

Unihockey: Règles de jeu

Chaque jeu est régi par des règles spécifiques. Les enseignants hésitent souvent en ce qui concerne celles qu'il convient d'adopter avec les enfants. Voici les principales recommandations pour l'enseignement scolaire.



Contacts balle-corps

Le contact de la balle et du corps est permis, à condition que le joueur ne saute pas pour contrôler la balle. La balle ne peut être jouée ni avec les bras et les mains, ni avec la tête. La balle peut être jouée avec le pied, mais on ne peut pas marquer de but.

→ [Vidéos](#)

Engagement corporel

Il est interdit de pousser et de tenir l'adversaire ainsi que sa canne. Lors de la lutte directe pour la balle, le corps du joueur peut être engagé mais de manière contrôlée. Les charges sont interdites.

→ [Vidéos](#)

Faute de canne

La canne sert uniquement à jouer la balle. Si un joueur retient, soulève ou frappe la canne de l'adversaire avec sa propre canne, un coup franc sanctionne son équipe. En cas de frappe appuyée, il peut y avoir une pénalité. Il est interdit de lever la canne plus haut que la hauteur des hanches, que ce soit pour armer le tir ou pour accompagner le mouvement. En course, une canne levée qui ne met personne en danger n'est pas sifflée. Il est par ailleurs interdit de jouer une balle qui se situe au-dessus de la hauteur des genoux.

→ [Vidéos](#)

Sortie de balle

Si la balle sort des limites du terrain, elle est remise en jeu par un coup franc à l'endroit de sa sortie.

Coup franc

Il est tiré de l'endroit où la faute a été commise et il peut mener directement à un but. Les adversaires se tiennent à deux mètres au moins de la balle.

Jeu au sol

Un joueur ne peut avoir de contact avec le sol qu'avec ses pieds et un genou et la main du bâton. Il est interdit de se jeter dans le dans le tir.

→ [Vidéos](#)

Gardien de but

Une partie du corps doit toujours être en contact avec la zone de but. Les passes en retrait d'un coéquipier ne peuvent être contrôlées avec la main. Pour les lancers au-delà de la ligne médiane, le ballon doit avoir touché le sol au moins une fois avant cette ligne.

→ [Vidéos](#)

Source: [Reto Balmer, responsable de la formation chez swiss unihockey](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO