

RÈGLEMENT 4C4

Une équipe se compose de minimum 4 joueurs et maximum 12 joueurs.

1. Organisation des infrastructures

Les mesures idéales d'un terrain de 4c4 est l'équivalent d'un 3/4 terrain, soit environ 21m sur 15m.

Hauteur de l'anneau: max 2,60 m

Ballon : taille 5, poids 5 (ballons AWBB rouges)

Possibilité de délimiter l'espace avec des cônes si besoin.

Uniquement les lignes extérieures sont d'application (pas de raquettes, pas de ligne médiane, pas de raquette, pas de 3 points, pas de lancer-franc).

2. Timing et organisation de la rencontre

a. Timing

Echauffement soit commun soit en équipe	10 à 15 min.	Organisé par l'entraîneur visité ou en collaboration entre les deux entraîneurs
4 périodes de 4 minutes AVEC ARRÊT CHRONO + pause d'1minute entre chaque période	27 min.	Pas de changement pendant une période de 4 minutes sauf pour un joueur blessé
Pause	5 à 10 min.	Changement de côté Possibilité de faire un jeu de shoot
4 périodes de 4 minutes AVEC ARRÊT CHRONO + pause d'1minute entre chaque période	27 min.	Pas de changement pendant une période de 4 minutes sauf pour un joueur blessé
<i>Jeu de shoot ou jeu de clôture</i>	<i>5 à 10 min.</i>	<i>facultatif</i>
Estimation de la Durée totale :	1h11 à 1h16	Temps MAXIMUM

b. Gestion du temps de jeu

Les entraîneurs composent des oppositions équilibrées sur une trame semblable à celle-ci :

Période	
1	Les joueurs les plus avancés se rencontrent = opposition A
2	Les joueurs les moins avancés se rencontrent = opposition B
3	Opposition A
4	Opposition B
5	Opposition A
6	Opposition B
7	Opposition A
8	Opposition B

c. Résultat de la rencontre

Le décompte des points par période est comptabilisé sur la feuille de match uniquement.

A la fin de chaque période, des points sont attribués (et affichés au marquoir).

Victoire = 3 points, égalité = 2 points, défaite = 1 point.

L'écart maximum sera de 24 - 8 ou 8 - 24.

3. Règles

A. Cinq règles essentielles

- 1) Le « marcher »
 - Je n'ai pas le droit de marcher ni de courir avec le ballon entre les mains.
 - Quand je reçois le ballon, j'ai le droit à « deux appuis » maximum pour le contrôler.
- 2) Le « dribble »
 - Si je veux avancer avec le ballon, je dois dribbler.
 - Je ne peux pas dribbler à deux mains.
 - Lorsque j'arrête de dribbler, je ne peux pas reprendre le dribble.
- 3) Les « agressions »
 - Le contact est interdit entre les joueurs.
 - Je ne peux ni toucher, ni bousculer mon adversaire.
- 4) La « sortie »
 - Le ballon est sorti lorsqu'il touche un élément extérieur au terrain (lignes extérieures).
- 5) Les « remises en jeu »
 - Le ballon est toujours remis en jeu de l'extérieur du terrain soit à l'endroit où la balle est sortie, soit à l'endroit le plus proche d'où l'erreur a été commise, soit derrière la ligne de fond sur panier marqué.
 - L'entraîneur peut effectuer la remise en jeu dans un but formatif si ses joueurs sont en difficulté.

B. Autres adaptations

- 1) Interdiction de garder plus de 3 secondes balle en mains sans action.
- 2) L'entre-deux n'existe pas, le ballon est mis en jeu par une des deux équipes. Ensuite, l'alternance est de rigueur.
- 3) Pas de retour en zone.
- 4) Décompte des points par période comme cité ci-dessus.
- 5) Pas de lancers-francs.

C. Les sanctions

- 1) La sanction doit être pédagogique, expliquée verbalement au joueur.
- 2) Toute erreur par rapport à une de ces règles donne lieu à : donner le ballon à l'équipe adverse par une remise en jeu.
- 3) Pas de fautes techniques ou antisportives. En cas de comportement antisportif, l'arbitre ou les entraîneurs imposera son remplacement.

D. L'arbitrage

- L'arbitrage est assuré par les entraîneurs des deux équipes.
 - Ils veilleront à faire débiter et clôturer la rencontre par une poignée de main entre tous les joueurs concernés.
 - L'arbitrage doit tenir compte de l'enfant : son âge, ses capacités, son niveau technique.
 - S'adapter au niveau du joueur en trouvant toutefois une ligne de conduite dans chaque rencontre.
 - L'arbitrage fait partie intégrante du processus d'apprentissage, cette démarche se doit progressive.
 - Dès le plus jeune âge, il faut habituer l'enfant à comprendre que le jeu implique des règles et que l'arbitre est la personne qui vérifie leur implication. Celle-ci fait partie intégrante du jeu.
-