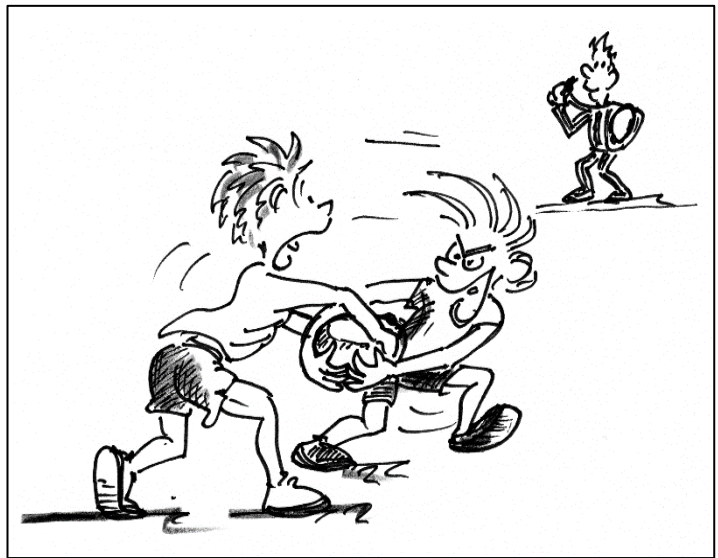


## Règles

*«Les règles peuvent être comprises comme des “modèles d’action” qui constituent une ligne directrice pour la pratique sportive.»*

(Digel, 1987)



(Leo Kühne)

### Les règles dans le sport sont plus que des règles du jeu

Les règles sportives sont acquises par la pratique commune et revêtent le caractère d’accords sociaux. Elles se composent de règles spécifiques au type de sport ainsi que de principes qui sont essentiels pour la pratique sportive et qui concernent tous les sports. Le principe de la compétition, le principe de fair-play et le principe de l’intégrité des sportifs sont donc plus que la simple réglementation des actions motrices dans les disciplines sportives. Ils portent plutôt sur toutes les actions, objectifs et perspectives faisant partie du sport.

Les règles sportives «constituent le sport. Elles réglementent la pratique sportive et définissent ce qui doit être évité et ce qui peut être réalisé. Ce n’est qu’ainsi qu’elles peuvent permettre, coordonner et diriger la pratique sportive» (Digel, 2001). Les règles sont définies de préférence avec le groupe, ce qui entraîne un engagement accru.

Dans le sport, les règles jouent un rôle à différents niveaux (Digel, 1984):

- + Niveau éthique et moral (p. ex. se comporter avec fair-play, garantir l’égalité des chances, veiller à l’intégrité physique et personnelle de ses partenaires)
- + Niveau de l’idée sportive (p. ex. règles de l’issue ouverte, règles de compétition, règles de la volonté de performance, etc.)
- + Niveau des disciplines sportives (p. ex. le ballon est constitué d’une couche extérieure en cuir ou en plastique monochrome, une équipe est composée de 12 joueurs, il est permis de bloquer l’adversaire avec le torse)

## Types de règles (Digel, 1987)

Dans l'activité sportive, il est possible de distinguer cinq groupes de types de règles:

- + Les règles morales décrivent comme principes éthiques et moraux des comportements qui garantissent un sport loyal.
- + Les règles de l'idée sportive sont souvent des principes tacites de la pratique qui donnent un «sens» au sport (p. ex. marquer le plus de buts possible, être meilleur que l'adversaire, etc.)
- + Les règles constitutives définissent ce qui constitue un sport et peuvent être comprises comme des «dispositions d'exécution» de l'idée sportive. Elles définissent les conditions-cadres de la discipline sportive. On distingue les règles d'inventaire, les règles relatives aux personnes, à l'espace, au temps et à l'action (p. ex. au basket-ball, il y a 5 joueurs d'une même équipe sur le terrain).
- + Les règles régulatrices régissent les actions dans le cadre de la discipline sportive défini par les règles constitutives. Elles décrivent les règles constitutives et servent de base aux décisions des arbitres (p. ex. au basket-ball, lors d'une remise en jeu, un joueur ne peut tenir le ballon que cinq secondes au maximum).
- + Les règles stratégiques montrent des alternatives d'action permettant d'atteindre avec succès les objectifs de la discipline sportive dans le cadre défini par les règles constitutives (p. ex. comportements tactiques).

## Les règles peuvent être modifiées

Par nature, les règles sont adaptables; les règles de la discipline peuvent donc être adaptées aux participants et à la situation. Grâce à la modification des règles, il est possible:

- + d'adapter la pratique sportive aux conditions externes (offre limitée de salles de sport, équipement manquant, taille des classes);
- + de répondre spécifiquement aux situations d'apprentissage individuelles (simplifier, rendre plus difficile, plus passionnant, plus intéressant, moins dangereux);
- + d'assurer l'égalité des chances malgré des conditions inégales (personnes avancées et débutantes, personnes plus fortes et plus faibles physiquement, garçons et filles).

Les règles et leurs modifications individuelles ou spécifiques au groupe doivent être présentées de manière compréhensible et transparente pour tout le monde. Il est motivant d'inventer et d'essayer de nouvelles règles avec les sportifs et sportives. En particulier dans les groupes très hétérogènes, il faut veiller à éviter toute stigmatisation lors de l'élaboration de nouvelles règles. Les règles ne doivent pas être élaborées sur la base d'imputations de lacunes. Elles visent plutôt à offrir à tous les sportifs et sportives la possibilité d'accomplir la tâche en fonction de leurs aptitudes et habiletés.

## Personnes en situation de handicap

Le changement des règles régulatrices et stratégiques, moins des règles constitutives, rend possible la participation des personnes en situation de handicap à la pratique sportive. Dans le basket-ball par exemple, le double dribble (règle des 2 pas) peut être autorisé pour les personnes atteintes d'un handicap cognitif, ou bien la règle des 2 pas peut être modifiée (règle régulatrice). Du fait des déplacements en fauteuil roulant, le blocage de l'adversaire revêt une plus grande importance dans le basket-ball en fauteuil roulant (règle stratégique). Côté handball, la modification de la taille du terrain, des buts et du principe de jeu donne naissance à une variante, le torball, pratiqué par les personnes en situation de handicap visuel (règles constitutives). La reprise des adaptations des règles du sport-handicap peut s'avérer utile pour créer des environnements inclusifs.

Différents troubles au niveau des compétences de perception, de jugement, de décision et d'action chez les personnes présentant des déficiences cognitives, des troubles de la perception, des troubles du comportement et des troubles liés au spectre de l'autisme peuvent réduire la capacité d'autocontrôle et l'appréciation du danger. Les règles de sécurité qui s'appliquent doivent absolument être respectées voire étendues. Il est également important qu'un arbitre (moniteur ou participant) veille au respect des règles lors des matchs. Sans décisions claires de l'arbitre, des réactions émotionnelles excessives peuvent rapidement se produire.

Règles des disciplines sportives dans le sport-handicap:

- + [www.plusport.ch/fr/sport/spitzensport](http://www.plusport.ch/fr/sport/spitzensport)
- + [www.specialolympics.ch/fr](http://www.specialolympics.ch/fr)
- + [www.stbv.info](http://www.stbv.info) (en allemand)
- + [www.swissdeafsport.ch](http://www.swissdeafsport.ch)
- + [www.swissparalympic.ch/fr/sport-fr/specialites-sportives](http://www.swissparalympic.ch/fr/sport-fr/specialites-sportives)

### **Littérature utilisée et complémentaire**

- Diegel, H. (2001). Zur sportpolitischen Bedeutung der Regeln im Sport. In Fischer, K., Güldenpfening, S., & Kayser, D. (2001). Gibt es eine eigene Ethik des olympischen Sports?: DOI-Symposium am 26. und 27. Januar 2000 (1<sup>re</sup> édition). Cologne: Sport u. Book Strauß.
- Diegel, H. (1987). Regeln. In H. Eberspächer (éd.), Handlexikon Sportwissenschaft (p. 321-330). Reinbeck: Rowohlt Taschenbuch Verlag GmbH.
- Diegel, H. (1986). Zur pädagogischen Bedeutung von Sportregeln. Accès le 05.05.2020 sur [http://sport-quergedacht.de/wiss\\_beitrag/zur-paedagogischen-bedeutung-von-Sportregeln](http://sport-quergedacht.de/wiss_beitrag/zur-paedagogischen-bedeutung-von-Sportregeln) mobilesport.ch. 8/2017. Illustration de Leo Kühne.