

SPORT. ÉDUCATION. FIERTÉ.



**RÈGLEMENTS SPÉCIFIQUES
2026-2027**

**TOURNOI AMICAL
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.....	4
4.1 Installations sportives.....	4
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.....	6
5.4 Pointage.....	6
ARTICLE 6 Récompenses.....	6
6.1 Bannières.....	6
6.2 Certificats.....	6
FONCTIONNEMENT DU SPORT.....	6
ARTICLE 7 Règlements spécifiques.....	6
7.1 Les positions.....	6
7.2 Mise en jeu.....	7
7.3 Sortie de balle.....	7
7.4 Utilisation de la main.....	7
7.5 Buts.....	7
7.6 Pénalités.....	8

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	4 ^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 (1) équipe féminine et une (1) équipe masculine.
- 3.1.2 Chaque équipe doit être composée d'au minimum douze (12) joueurs, soit deux (2) lignes composées comme suit : un (1) gardien, un (1) centre, deux (2) ailiers et deux (2) défenseurs.

3.2 Substitutions

- 3.2.1 Les substitutions doivent 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 La surface de jeu est séparée en deux (2) zone : la zone offensive et la zone défensive. Le terrain doit être clairement divisé par une ligne centrale.
- 4.1.3 Une surface de but (enceinte) est déterminée par les lignes au sol et est exclusivement réservée au gardien de but.
- 4.1.4 Les buts doivent être identiques sur le terrain.

4.2 Équipements

- 4.2.1 La balle de hockey cosom officielle est une balle en plastique trouée dans laquelle on insère un tissu ou un sac de plastique.
- 4.2.2 Les balles seront fournies par Sports Laval lors du tournoi.
- 4.2.3 Les écoles participantes doivent avoir un t-shirt ou un dossard de la même couleur pour chaque joueur. Le joueur de centre doit porter un dossard d'une couleur différente pour bien l'identifier.
- 4.2.4 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.

- 4.2.5 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.

- 4.2.6 L'arbitre procédera systématiquement à la vérification de l'équipement des joueurs et du gardien de but de chaque équipe avant chaque partie. L'approbation des équipements sera laissée à la discrétion de l'arbitre.

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 Les parties se jouent avec cinq (5) joueurs et un (1) gardien de but sur le terrain.
- 5.1.2 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 quatre (4) minutes en temps continu.
- 5.2.2 Aucun temps mort n'est permis.

5.3 Arbitrage

- 5.3.1 Un arbitre déterminé par Sports Laval est présent pour diriger la partie en faisant respecter les règles du jeu.
- 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.

ARTICLE 6 Récompenses

6.1 Bannières

- 6.1.1 Chaque école participante reçoit une bannière de participation.

6.2 Certificats

- 6.2.1 Un certificat de participation peut être remis aux joueurs. L'école doit l'inscrire dans le formulaire complémentaire envoyé par courriel quelques semaines avant le tournoi.

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.
- 7.1.4 Les ailiers doivent rester dans la zone offensive en tout temps. Ils n'ont pas le droit de venir aider leurs coéquipiers dans la zone défensive.
- 7.1.5 Les défenseurs doivent rester dans la zone défensive en tout temps et ne peuvent dépasser la ligne centrale pour se rendre dans la zone offensive.
- 7.1.6 Le joueur de centre est le seul joueur ayant le droit d'aller dans la zone offensive et la zone défensive.

7.2 Mise en jeu

- 7.2.1 Lors de la mise en jeu, les ailiers doivent être placés en zone offensive et les défenseurs en zone défensive.
- 7.2.2 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 Lorsqu'une pénalité est appelée par l'arbitre, la balle est remise en jeu à l'endroit où la pénalité a eu lieu au joueur contre qui la faute a été commise. Le joueur a cinq (5) secondes pour effectuer une passe à un coéquipier et ne peut avancer avec la balle. Les joueurs de l'équipe adverse doivent laisser une zone de dégagement de deux (2) m avec le joueur ayant la balle.
- 7.6.2 Il existe deux (2) types de pénalités : une pénalité mineure et une pénalité majeure.
- 7.6.3 Une **pénalité mineure** entraîne la perte de possession de la balle pour l'équipe.
- 7.6.4 Les pénalités mineures sont :
 - (a) Bâton élevé : en tout temps, le bâton ne doit pas dépasser la hauteur de la ceinture
 - (b) Zone interdite : lorsqu'un attaquant entre dans la surface de but, ou touche la ligne qui délimite la surface de but avec son bâton.
- 7.6.5 Une **pénalité majeure** entraîne l'expulsion du joueur fautif de la partie.
- 7.6.6 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.