

## **FICHE SPORT ULTIMATE**



La fiche sport ULTIMATE a pour objectif des précisions d'organisation:

-Le règlement général ultimate ayant des similitudes avec les 4 activités collectives suivantes : Basketball, Football, Handball, Volley-ball

-le règlement propre à l'activité et relatif au tournoi Ultimate UNSS Maroc

La fiche sport donne un cadre précis mais elle offre par ailleurs des pistes de développement.

Valable sur l'année scolaire 2023-2024, elle pourra être mise à jour au cours de cette période par la commission technique.

# Compétition

## Date et lieu de la compétition :

Mercredi 15 NOVEMBRE 2023 au GSU Balzac Kénitra Maroc.

## Catégorie d'âge 2023/2024

|          |                          |
|----------|--------------------------|
| Benjamin | né(e)s en 2011/2012/2013 |
| Minime   | né(e)s en 2009/2010      |

## Conditions de jeu

|                         |   |
|-------------------------|---|
| Licences                | La liste d'engagement avec numéro de licence UNSS (via OPUSS) à télécharger sur le site internet UNSS Maroc. La liste complète doit être présentée le jour de la compétition, avec les photos des joueurs associées.  |
| Composition des Equipes | <b>Jeu en 4c4 (2G + 2F) – Minimum 6 élèves<br/>– Maximum 8 élèves</b><br>Formules autorisées : (3G+3F) - (3G+4F) - (4G+3F) - (4G+4F)<br>Spécificité d'auto arbitrage en Ultimate  |
| Jeune coach             | Le Jeune Coach est obligatoire mais ne peut être compétiteur.<br>Il officie seul et doit être identifié par un brassard.<br>Le Jeune Coach étant non-joueur : <ul style="list-style-type: none"><li>• Il se rajoute à la composition d'équipe ;</li><li>• Sa participation sera valorisée par un item supplémentaire dans les cas d'égalité.</li></ul> A charge des enseignants d'EPS de former les coachs. |
| Tenue de compétition    | <b>Les concurrents représentent l'AS de leur établissement et doivent en</b>  |

|   |  |
|---|--|
|   | <b>porter les couleurs.</b>  |
| Type de jeu                                       | <b>à 4 contre 4</b>  |
| Nombre de joueurs minimum sur le terrain          | 4 (2F et 2G)   |
| Nombre de joueurs sur la feuille de match         | 8 maximum et 6 dont 3 filles et 3 garçons minimum  |
| Nombre de joueurs minimum sur la feuille de match | 6 dont 3 filles et 3 garçons minimum   |
| Disque  | 175 grammes, blanc   |
| Durée du match                                    | A définir  |
| Mixité  | Parité obligatoire (2 Garçons + 2 Filles)  |
| Règlement   | Règlement simplifié (voir paragraphe suivant)  |
| Formule de compétition                            | Répartition des équipes en plusieurs poules. Championnat au sein des poules. Puis phases finales avec croisement des deux premiers de chaque poule pour demie et finale. Et matches de classement. |
| Fair-Play   | <b>Chaque équipe sera évaluée par ses adversaires tout au long du tournoi, à l'aide de fiches d'observation à renseigner après chaque match.</b>   |
| Protocole obligatoire                             | Il est demandé à chaque responsable de tournoi de tout mettre en œuvre afin de respecter un protocole de début et de fin de rencontre qui assure le fair-play des équipes.                         |

# Règlement Ultimate

## Introduction :

L'ultimate est un sport collectif utilisant un disque volant où deux équipes s'affrontent sur un terrain rectangulaire avec une zone d'en-but à chaque extrémité. Pour marquer un point, il faut, grâce à des passes successives réussir à valider une passe dans la zone d'en-but attaquée.

Le format d'un match d'ultimate est défini par un nombre de points à atteindre et par une durée de jeu.

Le porteur de disque ne peut pas se déplacer mais il peut effectuer une passe dans toutes les directions à n'importe quel coéquipier en effectuant un pied de pivot. Si une passe n'aboutit pas, la possession du disque change et l'équipe adverse peut le prendre pour tenter de marquer. Aucun contact n'est autorisé.

## L'esprit du jeu

**L'ultimate est un sport collectif sans contact et auto arbitré. Tous les joueurs sont responsables du fair-play, de l'application et de l'adhésion aux règles du jeu. Tous les joueurs sont donc, en fait, potentiellement des arbitres**

**Le Fair-play : Etre « fair-play » c'est faire preuve de sportivité, c'est-à-dire d'esprit sportif et compétitif en étant honnête, loyal, maître de soi, respectueux et digne dans la victoire comme dans la défaite.**

C'est un comportement sportif exemplaire et contrôlé qui fait partie de l'Esprit du Jeu en ultimate.

Les joueurs ont tous un rôle d'arbitre, et à ce titre, ils doivent :

- Connaître les règles
- Etre impartial et objectif
- Dire la vérité
- Expliquer leur point de vue clairement et brièvement
- Laisser aux adversaires l'opportunité de parler
- Éviter et résoudre les disputes aussi vite que possible en utilisant un langage respectueux
- Faire des appels d'infractions aux règles d'une manière cohérente au long d'un match
- Appeler un manquement aux règles uniquement si le manquement aux règles est assez significatif pour changer le résultat d'une action.

**La compétition est encouragée mais jamais au détriment du respect mutuel entre joueurs, de l'adhésion aux règles du jeu et du simple plaisir de jouer.**

## Exemples de l'Esprit du jeu

Les actions suivantes sont des exemples de bon Esprit du Jeu :

- Informer un coéquipier si son appel à un manquement aux règles était faux ou inutile.
- Informer son coéquipier s'il a causé un manquement aux règles
- Se rétracter après un appel de manquement aux règles dont on se rend compte qu'il n'était pas nécessaire.
- Complimenter un adversaire pour une belle action ou un bon esprit
- Se présenter à son adversaire.
- Réagir calmement aux désaccords et aux éventuelles provocations
- Savoir demander un avis extérieur lors d'un appel de faute dont je suis responsable.

Les actions suivantes sont contraires à l'Esprit du Jeu et doivent être évitées par tous les participants :

- Le jeu dangereux, les comportements agressifs
- Les infractions aux règles de manière intentionnelle
- La provocation, l'intimidation
- La célébration irrespectueuse ou exagérée d'un point marqué
- L'appel d'infractions aux règles en réponse à l'appel d'un adversaire
- Demander la passe d'un joueur adverse
- Intervenir verbalement sur le jeu lorsque je suis sur la ligne de touche.

## **Précisions concernant l'Esprit du jeu:**

**Il est de la responsabilité de chaque équipe d'enseigner les règles et l'EDJ à leurs joueurs ainsi que de discipliner ceux qui font preuve de mauvais EDJ.**

## Commencer un match

Tirage au sort entre les deux équipes.

Le capitaine qui gagne le tirage au sort a le choix entre :

- Attaquer ou défendre
- Choisir l'en-but à défendre

L'autre capitaine a le choix restant.

## Finir un match

Le match se termine à la fin du temps réglementaire. L'équipe qui aura marqué le plus grand nombre de points aura gagné le match.

## Hors limite

Un disque ou un joueur « hors limites » est « hors jeu ». Un disque ou un joueur « dans les limites » est « en jeu ».

Un disque est considéré comme hors limites lorsqu'il touche l'aire hors du terrain, tout obstacle ou un joueur attaquant qui est hors limites.

Un disque est considéré « hors limites » quand son premier point de contact avec le sol est à l'extérieur des limites du terrain. En conséquence, un disque peut survoler l'extérieur du terrain sans être considéré comme « hors limites ».

Un porteur de disque qui entre en contact avec l'aire de jeu puis en sort est toujours considéré « dans les limites » à condition qu'il revienne établir un point de pivot dans les limites du terrain à l'endroit où il est sorti.

### Marquer un point

Pour que la réception soit validée et le point marqué, le disque doit être contrôlé suivant les critères suivants :

- Dans le cas d'un « catch » aérien, lors de sa réception au sol, le premier point de contact du joueur avec le sol doit être entièrement dans la zone d'en but attaquée.
- Un joueur « catch » (attrape) le disque en montrant qu'il contrôle celui-ci sans rotation.

Si un attaquant et un défenseur attrapent le disque simultanément, l'attaquant conserve la possession.

### Le point de pivot

Le porteur de disque peut lancer dans toutes les directions en effectuant un « point de pivot ». Autrement dit, il peut pivoter sur un appui au sol pour s'orienter dans n'importe quelle direction.

Le porteur doit établir son point de pivot dans les limites de l'aire de jeu.

Lors d'une réception en course ou en l'air, le porteur doit décélérer le plus vite possible sans changer de direction pour établir son point de pivot.

### Temps mort

Seul le coach peut demander un temps mort d'une minute.

Un temps mort par match autorisé lors d'un point marqué ou d'une sortie du frisbee. Le jeu reprend comme il s'est arrêté.

### L'engagement

C'est l'équipe qui a marqué le point qui engage (donc celle qui va défendre).

A chaque point marqué, les deux équipes permutent leur sens d'attaque. La mise en jeu du disque se fait en le lançant en direction de la zone d'en-but adverse depuis sa propre zone d'en-but.

Les joueurs se positionnent ainsi :

- Les attaquants (ceux qui vont recevoir le disque) ont un pied sur la ligne de leur zone d'en-but sans

changer de position

- Les défenseurs (ceux qui engagent) doivent être entièrement dans leur zone d'en-but

Si ces positionnements ne sont pas respectés lors de l'engagement alors l'équipe adverse peut appeler la violation « offside » avant que l'équipe receveuse ne touche le disque. L'engagement doit être refait aussi vite que possible.

L'engagement s'effectue dès qu'un des joueurs attaquants signale (en levant la main) que son équipe est prête en réponse à un signal (main tenant le disque levée) de l'équipe qui va engager.

Aucun joueur de l'équipe défensive ne peut toucher le disque après l'engagement tant qu'il n'a pas été touché par un attaquant ou qu'il n'a pas touché le sol.

### Plusieurs cas de figure

1. Le frisbee doit être joué à l'endroit où il finit sa course. S'il roule et sort des limites. L'équipe engage sur la ligne de sortie à l'endroit où il est sorti.

2. Si lors de l'engagement le frisbee arrive dans la zone d'en-but, il devra être joué à partir de cette zone.

3. Si le frisbee sort des limites en volant, le jeu reprend au niveau de l'endroit où il est sorti.

4. Si un attaquant tente d'attraper le disque en vol lors de la réception de l'engagement et que le disque lui échappe (dans les limites ou hors des limites de l'aire de jeu), l'équipe qui engageait prend alors possession du disque là où il s'est arrêté.

### Le compte « 8 secondes »

Le marqueur débute un compte de 1 à 8. Pour être sûr de respecter les intervalles entre les secondes, il comptera de la façon suivante « 1 crocodile, 2 crocodile... »

Le compte doit être clairement audible par le lanceur.

Le marqueur ne peut compter que lorsque le disque est en jeu et qu'il est à moins de 3 mètres du lanceur.

Si le compte arrive à 8 (premier son audible du mot « huit ») : Avant que le lanceur n'ait lancé : il y a changement de possession.

Tous les appels de manquement aux règles arrêtent le compte.

## Le contact

Tous les joueurs doivent essayer d'éviter le contact avec d'autres joueurs. Il n'y a aucune situation où un joueur peut justifier d'être à l'origine et/ou initiateur du contact. « Faire action de jeu sur le disque » n'est pas une excuse valable pour créer un contact avec d'autres joueurs.

Les joueurs ne doivent pas utiliser leurs bras ou leurs jambes pour entraver le mouvement d'adversaires.

Les contacts accidentels doivent être évités mais ne sont pas considérés comme une faute.

Il est interdit de bloquer intentionnellement ou d'empêcher le déplacement d'un joueur adverse.

Il est interdit de pousser ou de chercher à prendre la position d'un autre joueur sur l'aire de jeu en initiant un contact.

## Changement de possession « turn-over »

Il se produit lorsque :

- Le disque touche le sol alors qu'il n'est pas en possession d'un attaquant.
- Le disque est passé d'un attaquant à un autre sans jamais être complètement lâché (contact simultané).
- Le lanceur touche le disque après l'avoir lancé sans qu'aucun autre joueur ne le touche entre-temps.
- Le disque est attrapé par un défenseur (interception).
- Le disque tombe hors limites.
- Le compte arrive à 8 et le disque n'a pas été lancé.
- Le disque est touché mais non « catché » par l'équipe recevant l'engagement.
- Lors d'une réception, une faute offensive n'est pas contestée.
- Un réceptionneur attaquant entre en contact avec le disque en dehors des limites.
- Un réceptionneur attrape le disque en l'air et retombe hors limites.

Si un « turnover » est contesté, le disque revient au lanceur précédent.

Après un « turnover », n'importe quel joueur de l'équipe récupérant la possession peut prendre le disque et jouer sauf :

- Pour une interception (c'est le joueur qui a intercepté qui a la possession du disque).
- Pour une faute de réception offensive (c'est le joueur qui a subi la faute qui a la possession du disque).

Le lanceur établit son point de pivot là où le turnover a eu lieu.

Lors d'un turnover dans la zone d'en-but attaquée :



- Le lanceur établit son point de pivot au point le plus proche sur la ligne d'en-but.
  - Si le turnover est une interception alors il y a point (« Callahan »).
- Lors d'un turnover dans la zone d'en-but défendue.

## Listes des manquements aux règles

### 1. Les fautes

#### **- Jeu dangereux**

Tout contact considéré comme jeu dangereux doit être considéré comme une faute.

#### **- Fautes offensives de réception**

Lors d'une réception, c'est la faute d'un attaquant sur un défenseur.  
Non contestée, il y a changement de possession.  
Contestée, le disque revient au lanceur.

#### **- Fautes défensives de réception**

Lors d'une réception, c'est la faute d'un défenseur sur un attaquant.  
Non contestée, le disque revient à l'attaquant qui devait l'attraper (à l'endroit de la faute si dans zone centrale ou en-but défendu, sur la ligne d'en-but si dans zone d'en-but attaqué).  
Contestée, le disque revient au lanceur.

#### **- Fautes d'expulsion (pousser)**

Lors d'une réception aérienne, le réceptionneur est « poussé » en l'air puis retombe soit en dehors des limites du terrain, soit dans la zone centrale alors qu'il aurait dû retomber dans la zone d'en-but attaquée.  
Non contestée, le disque revient à l'attaquant qui devait l'attraper (à l'endroit de la faute si dans zone centrale ou en-but défendu, sur la ligne d'en-but si dans zone d'en-but attaquée).  
Contestée, le disque revient au lanceur.

#### **- Fautes d'arrachage**

Un contact cause le fait que le réceptionneur lâche le disque.  
Non-contestée, le disque revient au réceptionneur qui contrôlait le disque avant le contact.  
Ceci est valable pour un catch simultané entre un attaquant et un défenseur.  
Contestée, le disque revient au lanceur.

#### **- Fautes simultanées**

Si des fautes sont appelées simultanément par un attaquant et un défenseur sur la même action, le disque est retourné au lanceur.

#### **- Fautes offensives de lancer**

Lors d'un lancer, c'est la faute de l'attaquant lanceur sur le défenseur marqueur.  
Non contestée, le disque reste en possession de l'attaquant et le compte reprend là où il s'était arrêté.

Contestée, le disque reste en possession de l'attaquant et le compte reprend au maximum à 6.

### **- Fautes défensives de lancer**

Lors d'un lancer, c'est la faute du défenseur marqueur sur l'attaquant lanceur.

Non contestée, le disque reste en possession de l'attaquant et le compte reprend à 1.

Contestée, le disque reste en possession de l'attaquant et le compte reprend au maximum à 4.

## 2. Les infractions

### **- Marcher**

Après avoir attrapé le disque et être retombé dans l'aire de jeu, le porteur doit réduire sa vitesse aussi rapidement que possible, sans changer de direction, jusqu'à ce qu'il ait établi un point de pivot.

Il y a « marcher » quand le porteur de disque :

- Etablit son point à un point incorrect de l'aire de jeu.
- Change de direction lors de sa phase de décélération.
- Ne décélère pas aussi vite que possible.
- Ne maintient pas son pivot établi jusqu'à ce que le disque soit lâché.

Effectue plus de 5 pas avant d'effectuer son pivot.

Attention, il n'y a pas « marcher » quand :

- Un joueur en jeu qui attrape une passe tandis qu'il est en l'air peut faire une passe avant de retoucher le sol.
- Le porteur lance le disque pendant sa phase de décélération et qu'il reste en contact avec l'aire de jeu lors du mouvement du lancer.

### **- Infractions de marquage**

Elles se produisent par le marqueur (défenseur) sur le lanceur (porteur de disque).

Les infractions de marquage sont :

#### ▪ Compte rapide

▪ Chevauchement - c'est lorsque le marqueur : positionne ses 2 pieds de telle manière que la ligne qui rejoint ses deux appuis contient le point de pivot plus un disque.

▪ Distance - c'est lorsque le marqueur : est à une distance inférieure au bras tendu par rapport au torse du lanceur.

#### ▪ Encerclement

#### ▪ Double marquage

C'est lorsque le marqueur : et un autre défenseur sont à moins de 3 mètres du porteur de disque.

#### ▪ Contact

C'est lorsque le marqueur : entre en contact avec le lanceur avant le lancer du disque et hors de l'acte de lancer.

Attention, ces infractions de marquage ne peuvent pas être appelées si elles sont causées seulement par un mouvement du lanceur.

Une infraction de marquage ne peut pas être appelée une fois que le disque est lancé.

Non-contestée, le marqueur doit alors reprendre le compte à 1 et en corrigeant sa position.

Contestée, le jeu s'arrête et les deux joueurs doivent corriger leurs positions et reprendre le jeu.

Le compte reprend alors là où il s'était arrêté et au maximum à 4.

### 3.Les violations

#### ***Pick***

Le « pick » se produit lorsqu'un défenseur est gêné dans son déplacement par un autre joueur.

Non contestée, le jeu s'arrête et le joueur gêné peut se déplacer à la position convenue qu'il aurait occupée si

l'obstruction n'avait pas eu lieu. Si le disque a été lancé, le disque revient au lanceur. Le compte reprend au maximum à 6.

Contestée, le jeu s'arrête et tous les joueurs retournent là où ils étaient au moment de l'appel. Le jeu reprend par un check et le compte reprend au maximum à 4.

#### ***Violations de l'Ethique Du Jeu.***

Une violation de l'EDJ se produit lorsqu'un comportement ou une action d'un ou plusieurs joueurs est contraire à l'EDJ comme il est défini dans ce règlement.

Non contestée, le jeu s'arrête et les joueurs concernés avec leurs capitaines respectifs doivent corriger leurs actions/comportements. Le jeu reprend ensuite dans une situation la plus proche possible de ce qu'elle aurait dû être sans l'influence de cette violation.

Contestée, si les joueurs ne trouvent pas d'accord sur ce qui s'est produit, le disque est retourné à la dernière possession établie.