




RÈGLES SIMPLIFIÉES DU FOOTBALL GAÉLIQUE

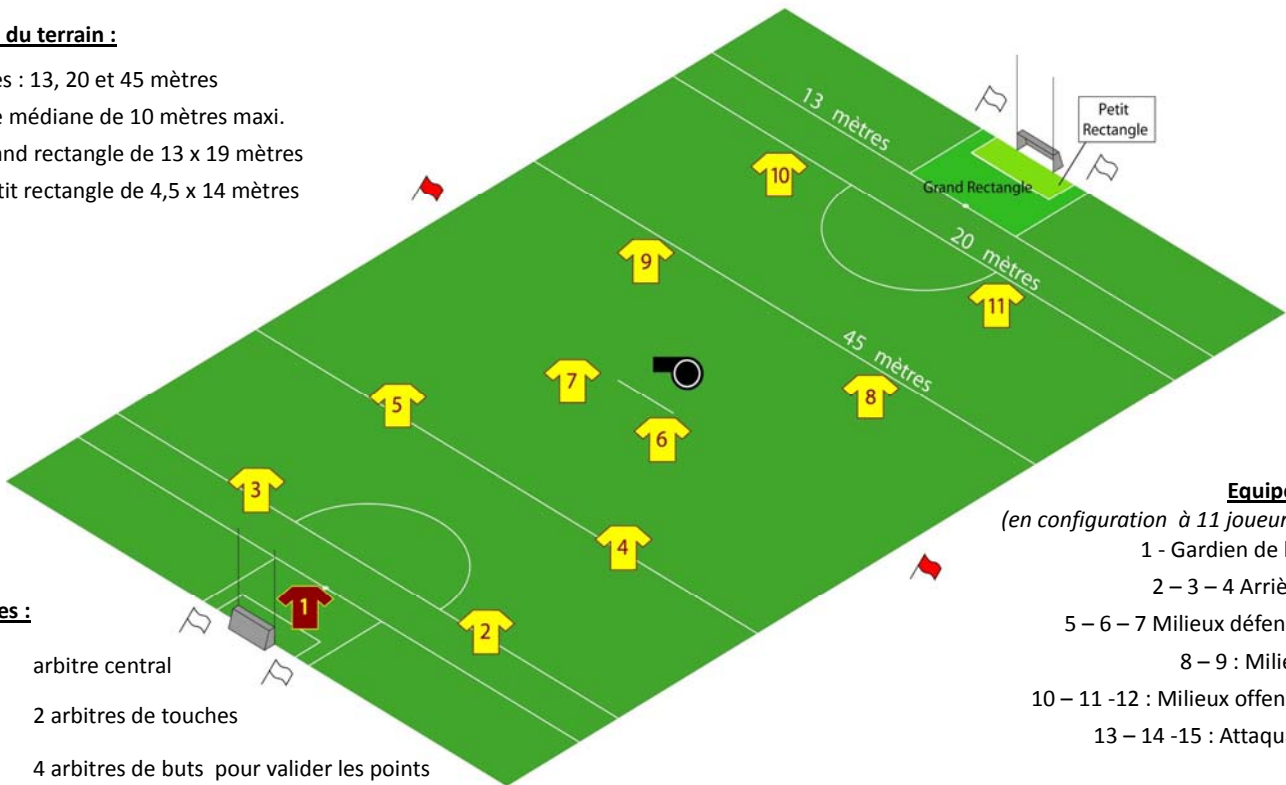
L'ENVIRONNEMENT

Lignes du terrain :

- 3 lignes : 13, 20 et 45 mètres
- 1 ligne médiane de 10 mètres maxi.
- Un grand rectangle de 13 x 19 mètres
- Un petit rectangle de 4,5 x 14 mètres

Arbitres :

-  arbitre central
-  2 arbitres de touches
-  4 arbitres de buts pour valider les points



Equipes :

- (en configuration à 11 joueurs) :
- 1 - Gardien de but
 - 2 – 3 – 4 Arrières
 - 5 – 6 – 7 Milieux défensifs
 - 8 – 9 : Milieux
 - 10 – 11 -12 : Milieux offensifs
 - 13 – 14 -15 : Attaquant

LE JEU

LA CONDUITE DE BALLE

La conduite de balle se fait aussi bien à la main qu'au pied. Lorsque le joueur garde le ballon au sol, en jouant au pied, il peut aller n'importe où sur le terrain sans contraintes. En revanche, quand un joueur porte le ballon à la main, **il ne peut ni effectuer plus de 4 pas, ni rester immobile le temps équivalent à 4 pas**. Il lui est toutefois permis de progresser, ballon en main, en réalisant :



- un « **solo** » ou « **toe-tap** », qui consiste à lâcher le ballon sur son pied, pour effectuer un jongle et le reprendre ainsi dans ses mains. Le joueur peut faire des *solos* à volonté
- un **dribble** à la main et repartir pour quatre pas, mais il est interdit d'effectuer 2 dribbles consécutifs.

LA PRISE DE BALLE AU SOL

Lorsque le ballon est au sol, il est interdit de le ramasser directement avec les mains. Il faut effectuer un « **pick-up** » qui consiste à décoller le ballon du sol avec le pied.

Les **femmes** peuvent ramasser le ballon au sol sans faire de pick-up. Les contacts ainsi que le tackle sont interdits dans le jeu féminin.

Dans son petit rectangle, le **gardien de but** peut aussi récupérer le ballon à terre sans réaliser de pick-up et ne peut pas être chargé par un adversaire

PASSES

Les passes à la main et au pied sont autorisées dans n'importe quelle direction. Cependant, au moment de la passe à la main, le ballon doit être au contact des deux mains, tenu par l'une et frappé par l'autre.

La balle peut être frappée avec la paume de la main ouverte (**hand pass**) pour des passes courtes ou main fermée (**fist pass**) pour des passes plus longues. La passe au pied est ensuite utilisée quand une passe à la main n'est plus assez puissante pour atterrir dans les mains de son coéquipier.

LA DEFENSE

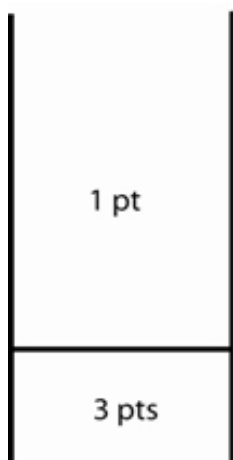
Un défenseur ne peut ni tirer, ni pousser son adversaire et les tackles du pied, ainsi que les plaquages sont interdits. Pour conquérir le ballon, le défenseur a le choix d'utiliser :

- un **tackle**, soit en gênant le porteur de balle dans sa progression par un contact **épaule contre épaule** ou frapper la balle, tenue par l'attaquant, avec la paume de la main ouverte. L'arrachage de la balle des mains de l'adversaire est interdit.
- le **contre**, en plongeant sur le ballon avec les mains lors d'un tir au pied.
- l'**interception** du ballon pendant le solo de l'adversaire, d'une passe aérienne ou au sol.



LANCEMENT DU JEU

L'arbitre démarre la partie en lançant le ballon vers deux joueurs par équipe, situés face à lui, de part et d'autre de la ligne médiane et dans leur zone défensive. Les autres joueurs sont, quant à eux, à leur poste, répartis sur l'ensemble du terrain.



Le but de football gaélique et la marque des points

LA MARQUE DES POINTS

Les points sont marqués dans un but en forme de H similaire au rugby : 1 point est compté pour un tir au-dessus de la barre transversale, 3pts en dessous de celle-ci.

Avec le pied, il est possible de marquer aussi bien à un ou trois points. Avec les mains, seuls le *hand pass* et le *frist pass* sont autorisés pour scorer à 1 point, et le **smash du ballon sur une passe pour les 3 points. Il est interdit d'entrer dans le but avec le ballon dans ses mains.**

REMISES EN JEU

- Après un **but ou un point** : le gardien (ou un autre joueur) renvoie le ballon au sol, à partir de sa ligne des 20 mètres.
- Après une **sortie de but** : le gardien (ou un autre joueur) renvoie le ballon au sol, à l'intérieur du petit rectangle. Au moment de la frappe du ballon, les autres joueurs doivent être au delà de la ligne des 20 mètres.
- Quand un joueur a sorti le ballon derrière sa propre ligne de but, l'équipe adverse joue le ballon au sol sur la ligne des 45 mètres, face à l'endroit de la sortie du ballon.
- La **touche** : lorsqu'un attaquant envoie le ballon au-delà de la ligne de touche, le joueur adverse le remet en jeu, ballon en main puis renvoie au pied, à l'endroit de la sortie du ballon.
- Le **coup-franc** se joue à l'endroit de la faute au pied, en posant le ballon au sol ou balle en main.
- Le **pénalty** est tiré, ballon au sol, au centre de la ligne des 13 mètres.



L'engagement



Ballon de football gaélique

LES FAUTES

Les fautes techniques

- lancer le ballon au lieu de faire la passe réglementaire
- toucher le ballon à terre sans faire le pick-up
- faire 2 dribbles consécutifs
- marcher plus de 4 pas avec le ballon (overcarry)
- rester immobile avec le ballon pendant un temps équivalent aux 4 pas (overhold)
- être à moins de 13 mètres (ou 10 mètres pour le jeu à 11) du ballon avant un coup-franc ou une touche
- arracher la balle tenue dans les mains d'un adversaire
- pour le(s) joueur(s) attaquant(s) : entrer dans le petit rectangle avant le ballon

Sanction : un coup-franc ou un penalty pour l'équipe adverse

Les fautes agressives

- retenir un adversaire
- frapper un adversaire
- réaliser un acte dangereux envers l'adversaire
- percuter un adversaire excepté le contact épaule contre épaule
- s'en prendre à un membre du corps arbitral

Sanction : coup-franc ou penalty + un carton (jaune ou rouge) pour le joueur fautif.

Les fautes disciplinaires

A l'instar du rugby, l'arbitre peut avancer un coup-franc de 13 mètres lorsque sa décision a été contestée par un ou plusieurs joueurs de l'équipe fautive. En cas de contestations récurrentes, l'arbitre peut aussi avertir le joueur d'un carton jaune, voire l'exclure.

Le renvoi des fautes

Après une faute, le jeu redémarre à l'endroit de la faute, par un coup-franc ou par un entre-deux lorsque la faute a été commise par deux joueurs de chaque équipe.

Les règles changent quand un défenseur commet :

- une faute agressive dans son grand rectangle ou n'importe quelle faute dans son petit rectangle : **penalty**.
- une faute technique, dans son grand rectangle et à l'extérieur de son petit rectangle : **coup-franc au centre de la ligne des 13 mètres**.
- une faute à l'extérieur de son grand rectangle, mais à l'intérieur de ses 13 mètres : **coup-franc sur la ligne des 13 mètres, face au lieu de la faute**.