



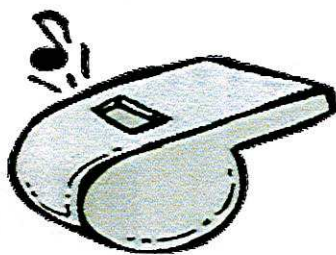
**Les règles de base pour arbitrer un
match de basket-ball**

COMMENT COMMUNIQUER ?

Quand tu commences à arbitrer à l'entraînement, tu n'as pas besoin de sifflet, tu utilises ta **VOIX** !

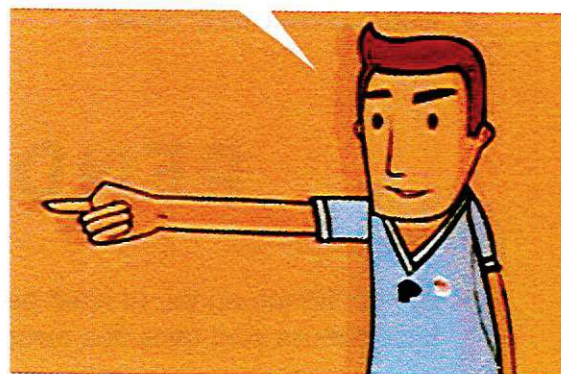
- Si tu vois une infraction, tu dis « **STOP** » puis tu dis ce qu'a fait le joueur
- Si tu peux aider un joueur à éviter une infraction, dis-lui par exemple : « **NE TIENS PAS !** »
- Tu peux dire à un joueur ce qui est bien, exemple « **BIEN, BONNE DEFENSE !** »
- Les joueurs respectent les arbitres qui communiquent avec eux...

Attention, ne pousse pas !



Avec un peu d'expérience, tu vas utiliser un sifflet...

« Attention, cet objet est très dangereux, il faut l'utiliser avec intelligence !!! »



Il te permet d'arrêter le jeu et donc d'avoir du pouvoir sur le jeu. Si tu l'utilises mal, tu ne seras pas respecté et les joueurs prendront moins de plaisir à jouer. Par contre, si tu sais l'utiliser comme si tu entraînaient des joueurs, tu seras accepté de tous !

- A chaque fois que tu siffles :
- Siffle fort pour arrêter le jeu
 - Regarde le joueur qui a commis l'infraction
 - Explique brièvement ce que tu as sifflé

- En plus, si tu le veux...
- Réalise le geste qui explique l'infraction



Crédit photo : IMG 2529

Si tu siffles une faute, tu dois ensuite aller l'annoncer à la table de marque : La **VOIX** suffit !

Si tu te sens à l'aise, tu peux ajouter les gestes :

- Le n° de celui qui a fait la faute.
- Le geste de la faute qu'il a commise.
- Comment va reprendre le jeu.

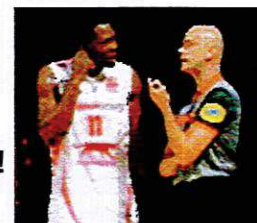
AVANT LE MATCH...

1. Le club te désigne pour arbitrer un match.
2. Si tu ne peux pas y aller, préviens-le tout de suite pour te remplacer.
3. Mets-toi en tenue de sport pour arbitrer... avec la chasuble « Jeune arbitre en formation ».
4. Quand tu arrives à la salle, rejoins ton formateur ou celui qui est responsable de l'arbitrage.
5. Vous pouvez discuter ensemble, avec ton collègue, sur les points importants, ou les points à améliorer par rapport à la dernière fois... Puis échauffe-toi !
6. Pense à saluer les entraîneurs avec ton formateur, il leur expliquera que tu apprends et que tu fais tes premiers pas dans l'arbitrage.
7. Bon match à vous deux !



PENDANT LE MATCH...

1. Aie confiance en toi, et n'aie pas peur, tu feras des erreurs !
Les joueurs vont faire des erreurs, les entraîneurs aussi.
2. Si tu te trompes, tu peux corriger ton erreur en expliquant aux joueurs.
3. Pense à te rapprocher de l'action pour bien voir. Si tu vois bien, tu arbitres bien !
4. Si tu es en difficulté, ton formateur est au bord du terrain.
Lors d'un temps-mort ou entre les quarts-temps demande-lui de l'aide !
5. Pour que ce soit facile pour toi, siffle ce qui est le plus évident, ne cherche pas des « petites » fautes qui ne sont pas gênantes pour les joueurs. Par contre, n'oublie pas de siffler quand le ballon sort, quand un joueur court avec le ballon, pousse, bouscule, tient ou tape.



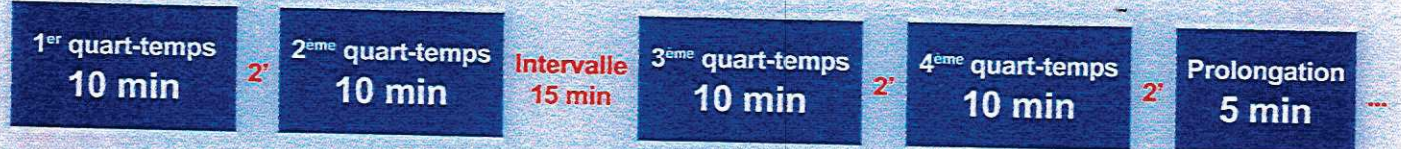
APRES LE MATCH...

1. Prends le temps de parler du match avec ton collègue et ton formateur.
2. Tu peux aller prendre le verre de l'amitié avec ton collègue, ton formateur et les entraîneurs. Vous pourrez parler du match, des points positifs et des points à améliorer.
3. Complète ce cahier avec les signatures des entraîneurs !



LES REGLES ESSENTIELLES

Temps de jeu (article 8)



S'il y a égalité : une seule prolongation est jouée, plus d'autres si nécessaire jusqu'à ce qu'une équipe gagne la rencontre. Dans le championnat où tu officies les temps de jeu et d'intervalles peuvent être adaptés. Renseigne-toi.

Comment débute-t-on une rencontre ? (article 9)



A chaque situation d'entre-deux : règle de la flèche (l'alternance ): l'équipe qui a gagné le ballon sur le 1^{er} entre-deux devra laisser l'équipe adverse effectuer la prochaine remise en jeu lors du prochain entre-deux. Même chose pour le début de chaque quart-temps ou prolongation.



Panier réussi et sa valeur (article 16)




Un tir réussi en cours de jeu compte **2 points** à l'intérieur de la zone des 6,25 m et **3 points** à l'extérieur de cette zone. La ligne fait partie de la zone des 2 points. Un lancer-franc réussi compte **1 point**.

Comment jouer le ballon (article 13)

Le ballon est joué avec les mains. Si un joueur joue volontairement le ballon avec la jambe ou le poing, c'est une violation, c'est-à-dire une infraction à une règle : il y aura remise en jeu pour l'autre équipe derrière la ligne de touche la plus proche. Si c'est involontaire, le jeu doit toujours continuer.



Prendre le ballon à l'adversaire... entre-deux (article 12)

Il est possible de prendre le ballon dans les mains de l'adversaire sans créer de contact avec lui. Si le ballon est tenu par deux joueurs ou plus, l'arbitre doit laisser la chance aux joueurs de le prendre sauf s'il y a de la rudesse ou de la violence. Dans ce cas, l'arbitre siffle «ballon tenu» et au lieu de faire un «entre deux», il donne le ballon à la touche à l'équipe qui en bénéficie en regardant la flèche. 



La règle du marcher (article 25)

- Un joueur qui dribble peut faire un double pas pour tirer ou pour faire une passe. S'il fait 3 pas ➔ C'est « Marcher »
- Un joueur qui dribble ou qui reçoit le ballon en l'air et qui veut s'arrêter, peut le faire en deux temps maximum :
 - Par un arrêt simultané : les deux pieds en même temps.
 - Par un arrêt alternatif : un pied puis l'autre.
 - Par un arrêt sur un pied puis en sautant et en retombant sur les deux en même temps.
- Quand un joueur est arrêté avec le ballon, il peut utiliser un pied de pivot :
 - Après un arrêt simultané : il peut prendre n'importe quel pied comme pied de pivot.
 - Après un arrêt alternatif : son premier posé est le pied de pivot.
 - Après un arrêt un pied puis simultané : il n'a pas le droit à un pied de pivot.
- Si le joueur arrêté veut partir en dribble, il doit dribbler (lâcher le ballon) avant de décoller son pied de pivot du sol.
- Un joueur qui saute avec le ballon en main doit se débarrasser du ballon avant de revenir au sol
- Un joueur qui tombe avec le ballon doit dribbler ou passer le ballon avant de se relever, sinon ➔ C'est « Marcher »



Le dribble (article 24)



Lorsqu'il dribble, le joueur peut faire autant de pas qu'il veut quand il n'a pas le ballon dans la main. Le joueur doit dribbler à une main. S'il dribble à deux mains ➔ C'est « reprise de dribble »

Lorsqu'un joueur dribble, il ne peut pas :

- arrêter son dribble en faisant reposer le ballon dans une main ou ses deux mains, puis recommencer ➔ C'est « reprise »
- mettre sa main sous le ballon et reprendre son dribble ➔ C'est « Porter du ballon »

Sortie des limites du terrain (article 23)



Le ballon est sorti des limites du terrain quand il :

- Touche le sol, un joueur, une personne ou un objet qui se trouve en dehors du terrain. (La ligne de touche fait partie de l'extérieur du terrain).
- Touche la face arrière ou les supports du panneau.

Un joueur est sorti :

- Quand un de ses appuis touche la ligne de touche ou le sol à l'extérieur du terrain.
- Quand il est en l'air et que l'un de ses appuis touchait la ligne ou l'extérieur du terrain avant qu'il ne saute.

Comment remettre en jeu (article 17)

Après une infraction ne donnant pas lieu à lancers-francs, une remise en jeu est effectuée par n'importe quel joueur de l'équipe, derrière la ligne de touche la plus proche de l'endroit où l'infraction a été commise.

Le joueur :

- dispose de 5 secondes pour passer le ballon
- ne peut pas se déplacer de plus d'un mètre
- peut se reculer autant qu'il le souhaite pour être à l'aise

Les adversaires ne doivent pas dépasser la ligne avec leur bras pour gêner le joueur.

Les contacts, les fautes (article 33 et 34)

Une faute est une infraction qu'un joueur commet quand il provoque un contact illégal avec un adversaire.

Un joueur ne doit pas bloquer, tenir, pousser, charger, accrocher un adversaire. Il est interdit d'utiliser le contact avec ses bras, ses épaules, ses hanches, ses genoux ou des moyens brutaux pour gêner l'adversaire.

Pour ne pas faire faute, le défenseur doit :

- Être face à l'attaquant
- Ne pas poser ses mains sur le porteur du ballon
- Recevoir les contacts sur le torse

Souvent l'arbitre siffle faute au défenseur parce « qu'il bouge » ! C'est une erreur ! Le défenseur a le droit de bouger, à condition d'être placé avant l'attaquant à l'endroit du contact, et de reculer ou de se déplacer sur le côté

Lorsqu'il y a une faute, le ballon est redonné pour une remise en jeu pour l'équipe qui a subi la faute. Si l'attaquant tirait au panier, il y aura alors 2 ou 3 lancers-francs selon l'endroit d'où il tirait, Et 1 lancer-franc s'il a marqué le panier

→ Un joueur ayant commis cinq fautes doit quitter le jeu.

5

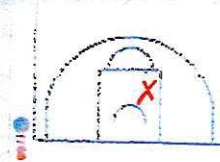


La règle des 3 secondes (article 26)

Un joueur ne doit pas rester plus de 3 secondes dans la raquette adverse quand son équipe a le ballon dans sa zone avant et que le chronomètre est en marche.

On arrête de compter les 3 secondes quand :

- Un joueur tire au panier.
- Un joueur poursuit son dribble pour tirer au panier.
- Un joueur concerné essaie de sortir de la raquette.



La règle du retour en zone (article 30)

Une équipe qui contrôle le ballon sur le terrain doit l'amener dans sa zone avant. Elle doit franchir la ligne médiane en moins de 8 secondes.

Dès que le ballon est en zone avant, il ne doit plus être ramené en zone arrière. Le ballon est en zone avant :

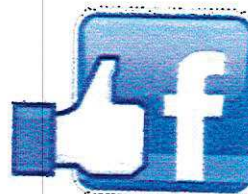
- Dès qu'il touche le sol ou un joueur qui a ses deux pieds en zone avant.
- Quand un dribbleur est en zone avant avec ses deux pieds et le ballon.

La ligne médiane fait partie de la zone arrière.



Et pour découvrir toutes les règles en t'amusant,
Rejoins-nous sur Facebook,
Et progresse dans les niveaux !

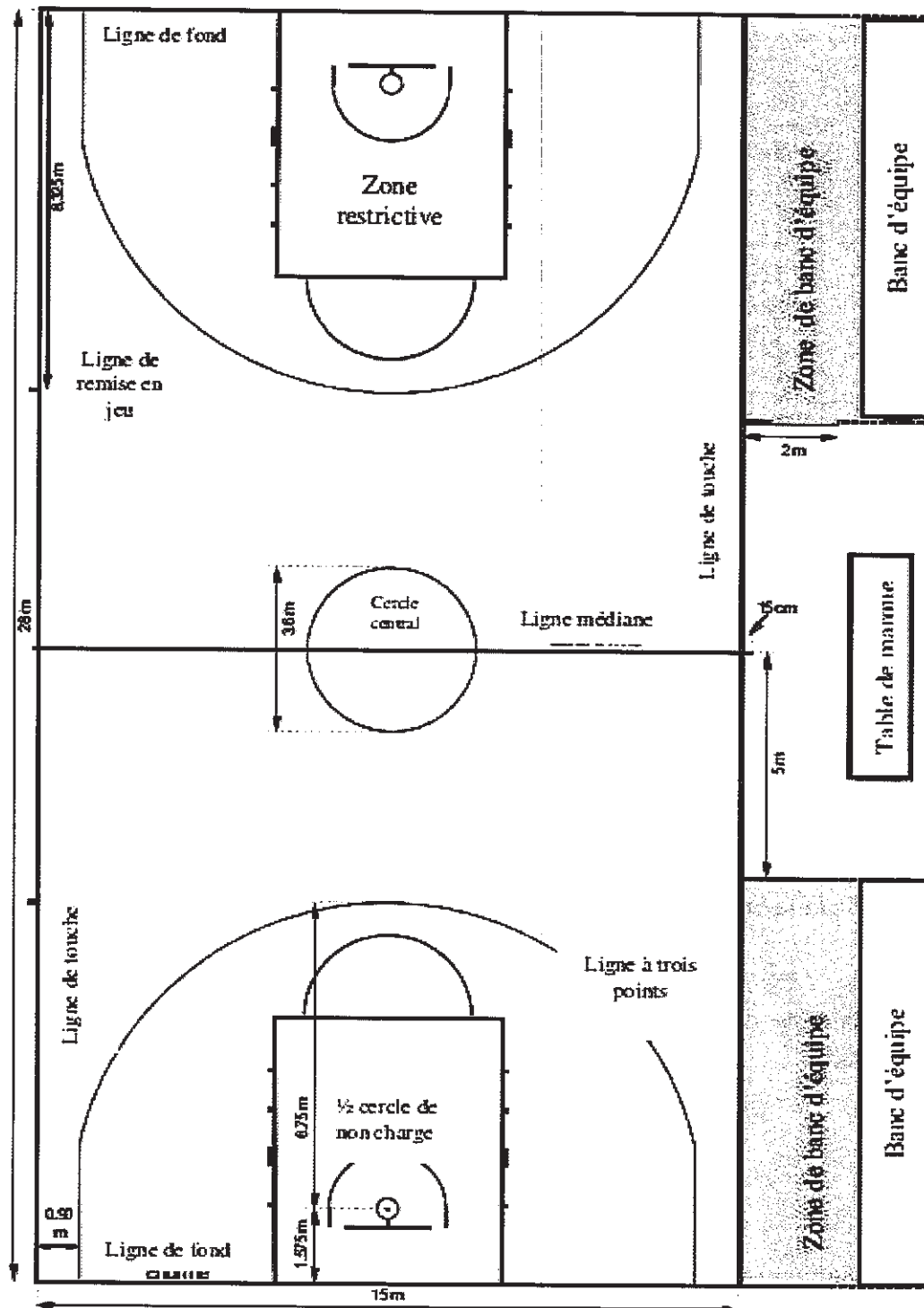
www.facebook.com/ffbasketball



I-Savoir identifier l'aire de jeu

Les dimensions d'un terrain de basket-ball sont de 28 mètres de longueur et de 15 mètres en largeur.

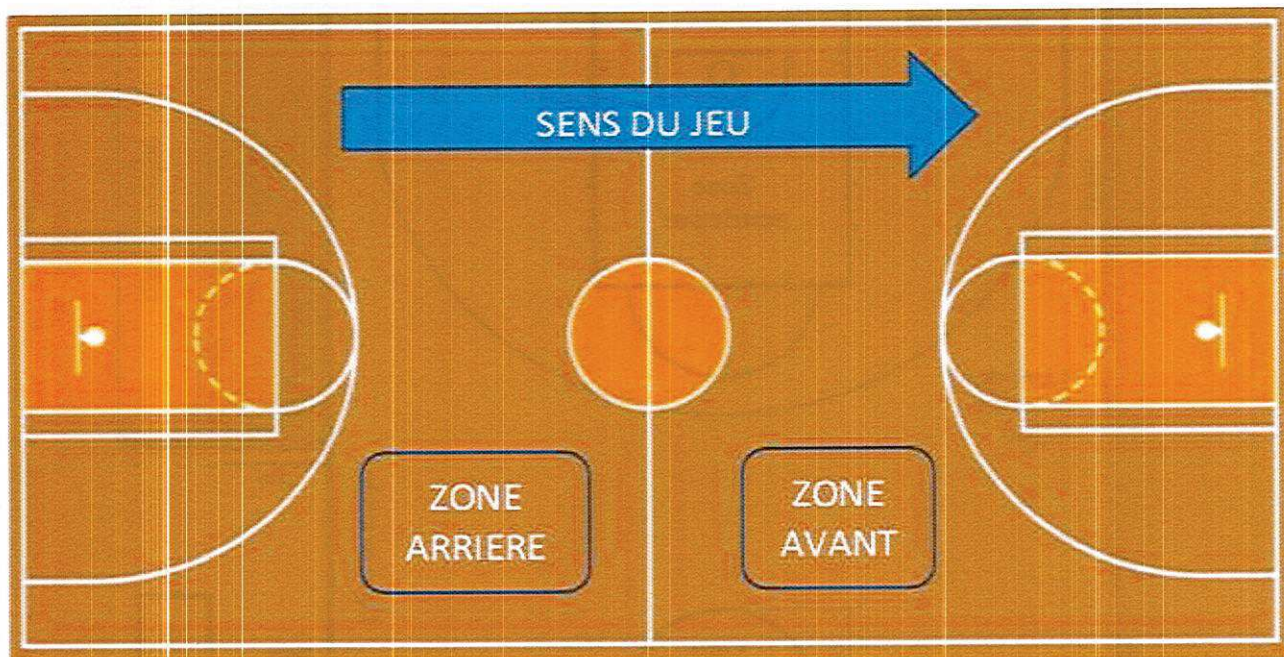
L'aire de jeu est composée du terrain de pratique dans laquelle se trouvent les deux zones restrictives (raquette) et de différentes zones accolées au terrain : Zones de banc d'équipe (en gris sur le schéma), Zone de table de marques entre les deux zones de banc d'équipe.



2-Savoir se repérer

Le terrain de basket-ball est divisé lui-même en plusieurs zones qui sont appelées ZONE AVANT et ZONE ARRIERE. Elles sont définies selon le sens du jeu (la flèche bleue sur le dessin)

Savoir les identifier sera important pour comprendre certaines règles du basket-ball.



A savoir :

- ⇒ **La zone AVANT** est constituée du panier de l'adversaire et de la partie du terrain de jeu délimitée par la ligne de fond derrière le panneau de l'adversaire, les lignes de touche et le bord interne de la ligne médiane le plus proche du panier de l'adversaire.
- ⇒ **La zone ARRIERE** est constituée de son propre panier et de la partie de jeu délimitée par la ligne de fond derrière son propre panier, les lignes de touche et la ligne médiane.

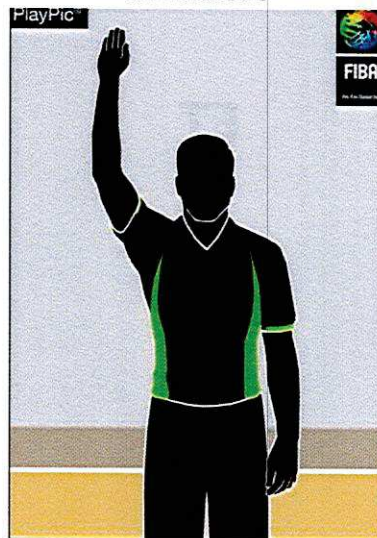
3- Connaitre la gestuelle

La violation :

Premier geste à faire quand on siffle une violation

Arrêt du chronomètre
(en même temps que le coup
de sifflet)

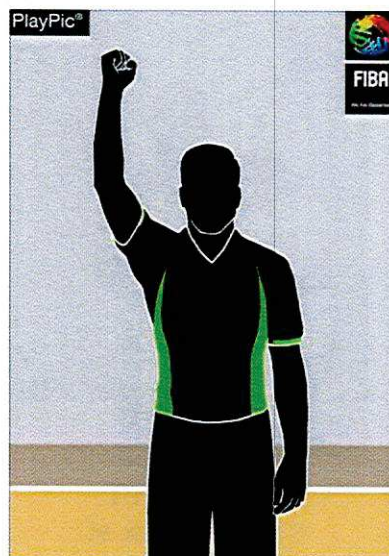
ou
ne pas déclencher le
chronomètre



La faute :

Premier geste à faire quand on siffle une faute

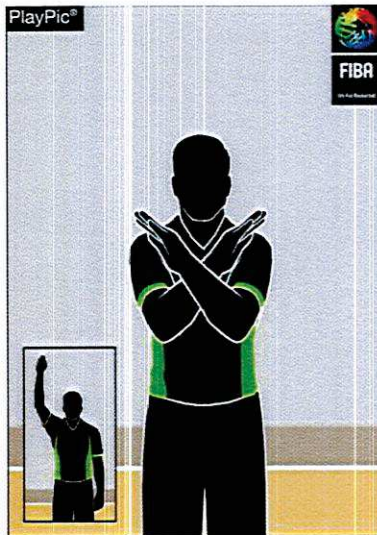
Arrêt du chronomètre pour
faute
(en même temps que le coup
de sifflet)



Le changement de joueur

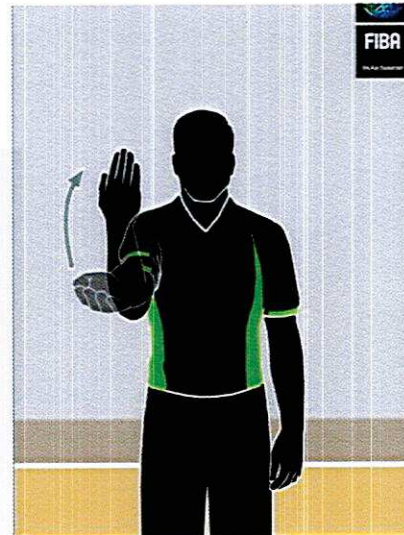
Deux gestes à faire quand on siffle un changement de joueur

Remplacement
(siffler simultanément)



Avant-bras croisés

Faire signe d'entrer



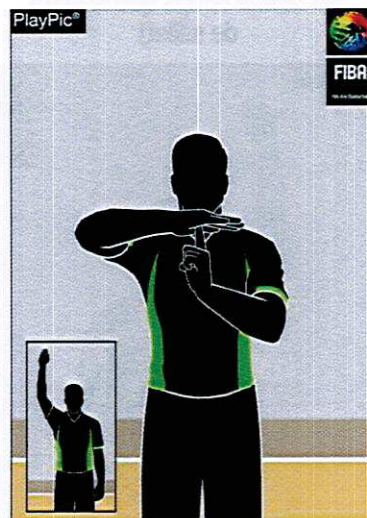
Mouvement
de la main ouverte
vers le corps

ET

Le temps mort

Geste à faire quand on siffle un temps mort

Temps-mort d'équipe
(siffler simultanément)

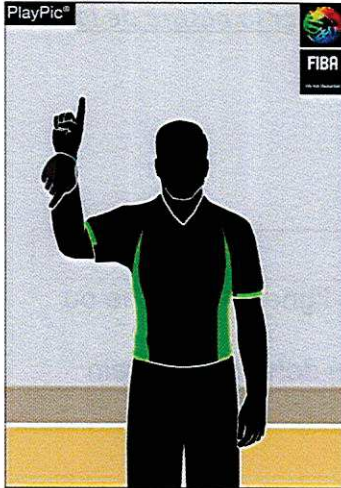


Former un T,
avec l'index et
la main ouverte

Accorder les paniers

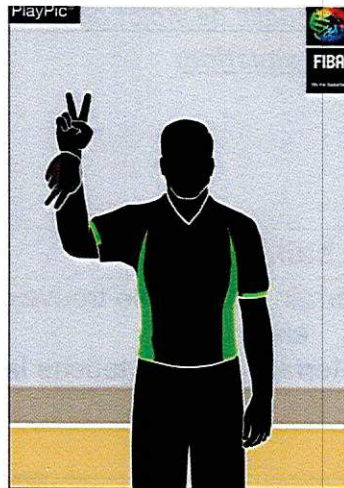
L'arbitre de queue [AK] accorde les paniers en indiquant la valeur à la table de marques (voir aussi Chapitre 6)

UN POINT



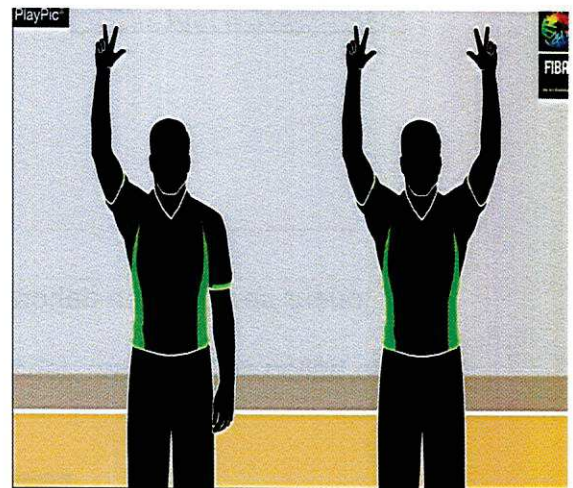
Un doigt vers le bas
depuis le poignet

DEUX POINTS



Mouvement des deux
doigts vers le bas

TENTATIVE A TROIS
POINTS



Trois doigts pointés

TROIS POINTS
REUSSIS

Trois doigts pointés
des deux mains

Passons désormais à l'apprentissage de quelques règles du basket-ball



4- Siffler les Violations

Définition : une violation est une infraction au règlement. Elle entraîne la perte de la possession du ballon et une remise en jeu sera faite par l'équipe adverse à l'endroit le plus proche de cette infraction. La violation n'est pas notée sur la feuille de marques.

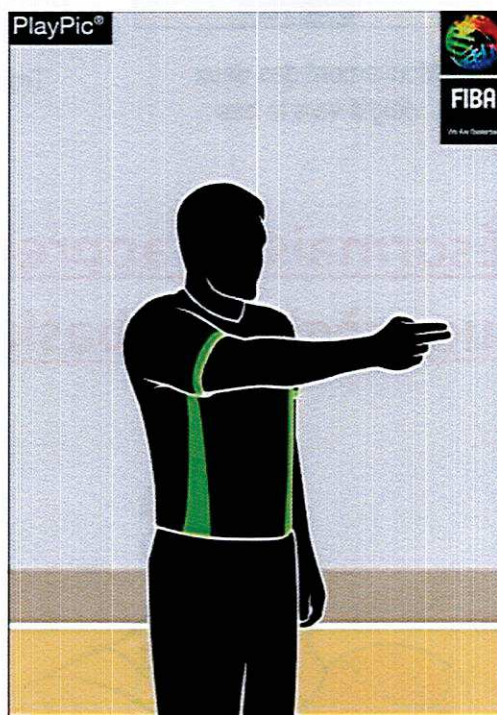
Il existe différents types de violations, dont les principales sont expliquées ci-dessous.

Pour rappel, il faut siffler et faire la gestuelle de violation avant d'indiquer la nature de la violation.

Le ballon hors-jeu

Un joueur se trouve en dehors du terrain quand il se trouve sur les lignes de touche ou en dehors.

Un ballon se trouve en dehors du terrain quand il touche le sol en dehors du terrain

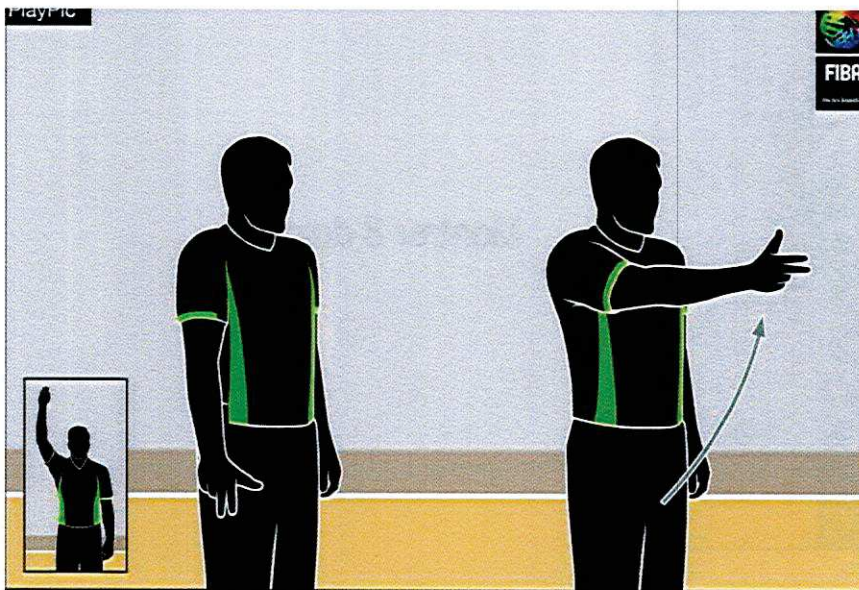


Doigt pointé
parallèlement aux lignes
de touche

Règles de temps : 3 secondes – 5 secondes – 8 secondes – 24 secondes

3 secondes

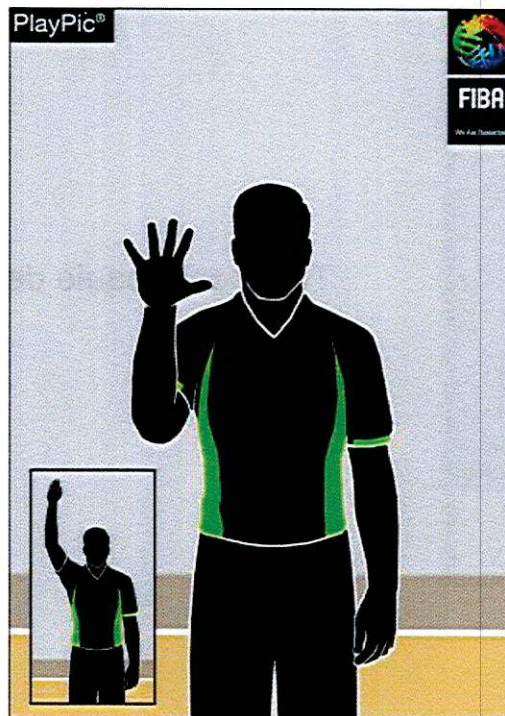
Un joueur ne doit pas rester plus de trois secondes dans la zone restrictive (raquette) sauf si un joueur tire au panier



Bras tendu,
montrer 3 doigts

5 secondes (attention : deux violations possibles)

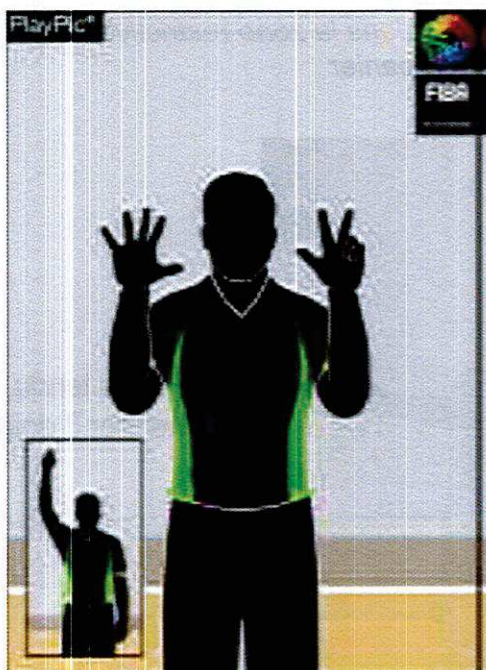
*Une équipe à cinq secondes pour effectuer une remise en jeu.
Un joueur pressé par un ou plusieurs défenseurs à cinq secondes pour faire une passe, dribbler ou tenter un tir.*



Montrer 5 doigts

8 secondes

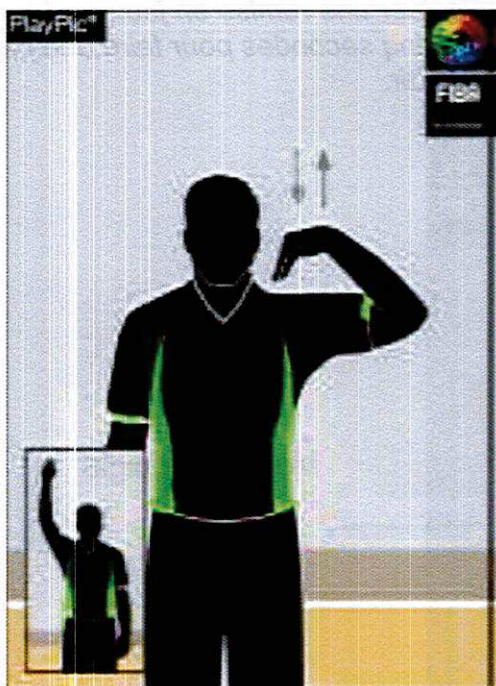
Une équipe à huit secondes pour passer le ballon de la zone arrière à la zone avant



Montrer 8 doigts

24 secondes

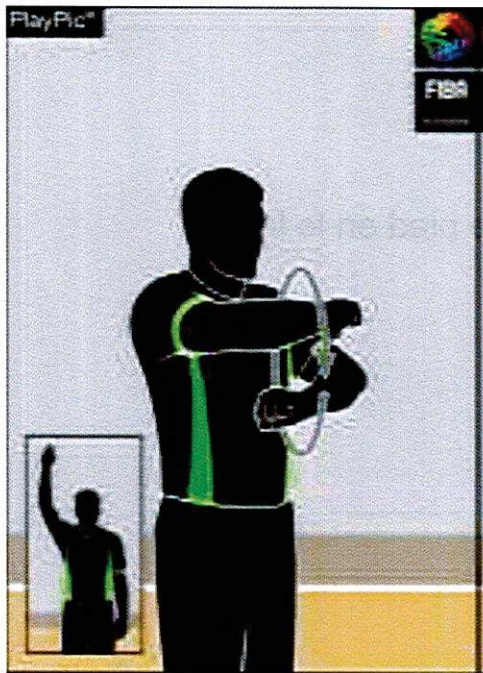
Une équipe à 24 secondes pour tenter un tir (à condition de toucher l'anneau)



Toucher l'épaule des doigts

Le marcher

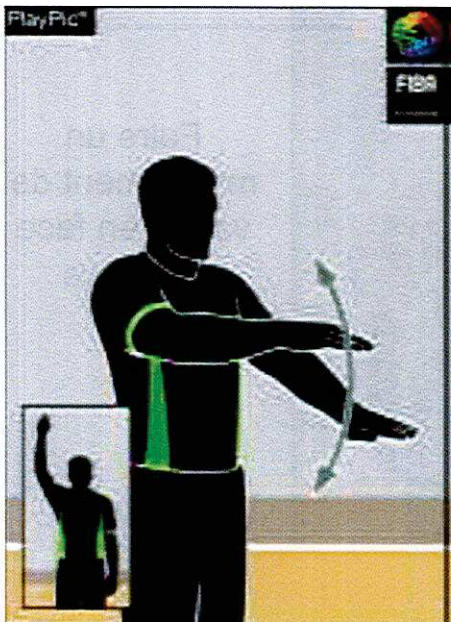
Un joueur ne peut pas courir PLUS DE DEUX PAS sans dribbler ou tirer au panier ou passer



Rotation des poings

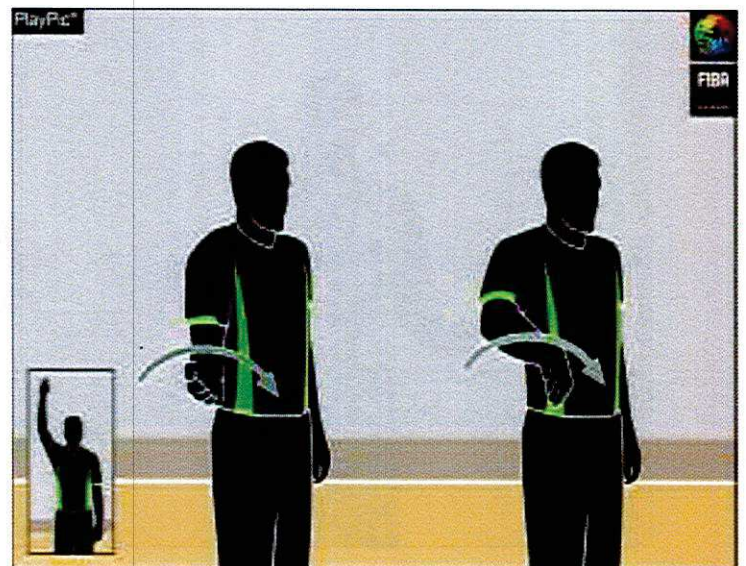
Le dribble irrégulier (attention : 2 violations possibles)

DRIBBLE ILLEGAL
OR
DOUBLE
DRIBBLE



Battement alternatif

PORTER LE BALLON

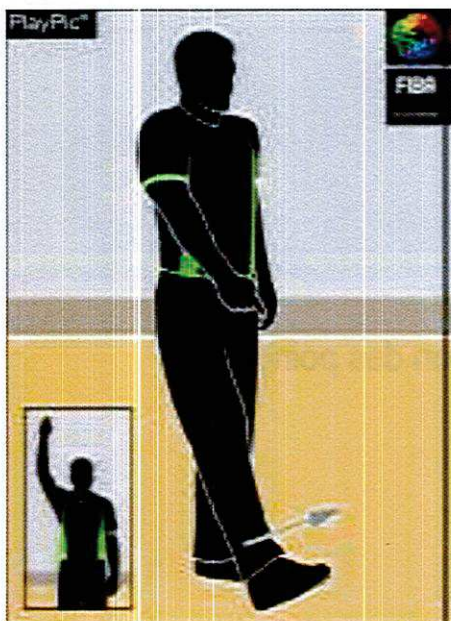


Demi-rotation,
vers l'avant

OU

Le pied (volontaire)

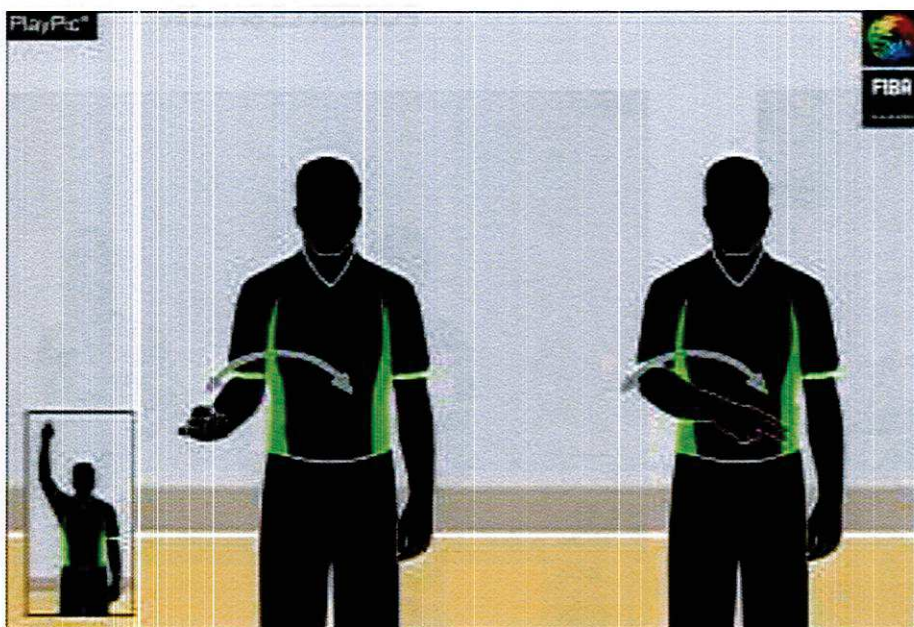
Il est interdit de toucher/frapper le ballon volontairement avec le pied (le pied va au ballon)



Montrer le pied en le levant

Le retour en zone (ou retour en zone arrière)

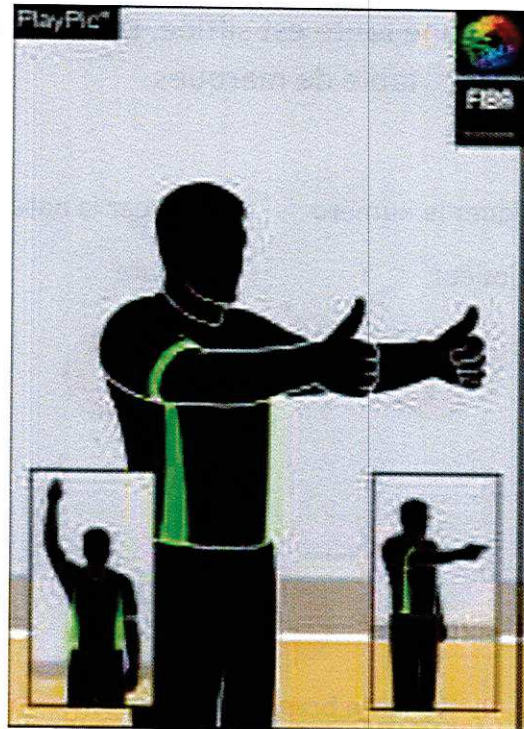
Un joueur d'une équipe qui contrôle le ballon en zone avant ne doit pas le ramener en zone arrière



Faire un mouvement de vague en face du corps

Le ballon tenu (avec possession alternée)

Ballon tenu /
Entre-deux



Pouces levés puis indiquer la
direction en fonction de la flèche
d'alternance

4- Siffler les Fautes

Définition : une faute est une infraction aux règles impliquant un contact personnel illégal avec un adversaire et/ou un comportement antisportif. La faute est notée sur la feuille de marques.

Il existe différents types de fautes, dont les principales sont expliquées ci-dessous.

Pour rappel, il faut siffler et faire la gestuelle de faute avant d'indiquer la nature de la faute.

Il y a 4 gestes à faire quand une faute est sifflée. Les 3 derniers se font face à la table de marques.

Lever le bras
poing fermé



Indiquer le numéro
du joueur



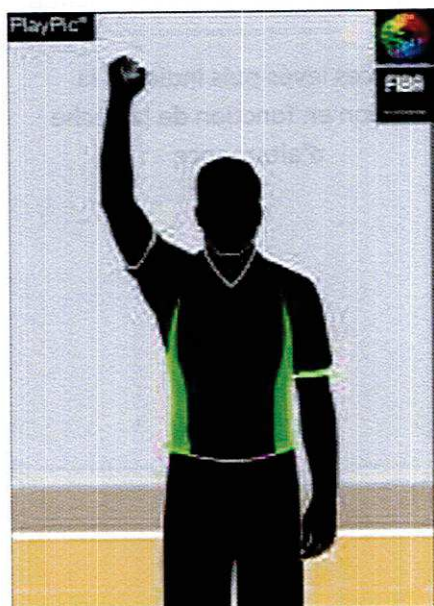
Indiquer la nature de
la faute



Indiquer
la réparation



Lever le bras, poing fermé

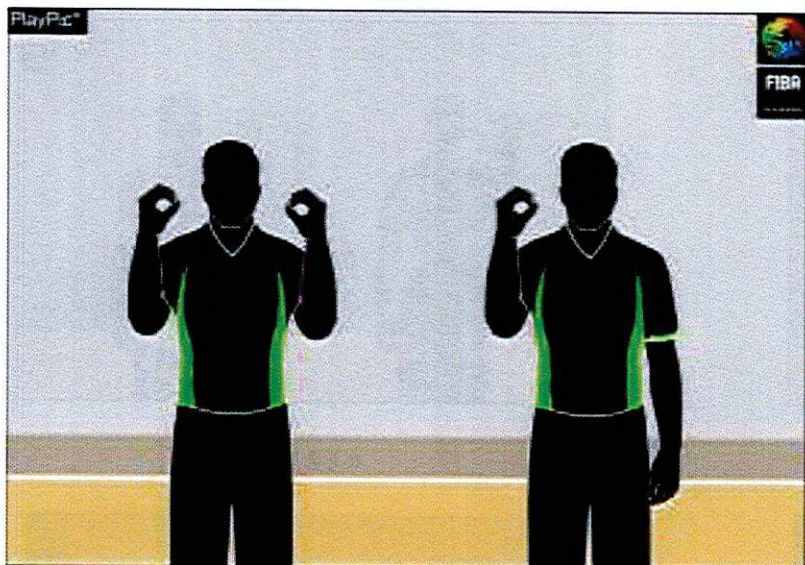


[Gestuelle devant la table de marques]

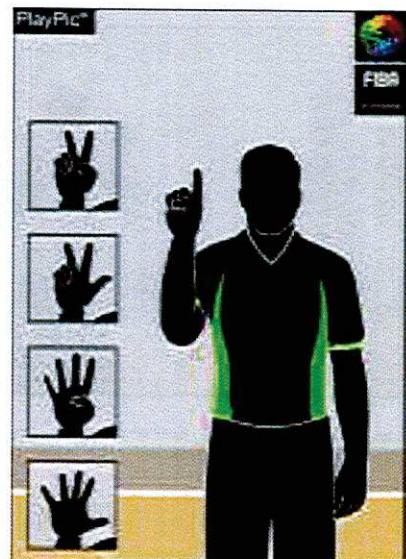
2

Indiquer le numéro du joueur

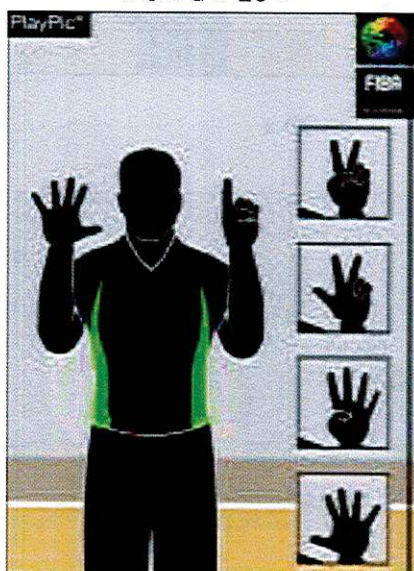
« 00 » et « 0 »



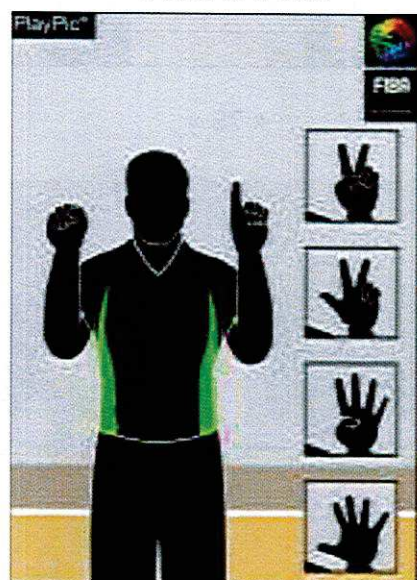
« 1 » à « 5 »



« 6 » à « 10 »



« 11 » à « 15 »

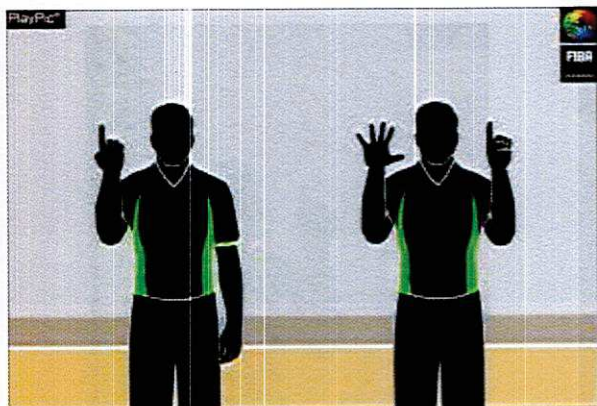


Le poing fermé sert à indiquer la dizaine

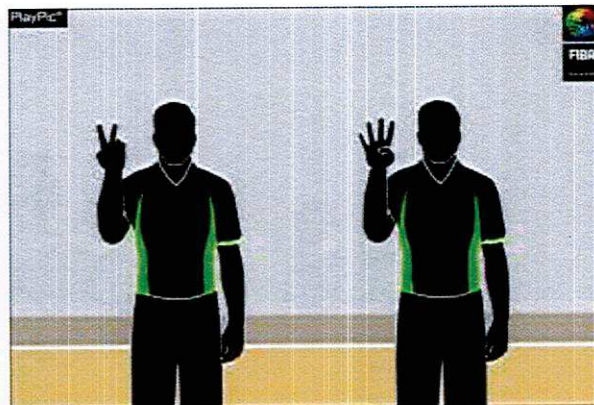
Mais depuis plusieurs saisons, vous avez pu apercevoir des numéros différents ; voici quelques exemples à indiquer à la table de marques

D'abord montrer le chiffre des dizaines avec les mains de dos, puis le chiffre des unités avec les mains de face

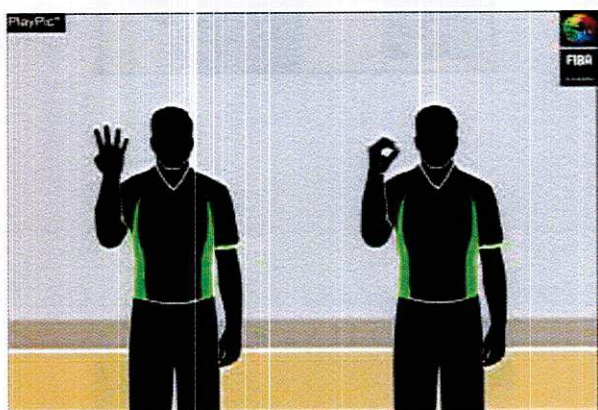
« 16 »



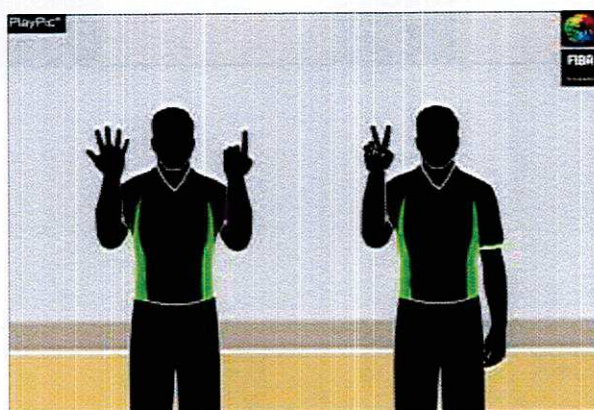
« 24 »



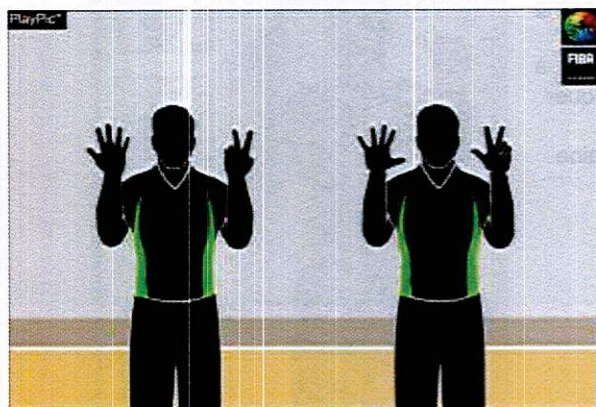
« 40 »



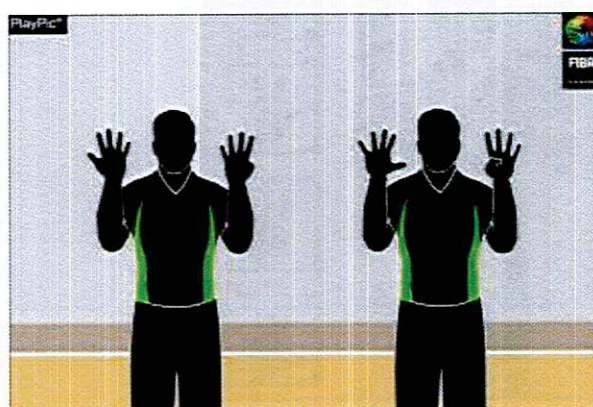
« 62 »



« 78 »



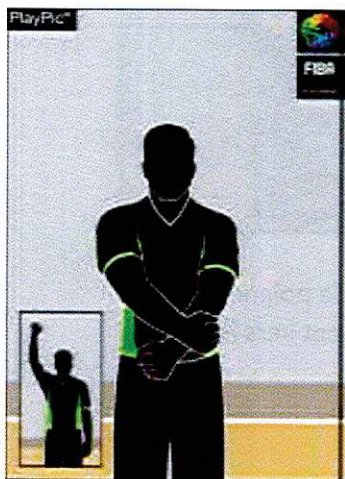
« 99 »



3

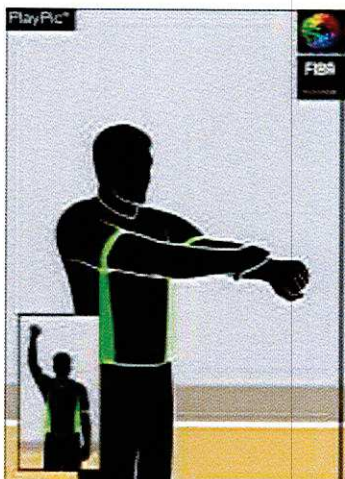
Indiquer le nature de la faute

UTILISATION ILLEGALE:
DES MAINS



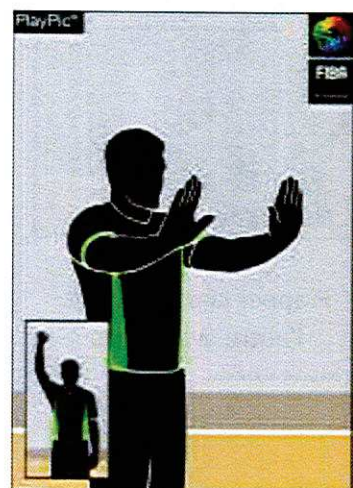
Se frapper le poignet

TENIR



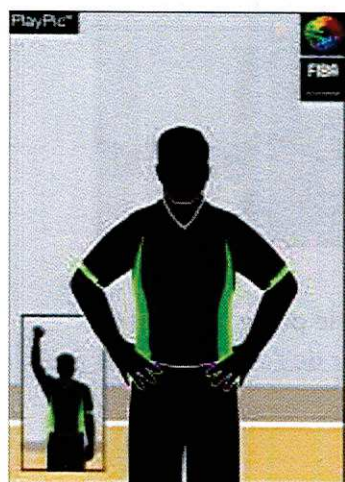
Saisir le poignet

POUSSER OU
CHARGER
SANS
BALLON



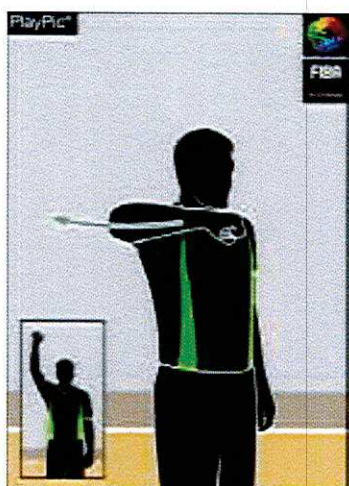
Imiter l'action de pousser

OBSTRUCTION
(attaque ou défense)



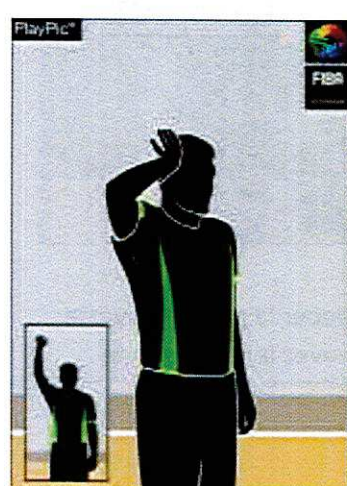
Mains aux hanches

USAGE EXCESSIF
DES COUDES



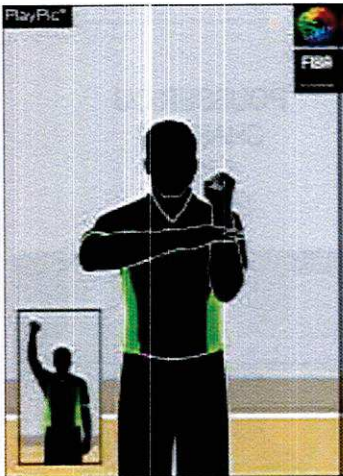
Balancer le coude vers
l'arrière

Frapper à la
tête



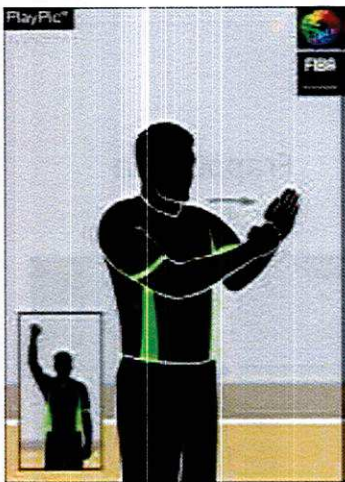
Imiter le contact
à la tête

Faute sur la main



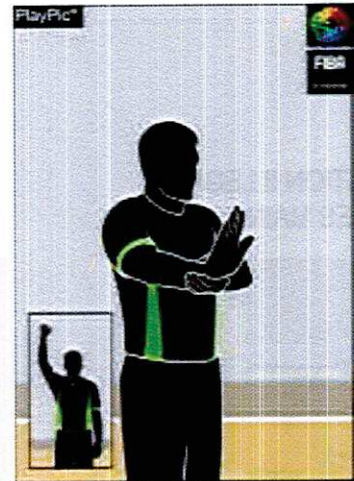
Frapper la paume vers l'autre avant-bras

Charge (avec le ballon)



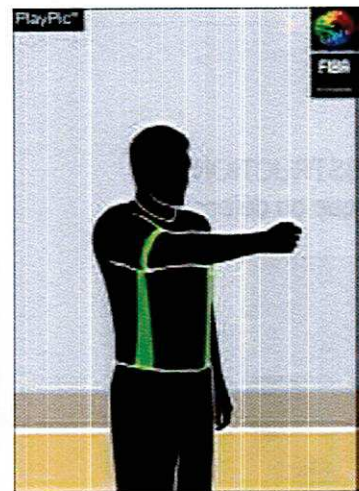
Frapper la paume ouverte avec le poing fermé

Antenne



Attraper le poignet d'un mouvement vers l'avant

Faute de l'équipe qui contrôle le ballon

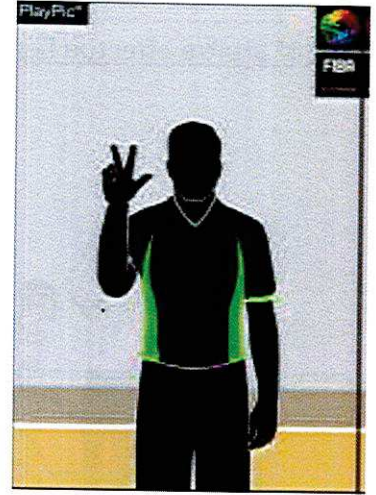
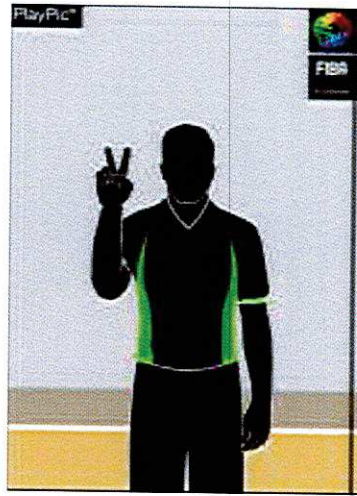
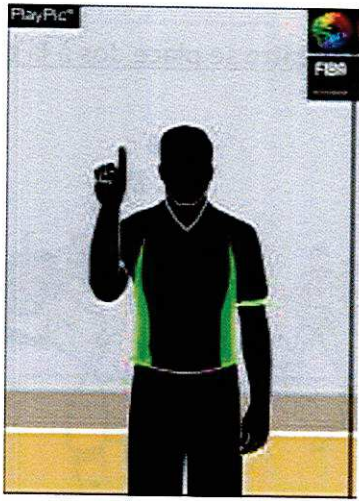


Pointer le poing fermé vers le panier de l'équipe fautive

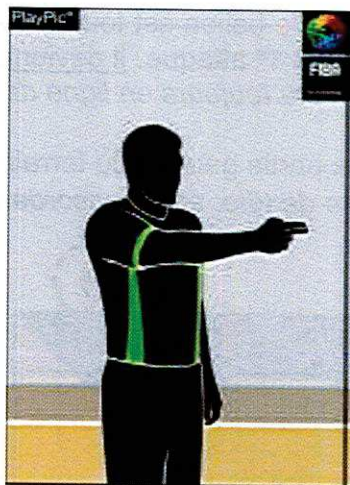
ET

4

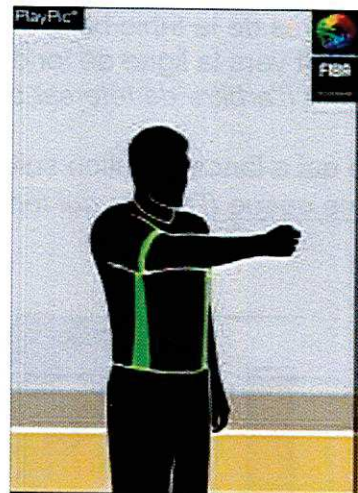
Indiquer la réparation (sanction)



Faute avec Lancer(s)-Franc(s)



Faute sans Lancer(s)-
Franc(s)

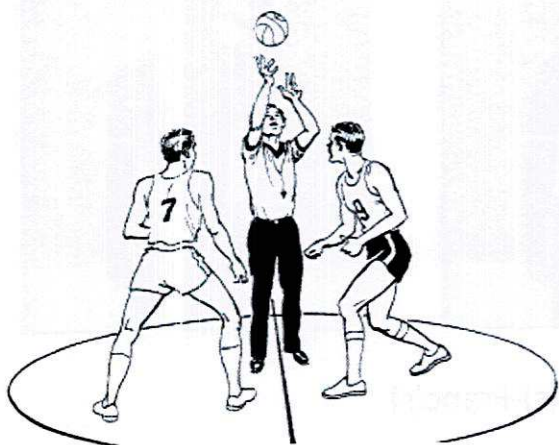


Faute de l'équipe
qui contrôle le
ballon

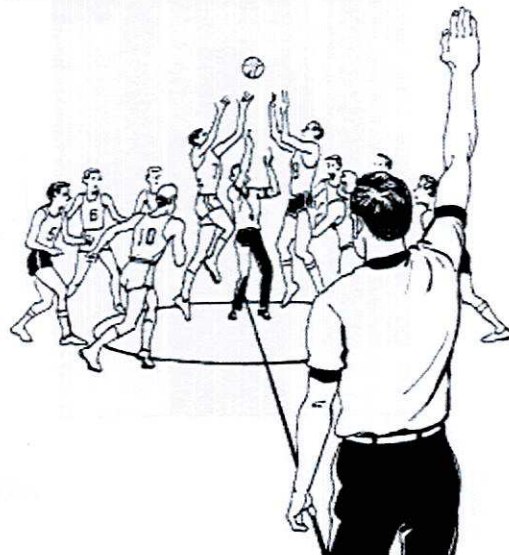
6- Savoir se placer

Au début d'une rencontre, les arbitres doivent se placer de cette façon, afin d'effectuer l'entre-deux de départ :

Le 1^e arbitre effectue l'entre-deux

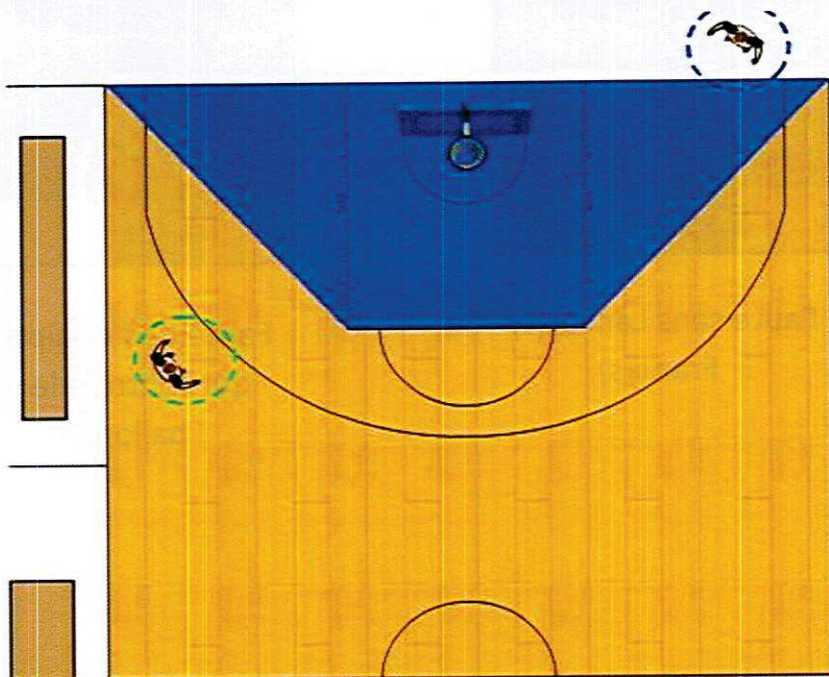


Le 2^e arbitre se place dos à la table



L'arbitre près de la table baisse son bras dès que le ballon est touché par un joueur, puis il court vers la ligne de fond où va avoir lieu la 1^e attaque. Il deviendra arbitre de tête (l'arbitre de tête est celui qui se trouvera toujours en ligne de fond)

L'arbitre qui a lancé le ballon suit l'attaque sur la partie gauche du terrain. Il deviendra arbitre de queue (l'arbitre qui fera face à l'arbitre de tête, et qui accordera les paniers notamment)

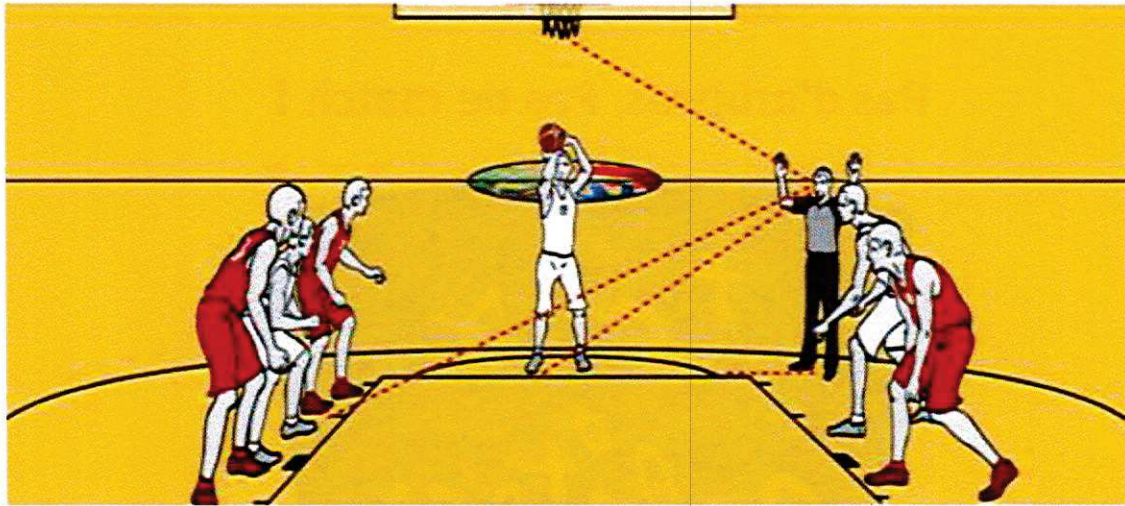


Ainsi, les deux arbitres vont pouvoir être Arbitre de Queue (AK) et Arbitre de tête (AT) selon leur placement de l'attaque précédente

Exemple : AK deviendra AT sur l'autre partie de terrain, et AT deviendra AK. Et ainsi de suite

Pour les lancers francs, c'est l'arbitre de tête qui donnera le ballon au tireur, sans oublier d'indiquer le nombre de lancer-franc restant (1, 2 ou 3).

L'arbitre de queue indiquera par sa gestuelle le nombre de lancer franc restant (image 3)



1 LF

2 LF

3 LF

