
- Démontrer un bon contrôle de ces émotions

Pour terminer une partie avec le sourire peu importe le résultat, voici pour renforcer l'esprit du jeu :

- Trois "cheers" pour l'équipe adverse en fin de partie

*Après la poignée de mains, à tour de rôle, chaque équipe fait les 3 "cheers" de la manière suivante:*

- 1- *L'enseignant crie haut et fort: "3 cheers pour l'école Catherine-Soumillard...Hip, hip, HIP!"*
- 2- *Les élèves répondent ensemble un mot tel: "Hey!", "hourra!", "bravo!", mais cela doit être déterminé d'avance par l'équipe.*
- 3- *Finalement, on applaudit tout le monde ensemble.*

### Exemple de Cheers:

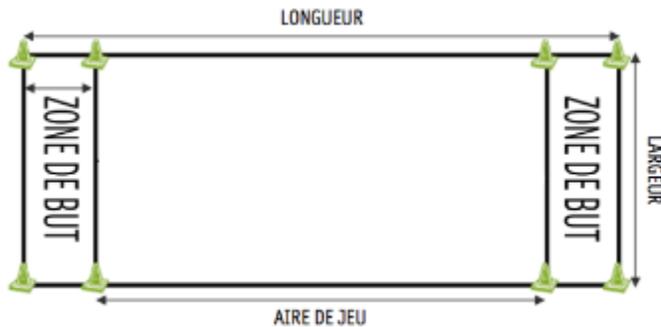
- “3 cheers pour l’école Catherine-Soumillard...Hip, hip, HIP!”
- “HEY!”
- “Hip, hip, HIP!”
- “HEY!”
- “Hip, hip, HIP!”
- “HEY!”

### Applaudissements

L’école qui vient de se faire féliciter doit rendre la pareille avec les 3 cheers à leur propre façon.

### Terrain de jeu:

Une partie se joue sur un *terrain de jeu* rectangulaire de 18m de largeur par 30m de longueur qui inclut deux *zones de buts* de 4m de profondeur. Le terrain est rarement ligné et donc est délimité à l’aide de 8 cônes.



La ligne extérieure du terrain (grand rectangle) est considérée à l’extérieur du terrain. Les lignes intérieures des zones de but sont considérées à l’extérieur des zones de but.

Il y a hors-jeu lorsqu’un joueur attrape le disque à l’extérieur des limites du terrain. Les joueurs crient « Hors-jeu » et le disque est repris par l’équipe adverse où il est sorti.

### Disques :

Disque officiel de Discraft J-Star 175gr

### Durée du jeu :

Un match de 30 minutes avec une mi-temps de 2 minutes.

Chaque équipe conserve un temps mort par demie avant les trois dernières minutes du jeu, et dure chacun 60 secondes.

### Mise au jeu ; lancer d’engagement

**Tirage au sort (Pile ou face) en début de match pour déterminer l'équipe qui défend en premier.** Le jeu commence au début de chaque demie par un lancer d'engagement. C'est-à-dire que les deux équipes sont alignées face à face sur la ligne de but intérieure. L'équipe défensive lance le disque à l'équipe offensive.

Il n'y a pas de lancer d'engagement après chaque point. Lorsqu'un point est marqué, le disque est déposé dans la zone de but à l'endroit où il a été attrapé. Le disque sera mis en jeu à cet endroit par l'équipe qui s'est fait marquer au moyen d'une validation. L'équipe ayant marqué le point est maintenant en défensive.

### **Le pointage**

L'équipe offensive marque un point chaque fois qu'elle attrape le disque dans la zone de but de l'équipe défensive.

La partie se termine au temps et non à l'atteinte d'un nombre de point déterminé.

### **Le déplacement du disque**

Le disque est déplacé en faisant des passes entre coéquipiers. Le disque peut être placé dans n'importe quelle direction. La personne qui attrape le disque devient le « lanceur » et a un maximum de 10 secondes pour faire une passe.

La personne de l'équipe défensive qui surveille le lanceur est le « marqueur ». Il compte à voix haute le délai de 10 secondes dès qu'il est à l'intérieur d'une zone de 3m autour du lanceur. Le marqueur doit compter sur un rythme soutenu (ni trop lent, ni trop rapide) jusqu'à dix en commençant par « COMPTE À 1, COMPTE À 2, ... ». À 10, le disque change de possession.

### **Le changement de possession**

Lorsqu'une passe n'est pas complétée (échappée, bloquée, interceptée, hors-jeu), l'équipe défensive prend immédiatement possession du disque, là où le disque s'est immobilisé ou est sorti du terrain et devient l'équipe offensive.

Si le disque sort du terrain, il est remis en jeu à l'endroit où il est sorti.

### **Format du jeu:**

Les enfants d'âge primaire entre 6 et 12 ans jouent en format 4 contre 4 mixte, 2 garçons/2 filles sur le terrain.

La constitution d'une équipe est donc d'au minimum 6 joueurs (incluant un minimum de 2 filles).

### **Les substitutions \***

Les joueurs **doivent** être remplacés seulement lorsqu'un point a été marqué. Ils **le peuvent également** lorsqu'il y a un temps d'arrêt demandé pour une blessure.

**Important : Le sport étant en développement, les entraîneurs doivent se parler en début de partie s'il manque de joueur de l'un ou l'autre des genres. Le but n'est pas de décourager des jeunes.**

### **« Contact »**

Aucun contact physique n'est permis entre les joueurs. Une faute survient lorsqu'un contact a lieu entre deux joueurs lors du lancer ou de l'attraper du disque. Si le joueur perd ou ne peut pas prendre possession du disque à cause d'un contact, il y a faute. Il est interdit de frapper le disque quand il est dans les mains d'un joueur. De plus, afin de s'assurer de la sécurité, il est recommandé d'arrêter le jeu lorsqu'un joueur chute.

### **Déplacement et faute « Marché »**

Il est interdit de courir avec le disque dans les mains. Lorsqu'un joueur reçoit le disque, il doit s'immobiliser. Ensuite, il doit garder un contact avec le sol avec son pied pivot jusqu'à ce qu'il lance le disque à un coéquipier.

### **Défensive**

Spécificités avec ce groupe d'âge :

Plusieurs stratégies défensives sont possibles au ultimate. Toutefois avec ce groupe d'âge nous jouerons avec une défensive 1 contre 1. ***La défensive de zone est proscrite.***

De plus, pour assurer la sécurité du groupe, le blocage avec les pieds est également proscrit.

Bien que le marqueur puisse se placer à une distance de disque de son joueur selon les règles officielles, avec les enfants nous allons respecter une distance de bras.

Un joueur ne peut bloquer volontairement la vision du lanceur, c'est une infraction d'obstruction de la vue.

Si un joueur défensif autre que le marqueur se trouve à moins de trois mètres du pivot du lanceur sans garder un autre joueur offensif et sans courir pour traverser l'espace, il y a faute de double marque.

### **L'autoarbitrage et appel de fautes (Supervision des entraîneurs)**

Les joueurs sont responsables de signaler leurs fautes et les hors-jeux. Nous considérons que la présence d'arbitre n'est pas nécessaire, car aucun joueur ne violera intentionnellement les règlements.

Si un joueur s'estime victime d'une faute ou juge en avoir commis une, il doit simplement dire à voix haute « Faute ».

Si le joueur, à qui l'on attribue une faute, n'est pas d'accord avec l'appel, il n'a qu'à simplement dire « Je conteste ».

Lorsqu'il y a appel de faute, on invite tous les jeunes à rester immobiles en attendant le consensus des joueurs en discussion. Si les jeunes ont besoin d'aide pour régler un différend, ils peuvent lever la main et demander du soutien. ***(Aux entraîneurs des équipes)***

Évidemment à cet âge, les entraîneurs doivent éduquer les joueurs sur la façon d'appeler les fautes et les amener à le faire par eux-mêmes. C'est pourquoi nous nous

concentrerons sur un nombre minimal de fautes à appeler soit : contact, marché, double marque, espace bras, obstruction de la vue.

*Lorsque qu'un joueur crie : « Faute ! » en levant la main, le jeu s'arrête et tout le monde doit s'immobiliser au moment de l'appel. Juste en tant que rappel, un nombre minimal de fautes doit être appelé en ultimate, alors si un joueur en appelle une, c'est que selon lui, la situation est vraiment nécessaire pour que l'appel soit fait.*

*De façon générale, lors d'une faute, un joueur le fait lorsqu'il y a une faute de « contact » entre 2 adversaires qui essayaient d'attraper le disque. Ceci est seulement un exemple de faute parmi quelques-unes (faute d'un attrapé à l'extérieur des limites du terrain, faute lorsque le porteur du disque s'est rendu jusqu'à 10 secondes, etc.)*

*Pour reprendre l'exemple d'une faute de « contact », une fois le jeu arrêté, le joueur qui a appelé la faute explique celle-ci à l'adversaire concerné. Voici un exemple :  
« J'ai voulu attraper le disque, mais j'ai senti ton bras venir toucher le mien et ceci a fait en sorte que je n'ai eu aucune chance de l'attraper... »*

*Ensuite, l'adversaire qui est concerné par ladite faute a 2 options : 1) Accepter la faute ou 2) Contester la faute*

- 1) Si le joueur accepte l'explication de la faute et reconnaît son tort, on fait comme si le disque avait réellement été attrapé par le joueur qui a appelé la faute et ensuite, on reprend le jeu.*
- 2) Si le joueur conteste la faute et n'est pas d'accord avec l'explication donnée, il doit dire : « Je conteste »  
Pour demeurer dans le « spirit » du ultimate, il est préférable que le joueur qui conteste justifie sa contestation.  
Par exemple : « Je conteste. Mon bras t'a touché, mais c'était accidentel et je ne crois pas que ceci t'a vraiment empêché de faire un attrapé »*

*Dans le cas d'une contestation, le disque retourne au lanceur (celui qui avait fait la passe juste avant le moment de la faute). C'est un peu comme si le jeu était "annulé" et on revient de quelques secondes en arrière dans le temps. Le marqueur et le lanceur doivent s'entendre à savoir où en était le compte et on reprend à celui-ci. Par exemple, si le marqueur a dit "Compte à 5..." au moment du lancer, il faut que le jeu reprenne à "Compte à 5" et non à partir de 0.*

### **Éducation : Observateur pédagogique et entraîneur**

Avec le nombre grandissant de nouveaux joueurs qui participent à des activités d'ultimate, force est de constater que l'esprit du jeu est un concept inhabituel et à enseigner. L'ajout d'un observateur pédagogique dans ces compétitions vise à faciliter le déroulement du jeu et aussi permettre un apprentissage des règles et particularités du ultimate. Lors des pratiques ou de l'absence d'observateur, l'entraîneur doit prendre ce rôle d'éducateur.