

Organisation

- Temps de jeu : 8 périodes de 4 minutes (sans arrêt de chronomètre)

Echauffement commun pendant 10 minutes		
1 ^{er} Quart Temps	4 minutes	Pas de possibilité de remplacement (sauf joueur blessé)
Pause de 1 minute		
2 ^{ème} Quart Temps	4 minutes	Pas de possibilité de remplacement (sauf joueur blessé)
Pause de 1 minute		
3 ^{ème} Quart Temps	4 minutes	Pas de possibilité de remplacement (sauf joueur blessé)
Pause de 1 minute		
4 ^{ème} Quart Temps	4 minutes	Pas de possibilité de remplacement (sauf joueur blessé)
Pause de 5 minutes et changement de panier		
5 ^{ème} Quart Temps	4 minutes	Pas de possibilité de remplacement (sauf joueur blessé)
Pause de 1 minute		
6 ^{ème} Quart Temps	4 minutes	Pas de possibilité de remplacement (sauf joueur blessé)
Pause de 1 minute		
7 ^{ème} Quart Temps	4 minutes	Pas de possibilité de remplacement (sauf joueur blessé)
Pause de 1 minute		
8 ^{ème} Quart Temps	4 minutes	Pas de possibilité de remplacement (sauf joueur blessé)

Durée totale d'une rencontre : **53 minutes** (32 minutes de matchs – 10 minutes d'échauffement – 6 pauses d'une minute – 5 minutes à la mi – temps)

Cinq règles essentielles

Le « MARCHER »

- Je n'ai pas le droit de marcher ni de courir avec le ballon entre les mains.
- Quand je reçois le ballon j'ai le droit à « deux appuis » maximum pour le contrôler.

Le « DRIBBLE »

- Si je veux avancer avec le ballon, je dois dribbler
- Je ne peux pas dribbler à 2 mains.
- Lorsque j'arrête le dribble je ne peux pas repartir en dribble. Je dois faire une passe ou un tir.

Le « CONTACT »

- Le « CONTACT » est interdit entre les joueurs.
- Je ne peux pas toucher ni bousculer mon adversaire.

La « SORTIE »

- Le ballon est sorti lorsqu'il touche un élément (sol, mur, joueur...) situé à l'extérieur du terrain (les lignes délimitant le terrain sont à l'extérieur de celui-ci).

La « REMISE EN JEU »

- Le ballon est toujours remis en jeu de l'extérieur du terrain :
 - sur sortie de balle, à l'endroit le plus proche d'où il est sorti ;
 - sur faute ou violation, à l'endroit le plus proche d'où l'erreur a été commise ;
 - sur panier marqué, derrière la ligne de fond.
- En cas de difficulté à remettre le ballon en jeu, l'entraîneur de l'équipe bénéficiant de la rentrée peut « aider » ses joueurs.

Autres adaptations

- Interdiction de garder plus de 3 secondes la balle en mains.
- Interdiction de prendre le ballon des mains d'un autre joueur (adversaire ou partenaire).
- L'entre-deux de départ n'existe pas. Le ballon est mis en jeu par une des équipes (tirage au sort) derrière sa ligne de fond. L'alternance est de rigueur ensuite.
- Possibilité d'occuper toute la surface de jeu donc (pas de retour en zone)
- Il n'y a pas de décompte de points – feuille de marque uniquement administrative !!!!!

Sanctions

- La sanction doit être pédagogique, elle doit être expliquée verbalement au joueur fautif et si besoin à toutes les joueuses. La gestuelle pourra intervenir dans un second temps.
- Toute erreur par rapport à une de ces règles donne lieu à la même sanction : le ballon sera redonné à l'autre équipe, toutes les remises en jeu se font comme expliqué précédemment. Cela signifie qu'une faute commise donne droit à une remise en jeu pour l'équipe adverse même sur un shoot (suppression des lancers-francs).
- Pas de fautes techniques, antisportives ou disqualifiantes sifflées à ce niveau. En cas de comportement non sportif ou irrespectueux d'un des joueurs, l'arbitre imposera immédiatement son remplacement.

Arbitrage

- L'arbitrage est assuré par le coach des 2 équipes ou un bénévole.
 - L'arbitre veillera à faire débiter et à clôturer toute rencontre par une poignée de main entre toutes les joueuses concernées.
 - L'application des règles doit tenir compte de l'enfant (son âge, ses capacités, son niveau technique...). On n'applique pas la règle du marcher de la même façon à un enfant débutant ou à un autre ayant déjà plusieurs années de pratique.
- L'arbitrage doit s'adapter au niveau de jeu de chaque enfant. Il faut toutefois trouver une ligne de conduite dans chaque rencontre pour éviter les situations contradictoires entre les décisions prises pour l'un ou l'autre joueur.
- Dès lors, chaque coach interviendra dans les « sanctions » à l'encontre de ces joueurs
- Chez les plus jeunes, l'arbitrage fait partie intégrante du processus d'apprentissage, cette démarche doit donc respecter la même progressivité que toutes les autres.
 - Dès le plus jeune âge, il faut habituer l'enfant à comprendre que le jeu implique des règles

(« je peux ou je ne peux pas faire ») et que la personne (l'arbitre) qui vérifie cette application fait partie intégrante du jeu.