

Le jeu global

But : - En attaque : envoyer le ballon pour qu'il touche le sol avant d'être rattrapé

- En défense : rattraper le ballon avant qu'il ne touche le sol

CR : gagner la partie en marquant plus de points que les deux autres équipes

Consignes : le jeu démarre au coup de sifflet de l'arbitre

Respecter les règles énoncées au préalable

Organisation : 3 équipes de 4 joueurs sur le terrain (remplaçants autorisés)

Chaque équipe a une couleur de dossards

1 terrain délimité par des plots

1 ballon

1 arbitre ou 2

Règles : **Lancement du ballon**

-les 4 joueurs sont en contact avec le ballon (le frappeur peut prendre de l'élan)

-le ballon est immobilisé par 3 joueurs qui ont un genou à terre

-le frappeur annonce la couleur de l'équipe avant de frapper

-le ballon est frappé avec les mains

-le ballon a une trajectoire vers le haut ou horizontale

-le ballon parcourt au moins 2m50 avant de toucher le sol

-le même joueur ne peut frapper deux fois de suite (sauf cas obstruction volontaire)

Réception du ballon

-le ballon est réceptionné avec n'importe quelle partie du corps

-le ballon peut être transporté ou échangé tant que deux joueurs seulement le touchent

Relations avec les adversaires et le ballon

-le contact avec les adversaires est interdit (si obstruction = lancer à refaire)

-l'équipe non appelée n'a pas le droit de toucher le ballon (obstruction)

Esprit sportif

-les décisions des arbitres sont respectées (pas de contestations, pas d'insultes...)

-les relations avec les adversaires sont respectueuses (pas d'actions anti-jeu, de moqueries, d'insultes...). Le non respect de toutes les règles, y compris celles liées à l'esprit sportif, donne un point aux deux équipes adverses