

SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.

IRSEQ®

LAVAL

RÈGLEMENTS SPÉCIFIQUES 2026-2027



MINI-LIGUE PARTICIPATIVE MINI-HOCKEY COSOM



Dernière mise à jour : 31 juillet 2026

Table des matières

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ.....	3
ARTICLE 1 Règlements officiels.....	3
1.1 Règles de jeu.....	3
ARTICLE 2 Identification des catégories.....	3
2.1 Catégories.....	3
ARTICLE 3 Composition de l'équipe.....	3
3.1 Composition.....	3
3.2 Substitutions.....	3
ARTICLE 4 Installations et équipements.....	3
4.1 Installations sportives.....	3
4.2 Équipements.....	4
4.3 Sécurité.....	5
ARTICLE 5 Les parties.....	5
5.1 Formule de la partie.....	5
5.2 Durée de la partie.....	5
5.3 Arbitrage.....	5
5.4 Pointage.....	6
ARTICLE 6 Récompenses.....	6
6.1 Bannières.....	6
FONCTIONNEMENT DU SPORT.....	6
ARTICLE 7 Règlements spécifiques.....	6
7.1 Les positions.....	6
7.2 Mise en jeu.....	6
7.3 Sortie de balle.....	6
7.4 Utilisation de la main.....	7
7.5 Buts.....	7
7.6 Pénalités.....	7

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

ARTICLE 1 Règlements officiels

1.1 Règles de jeu

- 1.1.1 Les règlements officiels sont les règlements spécifiques du RSEQ Laval.
- 1.1.2 Les règlements administratifs de Sports Laval doivent être respectés par tous les établissements participants.

ARTICLE 2 Identification des catégories

2.1 Catégories

2.1.1

Catégories	Niveau scolaire
Moustique	5 ^e et 6 ^e année

- 2.1.2 Le surclassement est permis.

ARTICLE 3 Composition de l'équipe

3.1 Composition

- 3.1.1 Chaque école participante doit avoir une équipe mixte.
- 3.1.2 Chaque équipe doit être composée d'au minimum dix (10) joueurs, soit cinq (5) garçons et cinq (5) filles.

3.2 Substitutions

- 3.2.1 La substitution peut se faire lors d'un arrêt de jeu ou au début de chaque quart.
- 3.2.2 Si le changement se fait en cours de jeu, le joueur sur le terrain doit sortir de la surface de jeu avant l'entrée du joueur substitut afin d'éviter un surplus de joueurs sur le jeu.
- 3.2.3 Le nombre de substitutions est illimité (substitution libre).

ARTICLE 4 Installations et équipements

4.1 Installations sportives

- 4.1.1 La surface de jeu utilisée est celle d'un gymnase en entier, incluant les murs. Des bancs sont installés, couchés au sol, dans deux (2) des coins comme banc des joueurs.

4.1.2 Une surface de but (enceinte) est déterminée par les lignes au sol et est exclusivement réservée au gardien de but.

4.1.3 Les buts doivent être identiques sur le terrain.

4.2 Équipements

4.2.1 Les écoles doivent avoir à leur disposition le matériel suivant :

(a) La balle de hockey cosom officielle est une balle en plastique trouée dans laquelle on insère un tissu ou un sac de plastique.

(b) T-shirt ou un dossard de la même couleur pour chaque joueur.

4.2.2 Les écoles participantes doivent avoir les équipements suivants pour les joueurs :

OBLIGATOIRE	FACULTATIF (Fortement recommandé)	INTERDIT
- Le port de lunettes protectrices sur le jeu <u>ET</u> sur le banc ; - Les bâtons doivent être faits uniquement de plastique (incluant la palette) (ex : bâtons DOM).	- Les jambières ou les protège-tibias de soccer ; - Les gants de ballon-balai ou les gants de hockey sur glace ; - Le protecteur buccal - Le port d'un casque avec une visière peut être accepté pour les joueurs à l'avant.	- La palette du bâton ne peut pas être recouverte de ruban adhésif ; - Les bâtons en bois, en composite et les bâtons DOM Élite ne sont pas acceptés.

4.2.3 Les écoles participantes doivent avoir les équipements suivants pour le gardien de but :

OBLIGATOIRE	FACULTATIF (Fortement recommandé)	INTERDIT
- Le port d'un casque avec une grille protectrice ; - Le plastron ; - Les jambières de gardien de but ; - La mitaine et le bloqueur ; - Le bâton de gardien doit être fait uniquement de plastique (incluant la palette).	Les protège-cuisses	- Les épaulettes ou tout autre plastron couvrant le dos (plastron de hockey sur glace) ; - Les jambières de hockey sur glace ; - Les protège-coudes ; - Toute protection au niveau des épaules et des bras procurant un avantage déloyal ; - Tout chandail de grandeur

		disproportionnée et procurant un avantage déloyal.
--	--	--

- 4.2.4 Les entraîneurs doivent procéder systématiquement à la vérification de l'équipement des joueurs et du gardien de but de son équipe avant chaque partie.

4.3 Sécurité

- 4.3.1 Avant chacune des parties, l'entraîneur doit s'assurer qu'aucun de ces joueurs ne porte de bijoux (chaîne, bracelet, boucle d'oreille, « piercing » au visage, etc.)

ARTICLE 5 Les parties

5.1 Formule de la partie

- 5.1.1 La formule de la mini-ligue est déterminée en fonction du nombre d'écoles inscrites.
- 5.1.2 Les parties se jouent avec quatre (4) joueurs et un (1) gardien de but sur le terrain.
- 5.1.3 Le 1^e et 3^e quart sont réservés pour l'équipe des filles et le 2^e et 4^e quart sont réservés pour l'équipe des garçons.
- 5.1.4 Le hockey cosom est de type sans contact. Les joueurs doivent jouer la balle et aucun contact avec l'adversaire ne sera toléré.

5.2 Durée de la partie

- 5.2.1 La partie est composée de quatre (4) quarts de jeu de six (6) minutes en temps continu. Une pause de deux (2) minutes est prévue à la demie.
- 5.2.2 Un (1) temps mort d'une (1) minute est accordé à chaque équipe par partie. Il peut être appelé en tout temps durant la partie.
- 5.2.3 Il n'y a pas de période de prolongation. En cas d'égalité, le résultat de la partie sera nul.

5.3 Arbitrage

- 5.3.1 Les parties seront sous forme d'auto-arbitrage. L'entraîneur de la 3^e école présente, celle qui ne prend pas part à la partie, arbitrera cette partie.
- 5.3.2 Tous les quarts doivent commencer par une mise en jeu au centre du terrain. Celles-ci seront alternées entre les équipes pour chaque quart.

5.4 Pointage

- 5.4.1 Chaque but vaut un (1) point.
- 5.4.2 Le résultat de la partie sera le cumulatif des points récoltés lors des quatre (4) quart.

ARTICLE 6 Récompenses

6.1 Bannières

- 6.1.1 Chaque école participante reçoit une bannière de participation.

FONCTIONNEMENT DU SPORT

ARTICLE 7 Règlements spécifiques

7.1 Les positions

- 7.1.1 Le gardien de but peut utiliser ses mains pour immobiliser la balle. L'équipe a cinq (5) secondes pour repartir le jeu derrière la ligne de but, sans quoi, l'arbitre signalera l'arrêt de jeu. Si l'arbitre signale un arrêt de jeu, l'équipe adverse repartira le jeu sur le côté du terrain.
- 7.1.2 Il est interdit au gardien de but de lancer la balle avec ses mains.
- 7.1.3 Il est interdit au gardien de but de quitter sa surface de but.

7.2 Mise en jeu

- 7.2.1 Une mise en jeu au centre du terrain aura lieu aux moments suivants :
 - (a) Au début de chaque quart ;
 - (b) Après chaque but.

7.3 Sortie de balle

- 7.3.1 La responsabilité de la sortie de balle est attribuée à la dernière équipe ayant touché la balle lorsqu'elle quitte la surface de jeu. La possession de la balle va alors à l'équipe adverse près de l'endroit où la balle a quitté la surface de jeu.
- 7.3.2 Si la balle touche le gardien de but avant de quitter la surface de jeu, la possession de la balle va alors à l'équipe adverse près de l'endroit où la balle a quitté la surface de jeu.
- 7.3.3 Si la balle est immobilisée par le gardien de but, la possession de la balle va à son équipe. Un joueur de son équipe reprend alors la balle derrière la ligne de but.

- 7.3.4 Lors de la reprise de possession de la balle, au coup de sifflet de l'arbitre, le joueur dispose de cinq (5) secondes sans que l'adversaire ne puisse se diriger vers lui pour lui soutirer la balle. Pendant ces cinq (5) secondes, une distance de deux (2) mètres doit être respectée entre les deux adversaires. Le joueur peut lancer directement au filet, avancer avec la balle ou effectuer une passe.

7.4 Utilisation de la main

- 7.4.1 Il est interdit aux joueurs d'arrêter la balle avec leur main fermée. Les joueurs peuvent uniquement frapper la balle qu'avec leur main ouverte. En cas d'infraction, la possession de la balle est accordée à l'équipe adverse et le jeu reprend.

7.5 Buts

- 7.5.1 Un but est accordé :
- (a) Lorsque la balle a entièrement franchi la ligne de but ;
 - (b) Lorsque la balle est projetée par un joueur dans son propre but d'une quelconque façon.
- 7.5.2 Un but est refusé s'il est marqué alors :
- (a) Qu'un joueur de l'équipe offensive pose le pied sur la ligne ou à l'intérieur de la surface de but ;
 - (b) Qu'un joueur de l'équipe offensive frappe intentionnellement et/ou de manière délibérée la balle avec son pied ou tout autre membre de son corps dans le but adverse ;
 - (c) Qu'un joueur frappe la balle avec son bâton étant au-dessus de la hauteur des hanches, c'est-à-dire avec le bâton élevé.
 - (d) Que la balle touche un arbitre et dévie directement dans le but. Si toutefois la balle touche un arbitre sans qu'il y ait de but, le jeu continue.

7.6 Pénalités

- 7.6.1 Il existe trois (3) types de pénalités : une pénalité mineure, une pénalité majeure et une pénalité d'extrême inconduite.
- 7.6.2 Toutes **pénalités mineures** entraînent un tir de pénalité au joueur contre qui la faute a été commise. Le tir de pénalité se fait à partir de la ligne du centre. Si celui-ci est blessé, l'entraîneur devra choisir un autre joueur présent sur le terrain.
- 7.6.3 Les pénalités mineures sont :
- (a) Bâton élevé : En tout temps, le bâton ne doit pas dépasser la hauteur des hanches.

- (b) Genou(x) au sol : Un joueur ne peut pas toucher ou tenter de bloquer la balle en ayant un (1) ou deux (2) genoux en contact avec le sol ou en étant assis/étendu sur la surface de jeu.
- (c) Glissade : Un joueur ne pas glisser au sol pour bloquer ou tenter de bloquer la balle.
- (d) Obstruction : Tout joueur qui enlève délibérément le bâton des mains d'un adversaire et/ou qui l'empêche de reprendre le bâton qu'il a perdu ou échappé. Un joueur qui empêche le déplacement du gardien de but ou d'un joueur est aussi une obstruction.
- (e) Accrocher / Retenir : Tout joueur qui tente d'entraver le jeu de l'adversaire en l'accrochant avec son bâton ou qui retient le bâton ou le corps d'un adversaire.
- (f) Lancer un bâton : tout joueur à la défense (incluant le gardien de but) qui lance son bâton ou toute autre pièce d'équipement vers la balle.
- (g) Zone interdite : lorsqu'un attaquant entre dans la surface de but, ou touche la ligne qui délimite la surface de but avec son bâton.

7.6.4 Toutes les pénalités mineures s'appliquent au gardien de but lorsque ce dernier se retrouve à l'extérieur de son enceinte. Toutefois, une glissade du gardien, initiée depuis son enceinte, amenant le gardien à l'extérieur de cette dernière, sera tolérée.

7.6.5 Une **pénalité mineure ou majeure** est accordée selon le jugement de l'arbitre :

- (a) Coup de coude ou genou : Tout joueur qui frappe un adversaire avec le coude ou le genou.
- (b) Rudesse, mise en échec par derrière et double échec : Tout joueur qui utilise le contact physique ou fait une mise en échec, dont la violence de l'impact peut déséquilibrer l'adversaire, n'est toléré. La violence de l'impact et le contexte dans lequel se déroule le geste de rudesse sont les éléments qui guident l'arbitre dans sa décision. Une mise en échec à l'adversaire par derrière est automatiquement une pénalité d'extrême inconduite.
- (c) Coup de bâton : tout joueur qui donne un coup de bâton à un adversaire.
- (d) Lancer un bâton : tout joueur qui lance son bâton pour manifester son mécontentement, sa frustration ou pour blesser un adversaire.

7.6.6 Une **pénalité majeure** entraîne l'expulsion du joueur fautif de la partie.

7.6.7 Les pénalités majeures sont :

- (a) Blessure : lorsqu'un joueur tente délibérément de blesser un autre joueur.

(b) Comportement antisportif / langage abusif : lorsqu'un joueur utilise un langage incorrect et irrespectueux envers un joueur, un entraîneur ou un arbitre ou a un comportement antisportif.

7.6.8 Une **pénalité d'extrême inconduite** entraîne l'expulsion du joueur fautif de la partie et de la journée d'activité.

7.6.9 Les pénalités d'extrême inconduite sont :

(a) Bagarre : Tout joueur participant activement à une bagarre est automatiquement expulsé du match et de la journée.