Règlement : Basketball

Bibliothèque BRK-EPS

Respecter les règles officielles du basketball pour garantir un jeu fluide, équitable et compétitif.

Règles Générales du Jeu

Nombre de Joueurs

Une équipe est composée de 5 joueurs sur le terrain et jusqu'à 7 remplaçants.

Durée du Match

Le match se joue en 4 quart-temps de 10 minutes chacun, avec une mi-temps de 15 minutes.

Début de la Partie

Le match commence par un entre-deux (jump ball) au centre du terrain.

Possession du Ballon

L'équipe en possession du ballon doit tenter de marquer tout en respectant le chronomètre des tirs.

Règles du Déplacement et Dribble

Dribble Obligatoire

Un joueur doit dribbler pour avancer avec le ballon, sauf en cas de passe ou de tir.

Marcher

Un joueur ne peut pas faire plus de deux pas sans dribbler, sous peine de perdre la possession.

Double Dribble

Un joueur ne peut pas reprendre son dribble après l'avoir arrêté, sous peine de faute.

Zone des 3 Secondes

Un joueur ne peut pas rester plus de 3 secondes consécutives dans la raquette adverse sans tenter de tir.

Règles du Tir et du Marquage

Valeur des Points

Un panier vaut 2 points, un tir à 3 points est marqué derrière l'arc, et un lancer franc vaut 1 point.

Temps pour Tirer

L'équipe attaquante a 24 secondes pour tenter un tir.

Rebond Offensif et Défensif

Un joueur peut récupérer le ballon après un tir raté pour garder la possession.

Contre Légal

Un contre est valide tant que le ballon n'a pas atteint son point culminant en trajectoire descendante.

Fautes et Infractions

Faute Personnelle

Un joueur commet une faute s'il touche l'adversaire de manière irrégulière (contact avec les bras, poussée, obstruction).

Faute d'Équipe

Si une équipe dépasse 4 fautes par quart-temps, chaque faute supplémentaire donne droit à des lancers francs.

Faute Antisportive

Une faute intentionnelle ou dangereuse est sanctionnée par deux lancers francs et possession du ballon.

Faute Technique

Tout comportement antisportif (protestation, langage inapproprié) entraîne une faute technique et un lancer franc pour l'adversaire.

Règles de Possession et Temps de Jeu

Remise en Jeu

Après chaque arrêt de jeu, le ballon est remis en jeu depuis la ligne de touche ou de fond.

Retour en Zone

Une équipe ne peut pas repasser le ballon en zone arrière après l'avoir franchie en zone avant.

8 Secondes en Zone Arrière

Une équipe doit franchir la ligne médiane en moins de 8 secondes après la remise en jeu.

14 Secondes après un Rebond Offensif

Si l'équipe attaque après un rebond offensif, l'horloge des tirs est réinitialisée à 14 secondes.

Règles Spécifiques en Prolongation et Compétition

Prolongation

En cas d'égalité, une prolongation de 5 minutes est jouée.

Faute Éliminatoire

Un joueur est exclu après 5 fautes personnelles.

Tir au Buzzer

Un tir déclenché avant le signal final est valide s’il entre dans le panier.

Gestion des Remplacements

Les remplacements ne sont autorisés que pendant les arrêts de jeu.

Infractions et Pénalités

Pas de Dribble avec Deux Mains

Un joueur ne peut pas dribbler avec les deux mains en même temps.

Interdiction de Capter le Ballon au-dessus du Cercle

Il est interdit de toucher le ballon lorsqu'il descend vers le panier (interférence).

Délai de Lancer Franc

Un joueur a 5 secondes pour exécuter son lancer franc.

Sortie de Terrain

Tout ballon sortant des limites du terrain entraîne une remise en jeu pour l’équipe adverse.

Repères pédagogiques à adapter au contexte scolaire, au matériel et aux consignes de sécurité de votre établissement.