**SOUTH SHORE INTERSCHOLASTIC ATHLETICS ASSOCIATION**

ELEMENTARY

COACHES

&

CONVENORS'

HANDBOOK

**CREATED JANUARY 1998**

**UPDATED JUNE 2016**

**Foreword**

**In creating the South Shore Interscholastic Athletics Association, Mr. Jim Martin and Mr. John Prince insured its development for the benefit of student athletes by providing for regular school meetings of school administrators, educators, coaches and convenors.**

**Throughout the years, the discussions have brought forth constant improvement and a high level of quality competition which have set a standard for both coaches and athletes.**

**This document was written under the supervision of Mrs. Dorothy Crowe, and compiled by Mr. Robert Lafond with the help of several convenors, in that spirit. It is a reference which is expected to be improved upon by future generations.**

**ELEMENTARY COACHES & CONVENORS' HANDBOOK**

**ADVISORY AND PLAYING UNION MEETINGS …....................................... P. 3**

**GENERAL GUIDELINES FOR CONVENORS …............................................. P. 5**

**END OF SEASON CONVENOR'S REPORT …............................................... P. 6**

**CROSS-COUNTRY ................................................................................... P. 7**

**TOUCH FOOTBALL ….............................................................................. P.9**

**MINI VOLLEYBALL ….............................................................................. P. 12**

**BADMINTON …..................................................................................... P. 15**

**BASKETBALL …...................................................................................... P. 19**

**FITNESS …............................................................................................. P. 21**

**FLOOR HOCKEY …................................................................................. P. 23**

**HANDBALL …........................................................................................ P. 26**

**SOCCER …............….............................................................................. P. 34**

**TRACK & FIELD ….................................................................................. P. 36**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ANNEXES\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Mercy Rule and Tie-Breaker ……………………………………………………………… p. 39**

**Record Sheet – Fitness ……………………………………………………………………... p. 40**

**Track and Field Schedule ………………………………………………………………….. p. 41**

**1. ADVISORY AND PLAYING UNION MEETINGS**

**A. THE SPRING ADVISORY MEETING**

The Spring Advisory is scheduled in June, at the end of the school year. Its purpose is to:

1. review the events of the year (through the convenors' reports).
2. make recommendations for each tournament for the next school year.
3. set a plan for the following year by setting tentative dates and appointing convenors for each tournament.
4. elect a chairperson for the Fall and Winter Playing Union meetings who will represent the coaches and convenors at the Administrators' meeting; including motions for amendments to the S.S.I.A.A. constitution.

**B. THE FALL PLAYING UNION MEETING**

The Fall Playing Union meeting is held at the beginning of the school year. Its purpose is to:

1. review decisions concerning rules and procedures.
2. set definite dates, sites and convenors for each tournament.
3. pre-register teams (refer to pages 3 & 4); although teams have up to 2 weeks prior to the date of the tournament to register for the following tournaments:
   * 1. **Cross-Country** 
        1. girls
        2. boys
     2. **Touch Football**
        1. girls
        2. boys
     3. **Mini Volleyball**
        1. girls
        2. boys
     4. **Badminton**
        1. girls
        2. boys

**Note: refer to LEVELS OF COMPETITION on P. 2.**

**3**

**C. THE WINTER PLAYING UNION MEETING**

The Winter Playing Union meeting is held in January. Its purpose is to:

1. review decisions concerning rules and procedures
2. confirm dates, sites and convenors for each tournament
3. pre-register teams (refer to pages 3 & 4); although teams have up to 2 weeks prior to the date of the tournament to register for the following tournaments:
   * 1. **Basketball**
        1. girls
        2. boys
     2. **Fitness**
        1. girls
        2. boys
     3. **Cosom Hockey**
        1. girls
        2. boys
     4. **Handball**
        1. girls
        2. boys
     5. **Soccer**
        1. girls
        2. boys
     6. **Track & Field**
        1. girls
        2. boys

**D. LEVELS OF COMPETITION**

At the elementary level, a Playing Union may offer three levels of competition:

1. **AA**
2. **A**
3. **B**

Classification will be determined by the S.S.I.A.A. at any of the Advisory and Playing Union meetings. Coaches and convenors may also determine the eligibility of teams for individual tournaments.

**4**

**2. GENERAL GUIDELINES FOR CONVENORS**

**A. At the Fall or Winter Playing Union meeting:**

1. take tentative entries for the tournaments from the coaches present
2. determine the exact entry deadline date approximately 2 weeks before the tournament and communicate the deadline to all the coaches, present or not
3. take care to specify if girls or boys are playing on each of the tournament dates

**B. Responsibilities before the tournament:**

1. reserve a suitable location by contacting the appropriate authorities
2. ensure the field(s) of play are to be lined (where applicable) for the day of the tournament
3. ensure washroom facilities and emergency weather facilities (where applicable) are available
4. if applicable, contact the high school Physical Education teacher who is willing to organize and/or provide referees for the tournaments and notify him/her of the tournament requirements including any final game(s) that may be scheduled at a future date. Cost to be determined by and paid for by the Secretary-Treasurer of the S.S.I.A.A.
5. once all entries are received, make a tournament schedule and set of rules and guidelines (see rules included in Coaches & Convenors' Handbook) to be sent to:
   1. all participating teams
   2. high school referees or their PE teachers
   3. Secretary-Treasurer of the S.S.I.A.A.
6. in the event of bad weather, contact all participating schools and coaches at the earliest possible time and inform them that the scheduled rain day shall be used

**C. Responsibilities during the tournament:**

1. post schedules including one for referees to record the official results of each game immediately following each game
2. verify that referees have a copy of the rules and are familiar with them and provide a red and yellow card to use at his/her discretion (where applicable)
3. handle any disputes or problems that arise during the tournament
4. confirm with the finalist team coaches when and where they are to play the final game(s)
5. ensure the tournament site is kept clean

**D. Responsibilities during the tournament:**

1. complete the CONVENOR'S END OF SEASON REPORT (P. 7 & 8) and email it to the Secretary-Treasurer of the S.S.I.A.A. (including the number of referees and games played)
2. email the results to all participating coaches/schools
3. write letters of thanks to city or school staff and officials who provided facilities and or referees

**5**

**Convenor’s End of Season Report**

**Sport:**

**Level of Competition:**

**Convenor:**

**Participating Schools:**

# **Convenor’s Comments:**

**Correspondence:**

**Results:**

**Recommendations:**

**CROSS-COUNTRY -** Danielle René

**Playing Union Committee**

* This committee consists of the convenor and all coaches for that particular season.
* The convenor shall call one meeting prior to the opening of the season (Fall Playing Union).
* The convenor shall submit an annual report to the S.S.I.A.A. secretary within two (2) weeks of the meet.

**Season**

The Cross-Country Meet will be held during the **last week of September.**

**Classification**

BOYS and GIRLS **Class A = grade 6**

**Class B = grade 5**

**Class C = grade 4**

**Class D = grade 3**

Students are permitted to run in an older grade category. They may not, however run with students in a younger grade category.

**Time**

The meet shall begin in the morning and finish early in the afternoon. The runners and coaches are to be given the opportunity to walk around the course prior to the meet.

**Usual Starting Arrangements**

**A – Girls 10:40**

**A – Boys 10:58**

**B – Girls 11:16**

**B – Boys 11:34**

**C – Girls 11:52**

**C – Boys 12:10**

**D – Girls 12:28**

**D – Boys 12:46**

**7**

**CROSS-COUNTRY -** Danielle René

**Location**

Usually at Mount St-Bruno.

**School Entry**

All official entries must be submitted to the convenor no later than the deadline established at the Fall Advisory. **Total number of athletes per school per race is 7.**

**Governing Rules**

1. A team consists of a maximum of seven (7) runners with the first four (4) to count for points. Ribbons are awarded from 1st to 20th place.
2. Team members should wear colored shirts identifying their school.
3. The winning team shall be the team scoring the least number of points according to the position which the scoring members of the team finish.
4. Points will not be totalled for teams with less than 4 runners. However, the positions of a non-scoring member shall be scored in computing the scores of other teams.
5. Ties:

If two or more competitors tie for any place, the points for the place concerned shall be an equal split of the total points for those placings. In the event of a tie in team points, the team whose last scoring number finished nearest to the first place shall be the wining team.

**Distances:**

As of September 2015, the distance for all races is approximatively 1600 meters.

**8**

**TOUCH FOOTBALL – Sylvain Lemaire**

Le Touch Football est joué avec sept joueurs par équipe sur le terrain. L’équipe qui est en possession du ballon est identifiée comme étant l’équipe offensive et l’équipe qui n’en a pas possession est identifiée comme étant l’équipe défensive.

L’équipe offensive a trois essais pour franchir la distance de 10 verges, conserver la possession du ballon et tenter de marquer des points. Si cette équipe ne franchit pas la distance de 10 verges et un premier essai, le ballon est accordé à l’équipe défensive et celle-ci devient alors l’équipe offensive, et elle obtient à son tour trois essais pour franchir la distance de 10 verges, conserver la possession du ballon et tenter de marquer des points.

**Botté d’envoi**

Pour débuter une partie, une équipe effectuera un botté d’envoi de leur propre ligne de 45 verges, ou si le terrain est non-règlementaire, 10 verges de la ligne du centre. Lors d’un botté d’envoi, tous les joueurs de l’équipe qui reçoit, doivent être à une distance d’au moins 20 verges de distance de la ligne d’où provient le botté d’envoi, au moment du botté. Les joueurs de l’équipe qui effectue le botté d’envoi doivent demeurer derrière la ligne du botté d’envoi jusqu’au moment où le ballon est botté.

L’équipe qui effectue le botté d’envoi est déterminée au préalable par un tirage au sort avant le début de la partie. L’équipe qui gagne le tirage au sort a le choix des différentes options à la première ou la deuxième demie. Les options consistent à soit effectuer un botté d’envoi, de recevoir le botté d’envoi ou de choisir un côté du terrain pour le début de la partie. L’autre équipe aura des choix similaires au début de la deuxième demie.

**Le jeu**

Pour débuter les séries des trois essais, le ballon est placé au sol au point où le dernier joueur fut touché lors du botté d’envoi. La ligne est identifiée comme étant la ligne de mêlée. Tous les joueurs de l’équipe offensive doivent prendre une position derrière la ligne de mêlée. Tous les joueurs de l’équipe défensive doivent prendre une position au moins une verge derrière la ligne de mêlée et ceci du côté opposé. Un joueur identifié comme étant le joueur de centre débutera le jeu en remettant le ballon entre ses jambes au quart-arrière qui lui doit être à une distance minimale de cinq (5) verges de la ligne de mêlée. Tous les joueurs de l’équipe offensive, à l’exception du joueur de centre, peuvent être en mouvement avant la remise en jeu du ballon; par contre ils ne peuvent franchir la ligne de mêlée tant et aussi longtemps que le ballon n’a pas été mis en jeu.

Le jeu comme tel est un jeu essentiellement de passes avec tous les joueurs de l’équipe offensive étant des joueurs éligibles à recevoir une passe. Aucun type de blocage n’est autorisé. Le jeu se termine lorsqu’un joueur de l’équipe défensive a touché le porteur du ballon avec une main. Une touche à deux mains est permise, en autant qu’il n’y a pas de rudesse au niveau de la touche.

**9**

Durant les différents jeux, l’équipe défensive aura un joueur, identifié comme un pourchasseur, qui poursuit le quart-arrière après la remise en jeu du ballon par le joueur de centre. Le pourchasseur a plusieurs règles de jeu qui lui sont particuliers. Ils incluent en autre, être à une distance minimale de cinq verges de la ligne de mêlée au moment où le ballon a été mis en jeu et ne doit pas avoir une position directement opposée au joueur de centre. En retour ces règles garantissent au pourchasseur, un corridor direct sans obstruction au quart-arrière après la mise en jeu du ballon. Aucun joueur offensif ne pourra d’aucune façon ralentir ou obstruer la course du pourchasseur vers le quart-arrière. Les équipes peuvent utiliser plus d’un pourchasseur lors d’un jeu. Tous les joueurs ont droit à un corridor non obstrué au quart-arrière en autant qu’ils respectent les règles citées précédemment. Le premier joueur défensif qui franchit la ligne de mêlée doit avoir commencé sa poursuite d’une distance de cinq verges de la ligne de mêlée.

Des sacs de sables lestés sont utilisés par les officiels pour identifier la ligne de mêlée, la ligne du pourchasseur et la distance de dix verges ou la ligne du premier essai. Les officiels placent les sacs lestés aux endroits appropriés au début de chaque jeu. Un sac lesté d’une couleur différente identifie la ligne du premier essai, pour faciliter son identification partout sur le terrain.

Les équipes ont droit à une passe avant sur chaque jeu. Ils n’ont pas droit à une passe avant lors des bottés d’envoi ou lors des bottés de dégagement. Les équipes pourront effectuer, autant de fois qu’elles le voudront, des passes latérales entre les joueurs d’une même équipe lors des jeux. Une passe latérale est une passe dont le ballon se déplace parallèlement entre deux joueurs, ou vers sa propre ligne de fond des buts. Une passe latérale qui est effectuée et dont le résultat est telle que le ballon était en avant d’un coéquipier n’est pas permise. Cette passe est jugée comme étant une passe avant illégale, ou une passe hors jeu lorsqu’elle sera captée par le coéquipier.

Les échappés du ballon n’existent pas au Touch football. Le ballon est déclaré mort aussitôt qu’il frappe le sol lors des jeux de mêlée, sauf lors de la remise initiale entre le joueur de centre et le quart-arrière, lors d’une passe latérale entre les joueurs offensifs derrière la ligne de mêlée et avant qu’une passe avant soit effectuée. Dans la dernière situation, pour que le ballon soit déclaré en jeu, faut qu’il touche le joueur avant de tomber au sol.

**Marquer des points**

Des points sont accordés pour des touchés, des convertis, des touchés de sûreté et des rouges. Un touché est marqué si l’équipe avance le ballon dans la zone des buts de son adversaire lors d’une course et que le ballon franchit la ligne des buts, ou lorsqu’un joueur obtient la possession du ballon dans la zone des buts suite à une passe complétée par un coéquipier.

Un touché compte pour six points. Suite à un touché, l’équipe qui a marqué, a le choix d’effectuer un converti de un point de la ligne de cinq verges ou d’un converti de deux points de la ligne de dix verges. Tous les convertis doivent être des jeux de courses ou des jeux de passe.

Des bottés de placement ne sont pas permis. Un touché de sûreté est une marque de deux points, et est accordé lorsque le ballon est déclaré mort quand l’équipe en possession du ballon dans sa zone des buts ne peut en sortir. Un rouge est une marque de un point, et est accordé lorsque le ballon est déclaré mort quand l’équipe en possession du ballon dans sa zone des buts ne peut en sortir suite à un botté de dégagement.

**10**

**Procédure de la partie**

Une partie est habituellement divisée en quatre périodes de dix-huit minutes chacune. Le temps est continu durant les périodes sauf lors des temps d’arrêt, et lors de situations particulières dans les trois dernières minutes de la deuxième et quatrième période. Durant les trois dernières minutes de ces périodes, le temps s’arrêtera à des moments particuliers, décrits dans les règles du jeu. A la fin de la première et de la troisième période, les équipes changent de côté de terrain, les essais et la distance à franchir demeurant les mêmes. A la fin de la deuxième période, une période d’arrêt ou de repos est prévue. Sa durée en longueur est déterminée par les équipes, et la troisième période débutera par un botté d’envoi. Chaque équipe a un temps d’arrêt de 60 secondes par demie. Si celui-ci n’est pas utilisé, il ne peut être transféré dans l’autre demie. De plus, un temps d’arrêt de 60 secondes par équipe est aussi prévu, et celui-ci peut être utilisé à n’importe quel moment de la partie.

Les officiels peuvent utiliser des temps d’arrêt pour effectuer un mesurage, pour discuter d’un règlement ou lors de blessures. Une équipe doit avoir un minimum de cinq joueurs sur le terrain au moment prévu pour le début de la partie, pour commencer la partie sinon cette équipe perdra par défaut la partie.

**Botté de dégagement**

Les équipes peuvent effectuer des bottés de dégagement à tous les jeux, mais à ce moment, elles perdent la possession du ballon en le donnant à l’autre équipe. Lors d’un botté de dégagement, les joueurs de l’équipe qui effectue le botté doivent respecter une zone d’immunité de cinq verges lorsque le joueur, qui reçoit le botté de dégagement, touchera au ballon. Un ballon qui touche un joueur de l’équipe, qui effectue un botté de dégagement, entraînera automatiquement une pénalité du non-respect de l’immunité. Un non-respect de l’immunité entraînera une pénalité d’une distance de dix verges. Si le ballon touche le joueur qui reçoit le botté de dégagement et que le ballon va vers l’avant et touche le sol, le jeu sera arrêté et le ballon sera déclaré mort. Si le ballon touche le joueur qui reçoit le botté de dégagement et que le ballon va vers l’arrière du joueur et touche le sol, le ballon est toujours en jeu, mais pour l’équipe receveuse seulement. Si le botté de dégagement est bloqué par l’équipe défensive, le jeu est déclaré mort lorsque le ballon touche le sol, et l’équipe qui n’a pas effectué le botté prend possession du ballon au point où le ballon a été bloqué.

**Informations générales**

Les participants du jeu de Touch Football doivent considérer un point important lors du déroulement de la partie, c’est-à-dire l’aspect sécuritaire de tous les participants. Un jeu agressif doit être contrôlé et tempéré pour éviter des contacts trop sévères et un potentiel de blessures aux joueurs adverses. Tous les joueurs ayant aucune considération pour cet aspect du jeu seront pénalisés pour les contacts rudes qu’ils causeront.

L’éthique sportive, la sécurité et le bien-être des autres joueurs sont des parties intégrales du jeu du Touch Football. Les règlements de Touch Football existent pour l’assurance qu’aucune équipe ne crée un avantage envers l’équipe adverse. Donc, les infractions telles que l’interférence, faute personnelle, contact avec le passeur ou le botteur, obstruction, hors-jeu et conduite anti-sportive seront appelées par les officiels lors d’une partie. Il est impératif que tous les joueurs démontrent de l’esprit sportif durant une partie. Des discussions persistantes entre les intervenants, un langage vulgaire, des menaces à des joueurs, des officiels ou des spectateurs démontrent une attitude disgracieuse et ne seront pas tolérés.

**11**

**Mini- Volleyball –** Luc Roberge

**1. Objectifs :**

1.1. Accumuler plus de points que son adversaire en envoyant le ballon par-dessus le filet pour qu’il tombe à l’intérieur des limites du terrain de l’adversaire ou parce que celui-ci a commis une faute.

**2. Terrains :**

2.1. La dimension de terrain utilisée est celle du badminton en DOUBLE soit 13,40 m X 6,10 m.

2.2. La ligne de service au badminton (1,98 m) délimite la partie avant et arrière du terrain.

2.3. La hauteur du filet est de 2 mètres.

2.4. NE PAS utiliser d’antennes. Les poteaux délimitent la zone de jeu du ballon.

**3. Ballon :**

3.1. Le ballon reconnu par FVBQ pour le 3e cycle est le Mikasa MVA 123SL.

(Un ballon ayant une circonférence variant entre 60-65 cm est accepté)

3.2. Le ballon reconnu par FVBQ pour le 2e cycle est le Mikasa VT1.

3.3. Le ballon reconnu par FVBQ pour le 1er cycle est le Mikasa VT2

**4. Composition des équipes :**

4.1. Format de jeu à 4 contre 4 (voir règle de participation #7.3).

4.2. Le nombre minimum de joueurs est de cinq et le maximum de six.

4.3. Pour le mixte, un minimum de deux filles sur le terrain en tout temps.

**5. Supervision :**

5.1. Chaque équipe doit être encadrée par une personne responsable : parent, entraineur ou autre. Avoir l’autorisation des dirigeants de l’organisation dans le cas d’une personne mineure.

5.2. La personne ressource peut parler aux joueurs lorsque le ballon n’est pas en jeu.

5.3. Les participants ne peuvent pas porter de bijoux (chaine, collier, bracelet, boucle d’oreille, « piercing » au visage, etc.)

**6. Arbitrage :**

6.1. Un arbitre dirige le match en faisant respecter les règles du jeu.

6.2. Il signale le début (service) et la fin (interruption ou faute) de chaque échange.

6.3. Il utilise un sifflet.

**7. Rotation :**

7.1. La rotation des joueurs se fait dans le sens horaire.

7.2. Définir un ordre de rotation de toute l’équipe (incluant les remplaçants) à respecter pendant tout le match.

7.3. La règle de participation est appliquée. Obligatoirement, le nouveau serveur sera le prochain joueur du même sexe dans l’ordre de rotation. Il faut absolument respecter la règle 4.3.

**12**

**8. Pointage :**

8.1. Il y a un point accordé au gagnant de chaque échange : pointage continu.

8.2. Une faute (voir point 12) commise par une équipe donne un point à l’adversaire.

8.3. Une équipe est déclarée gagnante lorsqu’elle a un pointage plus élevé que son adversaire au bout de 18 minutes de jeu ou elle est la première à atteindre 25 points avec un écart de deux points à l’intérieur de ce temps.

**9. Service :**

9.1. Le serveur peut s’exécuter n’importe où derrière la ligne de fond (corridor de fond) sans toucher à la ligne.

9.2. Le serveur contacte le ballon à une main.

9.3. Un serveur peut faire un maximum de 5 services consécutifs. Par la suite, l’équipe au service effectue une rotation et le prochain serveur s’exécute.

9.4. Le serveur peut recommencer son lancer (mais pas son service) si celui-ci est manqué (s'il sert dans les 8 secondes).

9.5. Le serveur est considéré comme un joueur de ligne arrière ne peut pas jouer un ballon au-dessus du filet lorsqu’il se retrouve en zone avant.



|  |  |
| --- | --- |
| Zone de service | Zone de service |

**10. Contacts :**

10.1. Les contacts permis sont la manchette, la touche, l’attaque, le placement à une main, le contre et tout autre contact volontaire ou involontaire avec n’importe quelle partie du corps.

10.2. Une équipe peut envoyer le ballon dans le camp adverse seulement après le troisième contact.

10.3. Le 2e contact **peut** être attrapé à deux mains

10.3.1. Le ballon doit être attrapé et relancé dans un geste continu au niveau de la taille. Si le joueur « jongle » avec le ballon avant de l’attraper, ce n’est pas un geste continu.

10.3.2. Au moment où le ballon quitte les mains du joueur par un « attraper-lancer », celui-ci doit respecter le plan sagittal **\*\***

10.3.3. Un joueur ne peut pas utiliser ses pieds pour se déplacer, pivoter ou changer d’appui lorsqu’il est en possession du ballon

10.3.4. Le ballon attrapé en glissant ou en plongeant doit être relancé avant la stabilisation du corps.

10.4. Le ballon doit toujours être attrapé et relancé à 2 mains. (Sauf en cas de touche)

10.5. Un contre ne compte pas comme un contact. L’équipe qui récupère le ballon a droit à trois (3) contacts.

***\*\* Plan sagittal :*** *Plan vertical orienté dans le sens antéro-postérieur sur la ligne médiane du corps (comme si une énorme vitre traversait le corps de l’arrière vers l’avant en séparant celui-ci par deux parties égales).* Il est parallèle au plan médian.

**11. Jeu au filet :**

11.1. Un joueur ne peut pas toucher au filet avec une partie du corps lors d’une action sur le ballon

11.1.1. Un joueur ne peut pas toucher au filet s’il donne un avantage à son équipe ou met en cause la sécurité des joueurs.

**13**

11.2. Le pied d’un joueur peut toucher à la ligne centrale sous le filet sans la dépasser

11.3. Aucune partie du corps ne peut traverser le plan vertical sous le filet.

11.4. Uniquement lors de l’action du contre, les mains peuvent dépasser le plan vertical au-dessus du filet.

11.5. Le serveur (zone arrière) ne peut pas jouer un ballon au-dessus du filet lorsqu’il se retrouve en zone avant.

**12. Fautes :**

L’équipe commet une faute si :

12.1. Le ballon ne passe pas par-dessus le filet et entre les poteaux.

12.2. Le ballon tombe dans le filet au 3e contact ou à l’extérieur des limites du terrain dans le camp adverse.

12.3. Il y a erreur de rotation des joueurs au service.

12.4. Un joueur utilise une partie du corps autre que les mains pour attraper le ballon.

12.5. Le ballon attrapé est relancé directement dans le camp adverse

12.6. Elle retourne le ballon dans le camp adverse sans avoir fait trois contacts.

**13. Interruption de jeu :**

13.1. Il n’y a pas de point attribué pour une interruption de jeu.

13.2. Chaque équipe a droit à un temps mort de 30 secondes par partie.

13.2.1. Aucun temps mort lors d’une partie chronométrée.

13.3. Si un ballon d’une partie avoisinante entre dans les limites de jeu, l’échange est repris.

13.4. Il y a deux minutes de battement entre les parties

**14**

**BADMINTON – Yves Fournier**

**CATÉGORIES DES ÉQUIPES**

Chaque équipe est composée de 8 joueurs (4 filles et 4 garçons). Aucune restriction d’âge dans les 3 catégories (AA, A et B).

* Simple fille
* Simple garçon
* Double filles
* Double garçons
* Double mixte

Le tournoi est de type ROUND ROBIN. Le classement final pour chaque division est obtenu selon le nombre de parties gagnées pour chaque équipe.

**RÈGLEMENTS EN TOURNOI**

1. **ÉQUIPEMENT**

Volant MAVIS 300. Raquettes de dimension régulière.

1. **TIRAGE AU SORT**

Le tirage au sort s’effectue avant le début de la partie par un des joueurs, en frappant le volant vers le haut avec la raquette. Le gagnant du tirage sera celui qui sera du côté dont le volant pointe vers lui. Il pourra choisir l’une des deux alternatives suivantes;

1. servir ou recevoir en premier.
2. commencer la partie sur l’un ou l’autre des demi-terrains.

**15**

1. **SERVICE**

La partie supérieure de la raquette ne doit pas être plus haute que la taille lorsque la raquette frappe le volant. Le service s’exécute en diagonale et doit tomber dans la zone de service adverse.

**4. POINTAGE**

Le côté qui gagne l’échange marque un point, qu’il ait ou non servi.

Le jeu débute dans la zone de droite au pointage 0-0.

Aussi longtemps que le serveur marque des points, il continue de servi en changeant de zone.

Sinon l’adversaire reprend le service.

Si le score du serveur est pair, il sert à droite.

Si le score est impair, il sert à gauche.

**5. PARTIE**

On joue un match de 15 points. Il n’est pas nécessaire d’avoir une différence de 2 points pour gagner un match.

**6. FAUTES DE SERVICE**

Pour chaque service, si le serveur rate le volant il a une seule chance pour se reprendre. Au deuxième échec c’est un point.

S’il lève un pied lors de l’exécution du service

Si un pied touche les lignes de la zone de service.

La partie supérieure de la raquette ne doit pas être plus haute que la taille lorsque la raquette frappe le volant.

**7. LES FAUTES**

Quand le joueur touche 2 fois de suite le volant.

Quand le volant touche le corps.

Quand un joueur transporte le volant au lieu de le frapper.

Quand le joueur touche le filet avec son corps ou sa raquette.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**16**

Quand le volant touche le plafond.

Quand un joueur fait obstruction à l’adversaire quand il va frapper.

Quand le volant sort des limites de terrain.

Quand il frappe le volant avant qu’il ait dépassé le filet.

Quand son pied dépasse la ligne centrale de jeu située sous le filet.

Quand le joueur tient sa raquette à deux mains pour frapper le volant.

Tout coup (service, renvoi) dirigé vers la surface de jeu de l’adversaire et qui dans sa trajectoire touche le filet avant de tomber dans la zone adverse, est bon.

**RÈGLEMENTS EN DOUBLE**

**QUI FRAPPE LE VOLANT**

En réception de service, seul le joueur placé dans la zone de réception (diagonale du serveur) peut renvoyer. Son partenaire se place où il veut **sans bouger.**

En cours de jeu, n’importe lequel joueur peut frapper le volant.

**-LE POINTAGE**

L’ordre au service est toujours identique :

* Ex : A-B jouent contre C-D
* A sert, puis C, puis B, puis D, puis A, puis C…

Lorsque l’équipe reprend le service, le serveur se place en fonction du score :

* Si le score est pair, il sert à droite;
* Si le score est impair, il sert à gauche.
* Il sert tant que son équipe marque des points, en changeant de côté à chaque fois.
* Lorsque son équipe perd l’échange, il reste dans la zone où il vient de servir et c’est à l’équipe adverse de servir.

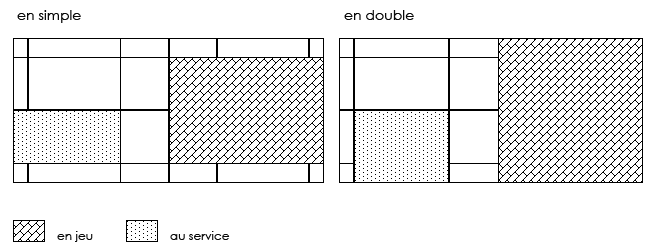
**17**

-**FAUTES SPÉCIFIQUES**

**Double touche** : Le volant frappe la raquette de chaque joueur.

En réception, si le joueur non placé en receveur prend le volant.

Au service, envoyer le volant derrière la ligne de service long de double.

 **TERRAINS EN SIMPLE ET EN DOUBLE**

**18**

**Basketball – Sean Gearey**

Number of players: 5 on the court at a time from each team.

Duration of game: 2 twenty minute halves, with a 5 min halftime.

- can be changed at the referee or convenors discretion depending on time.

Time outs: each team is allowed 1 timeout per half.

Height of the net: The games are played on 10 foot nets, depending on the venue.

**Points For Tournament Purposes: Win= 2pts, Tie = 1pt, Loss = 0pts.**

**General Knowledge**

The game starts with a jump ball at center court.

Baskets are worth 2 points, free throws are worth 1.

After a basket, the team that was scored against inbounds the ball from under the basket, behind the baseline.

After halftime, the teams change ends.

It is MAN TO MAN defense at all times.

**Infractions**

**Out of bounds:** the ball is given to the opposing team where the ball went out of bounds.

**Travelling:** -If the player takes more than 2 steps without dribbling, the ball is given to the opposing team at the closest point out of bounds.

**Double Dribble:** If a player contacts the ball with both hands at the same time while dribbling OR dribbles, stops, continues to dribble, the ball is given to the opposing team at the closest point out of bounds.

**Up and down:** The player jumps and lands with the ball in their hands without ever releasing it, the ball is given to the opposing team at the closest point out of bounds.

**19**

**Jump Ball:** If players from opposing teams catch and hold the ball at the same time, a jump ball is called. The ball is awarded to the team who has the possession arrow, the possession arrow then switches to the other team (it changes throughout the game)

**Kick Ball:** If a player intentionally contacts the ball below the knee, , the ball is given to the opposing team at the closest point out of bounds.

**FOULS**

**Foul:** When there is unnecessary contact, a foul is called on the player responsible, the ball is given to the opposing team at the closest point out of bounds. (pushing, reaching in, tripping, etc)

**Shooting foul:** When there is unnecessary contact on the shooting player, a foul is called on the defending player, the shooting player is rewarded 2 free throws if they missed the shot they were fouled on, or 1 free throw if they made the shot they were fouled on.

**AFTER 5 FOULS A PLAYER IS EJECTED FROM THE GAME.**

**Technical Foul:** If a player displays unsportsmanlike conduct towards anybody, they are given a technical foul. The opposing team is rewarded with 2 free throws AND the ball at the half court line.

**AFTER 2 TECHNICAL FOULS THE PLAYER IS EJECTED FROM THE GAME.**

**SCORING RULES**

**The mercy rule is a point differential of 30.**

There will be no man to man full court press as long as there is a difference of 15 points.

**RULES NOT USED!!!**

10 second rule.

Back court Rule

3 in the key (sometimes the ref will warn a player to get out of the key)

**20**

**FITNESS** **–** Jean-Simon Poirier

1. **Overview of the meet**

The meet is consisted of five events: **Bench hops, speed skipping, standing long jump, shuttle run and push-ups**. Each school can enter a girls’ team and a boys’ team with a maximum of six students in each event. The gym is divided in five stations running simultaneously. Team scores and individual scores are compiled for awards purposes. Participation certificates are given to all the students.

1. **Team Scoring**

In each event, each team’s best five results will be used to calculate the team’s total score. Points are given to the top six teams in the following manner:

10 points – 1st place (Top aggregate score)

7 points – 2nd place

5 points – 3rd place

3 points – 4th place

2 points – 5th place

1 points – 6th place

The team with the highest number of points wins a banner. Two banners are awarded (one for the boys and one for the girls).

1. **Individual Scoring**

Ribbons are given to the top 6 overall individual results in each event.

1. **Events**
2. **Bench Hops**

***Team of six – best of two trials – 30 seconds limit – regular bench of 12.5” high)***

Starting position: participant supports body with two hands grasping the edge of the bench, both feet on one side. On signal, the athlete hops both feet to opposite side of the bench (count 1) hops both feet back (count 2). Only hops made with **both feet** will count.

**21**

1. **Speed Skipping**

***Team of six – best of two trials – 30 seconds limit – Alternating foot jump technique***

Starting position: participant stands with rope behind the feet on the floor. On signal, rope comes over the head and under the feet. Count one for each time rope passes under the foot. Athletes **MUST** alternate the foot used to jump to increase the results.

1. **Standing long Jump**

***Team of six - best of two trials - the use of a standing long jump mat is strongly recommended***

Starting position: Participant stands with feet slightly apart, toes behind the take off line. He swings the arms and pushes forward vigorously with the legs to jump as far as possible. Measure is taken from the take off line to the landing point of the heel, nearest to the take off line. If participant falls or reaches back to mat after landing, measure will be made from the takeoff line to the nearest point of contact.

1. **Shuttle run**

***Team of six – best of two trials – lines 9 meters apart – Course is 4m x 9m - one bean bag on starting line and two bean bags on far line.***

Starting position: Participant begins face down, forehead on starting line and hands on both sides of chest. On signal, the athlete runs to the far line and picks up one bean bag then returns to the start and exchanges bean bags. The participant repeats the first step to exchange with the third bean bag and brings it back to the finish line.

1. **Push-Ups**

***Team of six – One trial – Use Youtube’s “push-up counter” video***

Starting position: The athlete is in the Up position with head, hands and feet in their assigned boxes. The FEET-BACK-HEAD axis is straight. Following the rhythm given by the video, the participant does as much push-ups as possible and has to touch the 4 inches high cube each time in the ‘’down’’ position. The judge gives one warning if one of those criteria is not respected: the form (feet/hips/head axis) is not respected, the rhythm is not followed, a body part is not aligned to the assigned box or if the arms extension is not respected. At the second warning, the result is taken.

**22**

**FLOOR HOCKEY –** Steve Venne

**1 – ÉQUIPEMENT**

1. **Gardien de but**

* Jambière de «street » hockey.
* Masque de gardien de but.
* Bloqueur et mitaine de «street » hockey.
* Plastron de « street »  hockey.
* Jock Strap (optionel)
* Aucun autre équipement n’est permis : épaulette, culotte de hockey, …

1. **Joueur**

* Bâton de hockey DOM – Fiberglass / Plastic.
* Lunette protectrice
* Uniforme de gym
* Aucun autre équipement n’est permis : gants, jambière, protège tibia, . . .

1. **Match**

* Filet de hockey en PVC – MYLEC ou autre.
* Rondelle de feutre 100 % - COSEL (pas de petite cuirette).

**2- DURÉE DES MATCHS**

\* 2 X 20 minutes à temps continu.

\* Pause de 5 minutes entre les périodes

**3 – SUBSTITUTION DES JOUEURS**

Les substitutions de joueurs peuvent être faites à n’importe quel temps durant le match.

**23**

**4 – NOMBRE DE JOUEUR**

* On joue à 4 VS 4, plus 1 gardien.
* Maximum de 13 joueurs par équipe.

**5 – RÈGLEMENTS**

**AUCUN contact physique ne sera toléré** (coup de bâton, coup de coude, double échec, mise en échec)

* Toute infraction à cette règle amènera une punition **mineure de 2 minutes.**
* Un joueur qui commet une 2ème infraction se verra imposer une punition **mineure de 2 minutes et une EXPULSION de la partie.**

1. **BÂTON ÉLEVÉ**

* Le bâton ne doit jamais dépasser la hauteur des HANCHES, et ce en tout temps.
* **Bâton élevé lors d’un lancer, follow through, pas de contact** = Perte de possession
* **Bâton élevé lors d’un lancer, follow through, avec contact =** pénalité mineure de 2 minutes.
* **Bâton élevé sur un but marqué = le but est ACCORDÉ**, mais l’équipe recommence le jeu avec une pénalité mineure de 2 minutes.

1. **FAIRE TRÉBUCHER ou ACCROCHER**

Tout joueur qui avec son corps ou son bâton, fait TRÉBUCHER ou ACCROCHE, un joueur de l’équipe adverse se verra décerner une punition mineure de 2 minutes.

1. **CONDUITE ANTISPORTIVE (VERBALE et/ou PHYSIQUE)**

Un joueur qui commet une infraction à cette règle méritera une punition majeure de 5 minutes et une EXPULSION de partie.

1. **HORS JEU et DÉGAGEMENT**

Il n’y a AUCUN hors jeu ou dégagement dans nos matchs.

**24**

1. **POSSESSION APRÈS UN ARRÊT DU GARDIEN**

Lorsque le gardien arrête la rondelle**, l’équipe du gardien à 3 options :**

**Option 1 : Faire une passe à un coéquipier.**

**Option 2 : Avancer avec la rondelle.**

**Option 3 : Prendre un lancer.**

**L’équipe en DÉFENSIVE** doit se placer à une distance de 3 mètres (une ligne déterminé par le responsable du tournoi), afin de laisser l’équipe à l’offensive débuter son attaque.

Lorsque **l’équipe à l’OFFENSIVE** (possession) décide de bouger avec la rondelle, l’équipe en défensive peut effectuer son échec avant. (forecheck)

1. **TOURNOI – ROUND ROBIN**

On accorde 2 points pour une **victoire**, 1 point pour un **match nul** et 0 point pour **une défaite**.

1. **EN CAS D’ÉGALITÉ LORS DE LA FINALE**

* Nous procéderons à une **FUSILLADE**.
* 5 joueurs de chaque équipe.
* Si l’égalité persiste : une 2ème ronde de fusillade à 3 joueurs.
* S’il y a toujours égalité, une 3ème ronde à 1 joueur.
* Si l’égalité persiste toujours, on RECOMMENCE la procédure de fusillade avec 5 joueurs.

**25**

**HANDBALL – Alicia Galardo**

1. **Préparation d’un tournoi**

**1. Inscription**

Il y aura une pré-inscription à la réunion des entraîneurs tenue en janvier. La période d’inscription proprement dite se termine deux (2) semaines avant le tournoi.

**2. Date du tournoi**

Ce tournoi a lieu vers la 3e semaine du mois d’avril. C’est généralement un tournoi de genre «round robin ». Si le tournoi se déroule simultanément dans 2 écoles différentes, la finale se jouerait la semaine suivante.

**3. Le terrain**

Le terrain est la dimension d'un terrain de basketball. Il faut cependant jouer ce tournoi dans un gymnase où les lignes de surface de but, de 7m et de jet franc sont tracées.

**4. Lieu**

Le tournoi de handball a traditionnellement lieu dans les écoles St. Lawrence à Brossard et Royal Charles à St. Hubert.

**5. Les joueurs**

Sur le terrain, on retrouve six (6) joueurs en même temps, dont un gardien de but. Une équipe se compose généralement de douze (12) joueurs. Les joueurs d'une même équipe doivent tous porter un chandail ou un dossard de la même couleur.

**6. Le but**

Le but mesure à l'intérieur deux (2) mètres de haut et trois (3) mètres de large. Certaines écoles utilisent des buts de soccer intérieur.

**7. Les arbitres**

Le match est dirigé par un seul arbitre, généralement un éducateur physique de notre commission scolaire qui a été libéré pour la journée. Cependant, un entraîneur dont l'équipe ne joue pas assiste l'arbitre en chef surtout au niveau des surfaces de but.

**26**

**8. Le matériel**

Le ballon pour les garçons mesure environ 50cm (``trial no. 1``) et pour les filles environ 47cm (``trial no. 0``). L'essentiel est que les joueurs puissent bien contrôler le ballon avec une seule main. Les équipes doivent apporter leurs ballons.

**B. Règlements**

**ZB:** Zone de buts- réservée au gardien de but

**T:** Ligne de touche

**LB:** Ligne de but

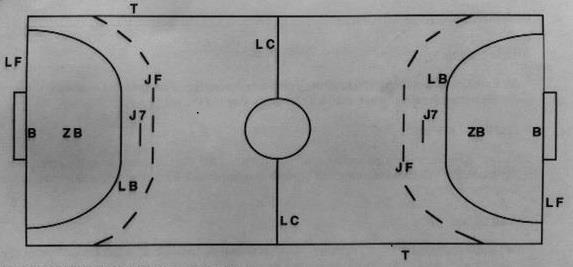
**B:** But

**LF:** Ligne de fond

**LC:** Ligne du centre

**JF :** Ligne de jet franc

**J7 :** Ligne du jet de 7 mètres

****

1. **L`objectif**

L`objectif du jeu est de lancer le ballon dans le but de l`adversaire sans pénétrer dans la zone de but (et sans toucher la ligne de but) dans le ballon en main.

1. **L`engagement**

- L`engagement est exécuté au début du match par l`équipe qui a choisi le ballon suite au tirage au sort.

- Après la pause, l`engagement revient à l`autre équipe.

- Après chaque but, l`engagement est exécuté par l`équipe qui a accordé un but.

- L`engagement est exécuté au centre du terrain dans n`importe quelle direction, dans les trois (3) secondes suivant le coup de sifflet de l`arbitre.

**27**

- Au moment de l`engagement, tous les joueurs doivent se trouver dans leur camp, les joueurs adverses a au moins trois (3) mètres du lanceur.

- S`il y a irrégularité de la part de l`équipe en défense : reprise de l`engagement.

- S`il y a irrégularité de la part de l`équipe en attaque; l`arbitre accordera un jet franc a l`équipe adverse.

**3. Les remplacements**

Les remplacements sont autorisés à participer au match à tout moment en franchissant la ligne de changement de leur camp (centre du terrain) dès que les joueurs à remplacer ont quitté le terrain de jeu.

**4. Le but**

Un but est compté lorsque le ballon tout entier franchit la ligne de but à l`intérieur. Un but peut être compte directement lorsqu`il y a;

* jet d`arbitre,
* jet de 7 mètres,
* jet franc,
* remise au jeu,
* renvoi,
* engagement.

**5. Le maniement du ballon**

**-** Un joueur stationnaire, le ballon dans les mains, peut le tenir jusqu`à trois (3) secondes au maximum.

- Il est permis de lancer, de frapper, de pousser, d`arrêter et de saisir le ballon à l`aide des mains, des bras, de la tête, du tronc, des cuisses et des genoux.

- Le joueur peut passer le ballon d`une main à l`autre.

- Le joueur peut dribbler le ballon. Cependant, le double dribble est interdit.

- Le joueur peut faire trois (3) pas avec le ballon dans les mains. Un pas est fait lorsque :

- les 2 pieds au sol, il lève un pied et le repose ou il déplace un pied,

- un pied au sol, le ballon est attrapé et le joueur repose ensuite l`autre pied,

- en suspension, le ballon est attrapé et qu`après le retour au sol sur 1 pied, il resaute sur le même pied ou qu`il touche le sol avec le second pied,

- en suspension, le ballon est attrapé et qu`après son retour au sol sur les 2 pieds simultanément, il déplace un pied.

- Suite à ses trois (3) pas, le joueur peut lancer au but, faire une passe ou effectuer un dribble.

- Le joueur peut prendre ses trois (3) pas, dribbler et faire à nouveau trois (3) pas.

**28**

**En cas d`irrégularité, c`est à dire :**

- le joueur conserve le ballon plus de trois (3) secondes,

- le joueur se fait une passe à lui-même,

- le joueur se jette sur le ballon arrêté ou qui roule au sol,

- le joueur joue le ballon avec les jambes ou les pieds et en tire avantage,

- le joueur lance volontairement le ballon en touche ou derrière son but,

- le joueur effectue plus de trois (3) pas en possession du ballon,

- le joueur fait rebondir le ballon avec les 2 mains simultanément ou dribble, arrête et dribble de nouveau;

**…l’arbitre accordera un JET FRANC à l`équipe adverse à l`endroit où il y a eu l`irrégularité.**

1. **La conduite envers l`adversaire**

- Un joueur peut enlever le ballon à l`adversaire mais seulement avec la main ouverte.

- Un joueur peut barrer le chemin à l`adversaire avec le corps même s`il n`est pas en possession du ballon.

- Le joueur doit en tout temps respecter l`adversaire, c`est à dire le considérer non pas comme un obstacle à franchir mais plutôt comme un joueur à déjouer.

**En cas d`irrégularité, c`est à dire :**

- un joueur arrache le ballon à l`adversaire avec une ou deux mains ou frappe le ballon que l`adversaire tient entre ses mains,

- un joueur se sert du poing pour enlever le ballon que l`adversaire tient entre ses mains,

- un joueur barre le chemin à l`adversaire ou le gène avec les bras, les mains ou les jambes,

- un joueur retient l`adversaire, le ceinture ou le pousse,

- un joueur se jette contre l`adversaire en courant ou en sautant, lui fait un croc-en-jambe, le frappe ou agit de toute manière dangereuse,

- un joueur utilise un mauvais langage,

- un joueur tente un passage en force,

- un joueur écarte, pousse l`adversaire ou le percute tête baissée,

- un joueur lance le ballon d`une manière dangereuse sur l`adversaire ou porte brusquement le ballon vers lui en une feinte dangereuse;

**…l`arbitre accordera un JET FRANC à l`équipe adverse à l`endroit où il y a eu l`irrégularité.**

- Si le porteur de ballon est victime d`une telle conduite lors d`une occasion manifeste de compter un but, son équipe bénéficiera d`un JET DE 7 MÈTRES.

**29**

- L`arbitre peut disqualifier un joueur si celui-ci fait preuve d`une attitude déloyale et/ou anti sportive. Ce joueur ne pourra plus jouer et son équipe aura une punition d’une (1) minute (1 joueur de moins pendant une minute).

**7. Surface de but**

**1) La surface de but et l`attaquant :**

Un attaquant est autorisé à sauter au-dessus de la surface de but adverse en autant que le ballon ait quitté sa main avant qu`il ait retombé au sol.

L’attaquant doit ressortir de la surface de but le plus rapidement possible, par le trajet le plus court et sans gêner l’adversaire.

**En cas d`irrégularité, c`est à dire :**

- un attaquant empiète sur la surface de but avec le ballon,

- un attaquant pénètre sur la surface de but sans le ballon et en tire un avantage;

**… l’arbitre accordera le ballon au gardien de but à l’équipe adverse.**

**2) La surface de but et le défenseur :**

Après une intervention de défense, la violation de la surface de but n’est pas pénalisée lorsqu’un défenseur y pénètre, à condition qu’aucun préjudice n’en résulte pour l’adversaire.

**En cas d`irrégularité, c`est à dire :**

- le défenseur empiète sur la surface de but après la récupération du ballon,

- le défenseur se trouve sur la surface de but en position défensive,

- le défenseur pénètre sur la surface de but et, de cette manière, l’attaquant en possession du ballon est désavantagé;

**…l’arbitre accordera un JET FRANC (dans les 2 premiers cas) ou un JET DE 7 MÈTRES (dans la 3e cas) à l’équipe adverse.**

**3) La surface de but et le gardien :**

Le gardien peut quitter la surface de but s’il n’est pas en possession du ballon et prendre part au jeu. Il est alors soumis aux mêmes règles que les joueurs de champ.

**En cas d`irrégularité, c`est à dire :**

**30**

- le gardien attire sur la surface de but le ballon arrêté ou roulant au sol à l’extérieur de la surface de but,

- le gardien rentre avec le ballon de la surface de jeu sur sa propre surface de but;

**…l’arbitre accordera un JET DE 7 MÈTRES à l’équipe adverse**

**4) La surface de but et le ballon :**

- Tout ballon qui est en contact avec la surface de but appartient au gardien de but.

- Tous les joueurs peuvent jouer le ballon qui se trouve en l’air, au-dessus de la surface de but.

**8. La remise au jeu (TOUCHE)**

- La remise au jeu est exécutée par l’équipe dont les joueurs n’ont pas touché en dernier lieu le ballon avant qu’il franchisse la ligne de touche ou la ligne de sortie de but, sans coup de sifflet.

- Le lanceur doit garder un pied sur la ligne de touche tant que le ballon n’a pas quitté sa main.

- Les joueurs de l’équipe adverse doivent se tenir à au moins trois (3) mètres du lanceur sauf s’ils se placent à la ligne de la surface de but.

- En cas d’irrégularité de la part de l’équipe en défense, il y a reprise de la remise au jeu.

- En cas d’irrégularité de la part du lanceur, l’arbitre accordera un JET FRANC à l’équipe adverse.

**9. Le renvoi**

- Le renvoi est exécuté lorsque le gardien, sur la surface de but, a touché en dernier le ballon avant qu’il ne franchisse la ligne de but en dehors du but.

- Le renvoi est exécuté, suite à un lancer, par l’équipe en attaque, qui franchit la ligne de but (hors de but) sans avoir été touché par l’équipe en défense.

- Le renvoi est exécuté dans le cas où le ballon, pendant le déroulement du jeu, reste sur la surface de but.

- Le renvoi est exécuté de la surface de but par le gardien, sans coup de sifflet.

En cas d’irrégularité de la part du gardien lors de l’exécution, l’arbitre accordera un JET FRANC à l’équipe adverse à partir de la ligne de jet franc.

**10. Le jet d’arbitre**

**L’arbitre exécute cette remise en jeu lors de trois (3) situations**;

1. lorsque les 2 équipes commettent un irrégularité en même temps,
2. lorsque le ballon touche le plafond, ou un objet au-dessus du terrain,
3. lorsque le jeu est interrompu sans irrégularité et que le ballon n’appartient à aucune équipe.

**31**

**Exécution du jet d’arbitre;**

1. sans sifflet, l’arbitre lance verticalement le ballon en l’air à l’endroit où il y a eu interruption,
2. si l’endroit de l’interruption est situé à l’intérieur de la ligne de jet franc, l’exécution a lieu hors de cette ligne,
3. lors de l’exécution tous les joueurs, sauf un de chaque équipe, doivent se tenir à trois (3) mètres de l’arbitre,
4. les 2 joueurs concernés doivent se tenir des 2 côtés de l’arbitre,
5. les 2 joueurs concernés tentent de frapper le ballon aux joueurs de leurs équipes respectives.

S’il y a irrégularité, l’équipe qui n’est pas en faute bénéficie d’un JET FRANC.

**11. Le jet franc**

- Le jet franc est exécuté **sans coup de sifflet** de l’arbitre à partir de l’endroit où il y a eu irrégularité.

- Si cet endroit est situé entre les lignes de surface de but et de jet franc, le jet franc accordé à l’équipe attaquante est exécuté **à l’endroit le plus proche en dehors de la ligne de jet franc**.

- Dès que celui qui effectue le jet franc est prêt à l’exécuter de l’endroit exact, il ne peut poser le ballon au sol ou le faire bondir.

- Les joueurs de l’équipe attaquante ne doivent pas toucher ou franchir la ligne de jet franc.

- Les joueurs adverses doivent se tenir à au moins trois (3) mètres du lanceur.

En cas d’irrégularité de la part de la part du lanceur ou de la position de ses coéquipiers, l’arbitre corrige la position et siffle l’exécution. Cependant, si cette situation se reproduit, l’équipe adverse bénéficie d’un jet franc.

En cas d’irrégularité de la part de l’équipe en défense, l’arbitre ordonne un autre jet franc.

Un jet franc est ordonné dans les cas suivants ;

* faute envers l’adversaire,
* faute dans le maniement du ballon,
* violation de la ligne de surface de but,
* attitude antisportive,
* changement irrégulier.

**12. Le jet de 7 mètres**

**Le jet de 7 mètres est ordonné dans les cas suivants;**

* conduite irrégulière lors d’une occasion manifeste de marquer un but,
* le gardien rentre avec le ballon de la surface de jeu dans sa surface de but,

**32**

* le défenseur viole sa propre surface de but pour désavantager l’attaquant porteur de ballon
* le joueur fait un passe intentionnelle à son gardien qui est situé dans sa surface de but.

**Le jet de 7 mètres est un lancer au but direct;**

* il doit être exécuté dans les trois (3) secondes suivant le coup de sifflet de l’arbitre,
* le lanceur ne doit ni toucher, ni franchir la ligne de 7 mètres avant que le ballon n’ait quitté sa main,
* le ballon est en jeu après avoir touché le gardien, les montants ou la barre transversale du but,
* aucun autre joueur ne peut être à l’intérieur de la ligne de jet franc, les joueurs adverses doivent se tenir à trois (3) mètres du lanceur.
* En cas d’irrégularité de la part de l’équipe attaquante, il y a perte de la possession du ballon et l’équipe adverse bénéficie d’un JET FRANC.
* En cas d’irrégularité de la part de l’équipe en défense ou du gardien, si le jet de 7 mètres est réussi, le point est accordé. S’il n’est pas réussi, il y a reprise du jet de 7 mètres.

**33**

**SOCCER - Christopher Peissel**

**Equipment**

* Cleats and shoes are permitted (Cleats preferred if possible)
* Shin pads are absolutely mandatory (Any child without shin pads will not be allowed on the playing field)
* Size 4 soccer balls only

**Game time**

* 2 x 20 minute halves (Running time)
* 5 minute halftime
* 5 minute extra time if necessary (In playoffs only)

**Substitution**

Substitutions may only occur during a:

* Throw-in
* Goal kick
* Following an injury (Only the injured player can be substituted)
* Following a goal

**Number of players**

7 v 7 (6 players per side plus 1 Goalie)

**Fouls**

A player shall be sent off the field of play, if in the opinion of the referee, he/she;

* Is guilty of violent conduct or serious foul play
* Uses foul or abusive language
* Persists in misconduct after having received a caution

The referee will stop the game, give a warning to the offending player (yellow card), record his name and inform the coach. Any subsequent infraction will result in an immediate ban from not only the game but the tournament. Any infraction viewed as very serious can result in an immediate red card regardless of whether the offending player has received a yellow.

**Offside**

There are no offsides

**Throw in**

Any ball exiting the playing surface from either side of the field will result in a throw in

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**34**

**Goal Kicks and Corner kicks**

* Any ball exiting the playing surface from the either end of the field will result in a goal kick or corner kick (Type of kick is the result of which team commits the infraction)

Goal kick:

* May be taken by any player of the team
* Must be placed on the lines of the 6 yard box
* No opponent allowed closer than 6 yards from the 6 yard box

Corner kick

* May be taken by any player of the team
* Must be placed directly on the corner of the field
* No opponent may be closer than 6 yards of the player taking the corner

**Free Kicks**

* Opponents may not be closer than 6 yards of a player taking a free kick

**Goal Keeper**

* Goal keeper cannot play the ball with their hands outside the 6 yard box
* No maximum amount of steps for goalie in possession of the soccer ball
* Goalie has 10 seconds to throw or kick the ball after gaining possession
* Any goal kick occurring after the opposing team has put the ball out of bounds must be placed on the lines of the 6 yard box

**Penalty Shots**

* Must be taken from a 10 yard spot directly in front of the midpoint of the goal

**Game Ties: Round Robin**

* Games that end in a tie during the round robin will be recorded as a tie
* If at the end of the round robin two teams have a similar record for wins and loses the team that won the matchup receives the higher seed (Provided the game did not end in a tie)
* If two teams have similar records, and a tie against each other, the team that has the greater goal differential will receive the higher seed
* If three or more teams have similar records the highest seed will be based on greatest goal differential
* If teams are tied and have similar goal differentials a shootout will take place to determine the higher seed

**Game Ties: playoffs**

If a playoff game ends in a tie both teams will play 5 minutes of extra time

Golden goal: If a goal is scored in those 5 minutes the team that scores first wins the game

Any game tied after extra time will go to shootouts to determine the winner

**35**

**Athlétisme – Geneviève Demers**

**Information générale**

**Épreuves pour les classes ‘A’, ‘B’ et ‘C’ :**

* Course de 800 mètres - Saut en longueur
* Course de 150 mètres - Triple saut
* Course de 80 mètres - Saut en hauteur
* Relais 4 X 100 mètres - Lancer de la balle

**Catégories :**

* GARÇONS ‘A’ (ouvert)
* GARÇONS ‘B’ (11 ans et moins au 31 décembre de l’année précédente)
* GARÇONS ‘C’ (10 ans et moins au 31 décembre de l’année précédente)
* FILLES ‘A’ (ouvert)
* FILLES ‘B’ (11 ans et moins au 31 décembre de l’année précédente)
* Filles ‘C’ (10 ans et moins au 31 décembre de l’année précédente)

**Nombre d’inscriptions :** maximum de 2 athlètes par épreuve par école.

**Nombre d’épreuves par athlète :** maximum de 4 épreuves + le relais de sa catégorie,

maximum de 2 courses + le relais de sa catégorie.

**Espadrilles :** les souliers à crampons sont acceptés. La longueur des crampons ne doit pas dépasser 0,5 cm.

**Rubans :** des rubans seront distribués, à la compétition, aux 6 finalistes de chaque épreuve.

**Bannière :** une bannière sera remise à la meilleure équipe de chaque catégorie.

**Points accordés pour chaque épreuve pour l’obtention d’une bannière** : 1ère place : 10 points

2e place : 8 pts

3e place : 6 pts

4e place : 4 pts

5e place : 2 pts

6e place : 1 point

**Supervision de l’équipe :** chaque école doit avoir un minimum de 2 adultes qui supervisent l’équipe

pendant la journée de compétition.

**36**

**Règlements spécifiques aux courses**

**800 mètres**: le départ de la course inclut tous les athlètes de la catégorie.

**150 mètres :** chaque départ est une finale chronométrée ; les 6 meilleurs temps de tous les départs sont

considérés pour le pointage.

**80 mètres**: les finalistes de chaque départ et les 2 ou 3 coureurs avec les meilleurs temps participent à la

finale.

**Identification :** les coureurs doivent porter un dossard (couleur de son école) distinctif et un numéro à

épingler à leur chandail.

**Couloirs :** pour les courses 80 mètres, 150 mètres et le relais 4x 100 mètres ; l’athlète doit demeurer à

l’intérieur de son couloir en tout temps.

**Règlements spécifiques au saut en longueur et au triple saut**

* Chaque athlète a droit à 2 essais.
* Les 6 finalistes (d’une catégorie) ont droit à un 3e essai.
* L’athlète peut placer un pied sur la planche d’appel, à la fin de son élan, mais le pied ne peut dépasser celle-ci.
* En cas d’égalité, l’officiel tiendra compte du 2e meilleur saut.

**Règlements spécifiques au saut en hauteur**

* Les sauts commencent au **STANDARD MINIMUM** pour chaque catégorie ;

Garçons A : 1,00 mètre Filles A : 1,00 mètre

Garçons B : 1,00 mètre Filles B : ,95 mètre

Garçons C : ,95 cm Filles C : 0,90 mètre

* Tous les athlètes ont droit à 2 essais pour chaque hauteur. Un athlète est éliminé après 2 essais ratés sur une hauteur.
* Lorsque tous les athlètes auront effectué 2 sauts sur une hauteur, la barre est levée de 5 cm pour les 5 premières hauteurs, puis de 3 cm pour toutes les hauteurs subséquentes.
* Un athlète qui s’absente, pour une autre épreuve, peut revenir; cependant, il doit sauter à la hauteur de la barre à ce moment – on ne descend pas la barre.
* Un athlète peut opter de ne pas sauter à une certaine hauteur et sauter à une hauteur subséquente.
* Décollage à 1 pied seulement. Un saut à 2 pieds est disqualifié.
* L’athlète a droit à un maximum de 90 secondes pour effectuer son saut.
* Pour briser une égalité ;

1. L’athlète, ayant réussi la dernière hauteur au premier essai, l’emporte.
2. S’il y a encore une égalité, l’athlète ayant le moins de sauts ratés l’emporte.

**37**

**Règlement spécifique au lancer de la balle**

* Chaque athlète a droit à 2 essais.
* Les 6 finalistes ont droit à un 3e essai.
* L’athlète ne doit pas dépasser la ligne limite lors de son lancer – même après le lancer,
* La distance est mesurée entre l’endroit où la balle atterrit et la ligne-limite.
* En cas d’égalité, l’officiel tiendra compte du 2e meilleur lancer.

**Matériel requis** :

* 10 Chronomètres
* 2 râteaux
* 1 ruban à mesurer – triple saut (25m)
* 1 ruban à mesurer – saut en longueur (25m)
* 1 ruban à mesurer – lancer de la balle (100m)
* 1 ruban à mesurer – saut en hauteur (2m)
* 2 standards (supports) pour la barre de saut en hauteur
* 1 barre (fibre de verre)
* 1 matelas de réception pour le saut en hauteur
* 8 bâtons pour la course à relais
* 6 tablettes (clipboards) pour les officiels des stations : saut en longueur, triple saut, saut en hauteur, lancer de la balle, départ des courses et ligne d’arrivée des courses.
* Pistolet de départ et cartouches
* Panneaux d’affichage des résultats des différentes disciplines (garçons et filles)

**Officiels et aides pour chacune des disciplines** :

* 1 officiel pour le saut en longueur et 3 aides (passer le râteau, mesurer, balais…)
* 1 officiel pour le triple saut et 3 aides (passer le râteau, mesurer, balais…)
* 1 officiel pour le saut en hauteur et 2 aides (remettre la barre sur les supports)
* 1 officiel pour le lancer de la balle et 4 aides (renvoyer les balles)
* 1 officiel pour le départ des courses (donne le départ avec le pistolet)
* 1 aide pour le départ des courses (placer les athlètes en ordre de départ)
* 1 officiel pour la ligne d’arrivée des courses (prends les résultats en note)
* 7 aides pour la ligne d’arrivée (juges d’arrivée, chronométreurs, …)
* 1 aide pour ramener les résultats des courses à la table de compilation
* 1 annonceur : 1er, 2e et dernier appel et résultats des épreuves
* 2 officiels-en-chef (table de vérification et de compilation des résultats)
* 2 aides pour mettre les résultats sur les panneaux d’affichage
* 2 personnes pour opérer le système informatique (tabulation des résultats)

**38**

**ANNEXE**

**Mercy Rule / Écart raisonnable**

**Touch Football 28 points**

**Mini Volleyball 10 points**

**Floor hockey 7 points**

**Basketball 30 points**

**Handball 10 points**

**Soccer 6 points**

Le match prend fin dès que cet écart de points (buts) est atteint. On ne comptabilise plus les points à partir de ce moment. Si l’entraîneur de l’équipe perdante désire continuer la partie, celle-ci se déroule sans ajouter de points et sans les afficher.

**Tie-Breaker / Bris d’égalité**

Dans le cas d’une égalité au classement, les équipes seront départagées en respectant les règles suivantes :

* + - 1. Résultat entre les 2 équipes à égalité. **(Ne s’applique pas dans un cas de triple égalité.)**
      2. Le plus haut différentiel entre les buts pour et les buts contres. **(Dans le cas d’une triple égalité, seulement les résultats impliquant les 3 équipes à égalité seront considérés.)**
      3. Le plus de buts (ou points) pour.
      4. Le moins de buts (ou de points) contre.
      5. L’équipe la moins pénalisée.
      6. HOCKEY et SOCCER seulement : TIR DE BARRAGE.

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_39**

**S.S.I.A.A. Fitness Record Sheet**

**School:** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Event : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**BOYS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Name** | **Attempt 1** | **Attempt 2** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**GIRLS**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Name** | **Attempt 1** | **Attempt 2** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

