LES RÈGLES DU RUGBY FAUTEUIL EN FALC

GMF

ENGAGÉS POUR LE COLLECTIF

ASSURÉMENT HUMAIN

©D-Echelard

Sommaire

- Avant-propos de Béatrice Savouré . . . . . page 4
- Avant-propos de Luc Gateau. . . . . page 6
- L'histoire du rugby fauteuil. . . . . page 7
- Les informations importantes . . . . . page 9
- Le terrain . . . . . page 11
- La durée d'un match . . . . . page 13
- Le rôle des joueurs dans une équipe . . . . . page 16
- Pendant le match. . . . . page 19
- La zone d'en-but . . . . . page 23
- Les fautes, les arbitres . . . . . page 26
- Le rugby fauteuil, un jeu qui va vite . . . . . page 29
- Mes souvenirs de matchs . . . . . page 31

Avant-propos de Béatrice Savouré

GMF soutient le Rugby Fauteuil et la Fédération Française Handisport.
GMF est la Garantie Mutuelle des Fonctionnaires.
C'est un assureur.

L'objectif est :

- de faire connaitre le rugby fauteuil,
- d'aider les personnes handicapées à s'intégrer dans la société grâce au sport,
- de favoriser l'autonomie des personnes handicapées,
- d'améliorer le matériel des joueurs.

GMF est engagée pour l'inclusion des personnes en situation de handicap.

GMF est partenaire de l'Unapei.

L'Unapei c'est l'Union nationale des associations de parents
de personnes handicapées mentales et de leurs amis.

Avant-propos de Béatrice Savouré

Depuis très longtemps, GMF a une relation très forte avec le rugby français.
GMF s'implique dans les compétitions de rugby fauteuil

Ce livret n'est pas réservé qu'aux personnes en situation de handicap intellectuel.
Grâce à ce guide, plus de personnes pourront regarder
et comprendre le rugby fauteuil.

Nous avons demandé à une association de l'Unapei
de transcrire les règles du rugby fauteuil en FALC.

Cette association c'est l'Apei Périgueux.
Ce document est transcrit par des travailleurs de l'ESAT Òsea.

Vive le rugby fauteuil !

Béatrice Savouré
Directrice Générale de GMF Assurances

Handi Sport
FÉDÉRATION FRANÇAISE

GMF

Avant-propos de Luc Gateau

Rendre l'information accessible c'est reconnaitre les différences
des personnes en situation de handicap.
C'est aussi respecter leur place dans la société.

L'Unapei est engagée depuis plusieurs années pour le FALC.
(Facile A Lire et à Comprendre)

Le FALC rend l'information accessible pour les personnes que nous accompagnons.
Les transcriptions sont faites par des personnes en situation de handicap.

Nous sommes heureux d'être avec GMF pour ce beau projet de transcription
des règles du rugby fauteuil en FALC.
GMF est notre partenaire depuis plus de 30 ans.

Luc Gateau, Président de l'Unapei

Histoire du rugby fauteuil

1976

Le rugby fauteuil a été créé au Canada.

Des athlètes tétraplégiques canadiens ont proposé le rugby fauteuil.

Tétraplégique veut dire que les bras et les jambes ne peuvent plus bouger.

Au début, ils voulaient créer une autre solution pour jouer au basket fauteuil.

Duncan Campbell a créé les 1ères règles du rugby fauteuil.

1996

Le rugby fauteuil participe pour la 1ère fois aux Jeux Paralympiques d'Atlanta.

C'est un essai pour ce nouveau handisport.

2000

Le rugby fauteuil est reconnu aux Jeux Paralympiques de Sydney.

Le rugby fauteuil fait partie des épreuves sportives des Jeux Paralympiques.

Rugby fauteuil en France

L'équipe du rugby fauteuil est créée en 2009 en France.

Elle a été championne d'Europe en 2022 et en 2023 contre l'Angleterre.

Elle a été championne d'Europe en 2025 contre le Danemark.

Champions d'Europe !

©D-Echelard

Les informations importantes

Les informations importantes

1. Le ballon est différent du rugby à 15.
   Le ballon est rond.
   C’est un ballon de volley-ball.

2. Dans une équipe de rugby fauteuil, il y a 12 joueurs :
   - 4 joueurs sur le terrain,
   - 8 joueurs remplaçants.

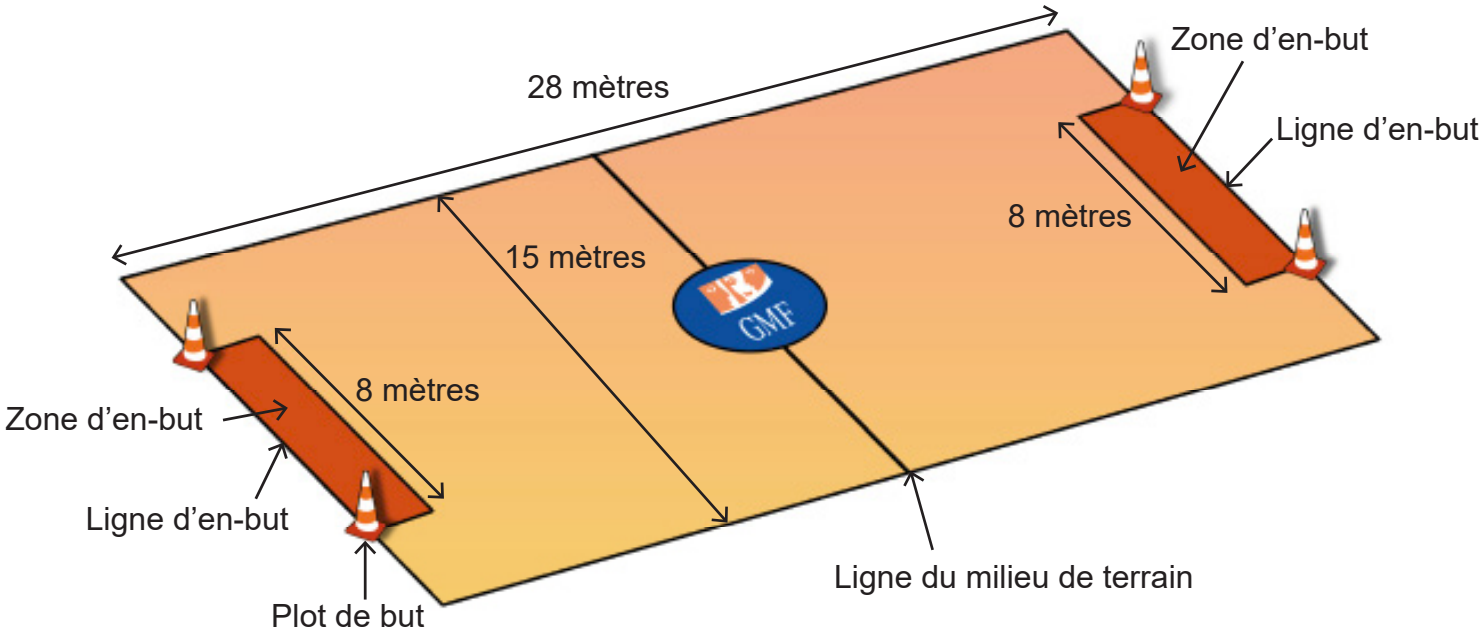
3. Une passe peut se faire vers l’avant et vers l’arrière.

4. Un essai rapporte 1 point.

©D-Echelard

Le terrain

Le terrain


28 mètres
Zone d'en-but
Ligne d'en-but
8 mètres
15 mètres
GMF
8 mètres
Zone d'en-but
Ligne d'en-but
Plot de but
Ligne du milieu de terrain

©Laurent_BAGNIS

La durée d’un match

La durée d’un match

Les joueurs chantent la Marseillaise

Avant le début d’un match international, il y a les hymnes des 2 équipes.

Un match international c’est un match entre 2 pays différents.

Les hymnes sont les chants ou les musiques qui représentent les pays.

Pour la France, c’est la Marseillaise.

Un match de rugby fauteuil dure 32 minutes.
Il y a 4 périodes de jeu.
Chaque période dure 8 minutes.

Il y a 3 minutes de pause entre la 1ème et la 2ème période et la 3ème et 4ème période.
Après les 2 premières périodes, c'est la mi-temps.
La mi-temps dure 10 minutes.

Un match peut durer plus longtemps quand il y a un problème sur un fauteuil.
Par exemple : la roue crevée d'un fauteuil, une sangle détachée...

L'arbitre donne un temps « Équipement ».
L'équipe a 1 minute pour réparer le fauteuil.
Dans ce cas, le match est arrêté.

Changement d'une roue

Le temps s'arrête aussi à chaque :

- essai,
- sortie de terrain,
- faute.

Si les 2 équipes ont le même nombre de points, il y a des prolongations.
Les prolongations durent 3 minutes.

©D-Echelard

Le rôle des joueurs dans une équipe

Le rôle des joueurs dans une équipe

Il y a 12 joueurs dans une équipe :

- 4 joueurs sur le terrain,
- 8 joueurs remplaçants.

Les attaquants

Ce sont les joueurs avec les handicaps les moins importants.

Ils se déplacent plus facilement et ils sont plus rapides.

Ils ont des fauteuils offensifs.

Fauteuil offensif

Les défenseurs

Ce sont les joueurs avec les handicaps les plus importants.

Ils ont plus de difficultés à se déplacer.

Ils ont des fauteuils défensifs.

Fauteuil défensif

Les joueurs ont des handicaps différents.
Les joueurs sont classés par des points selon leurs handicaps : de **0,5** à **3,5**.

Les joueurs classés entre **0,5** et **1,5** ont les handicaps les plus importants.
Ce sont souvent des défenseurs.

Les joueurs classés entre **2** et **3,5** ont les handicaps le moins importants.
Ce sont souvent des attaquants.

Pendant le match, une équipe ne peut pas avoir plus de **8** points sur le terrain.
Une équipe peut avoir **8,5** points si une femme joue dans l'équipe.

Pendant le match

Le début du match

Un match de rugby fauteuil commence
par un entre-deux.
L'arbitre lance le ballon en l'air entre 2 joueurs.

Un entre-deux

Pendant le match

En attaque, l'objectif est de marquer un essai.
L'équipe doit avancer vers la zone d'en-but.

Un joueur peut envoyer le ballon vers l'avant et vers l'arrière.
Un joueur peut avancer en mettant le ballon sur ses genoux.
Un joueur ne peut pas garder le ballon plus de **8 secondes** sur ses genoux.
Le joueur doit dribbler ou faire une passe à un coéquipier.
Dribbler c'est faire rebondir
le ballon avec sa main.

Un joueur dribble

Pendant le match

En défense, l'objectif est d'empêcher l'équipe adverse de marquer un essai.

L'équipe doit défendre sa zone d'en-but.

Un joueur peut prendre le ballon sur les genoux d'un adversaire.

Les défenseurs doivent bloquer les fauteuils adverses.

Le contact d'un fauteuil par l'arrière est interdit.

La défense

Pendant le match

Les changements de joueurs

Un entraineur peut faire autant de changements qu'il veut.

Tous les joueurs peuvent jouer.

Ces changements de joueurs peuvent se faire :

- si une réparation de fauteuil est trop longue,
- après une faute...

On ne peut pas faire de changement de joueur après un essai.

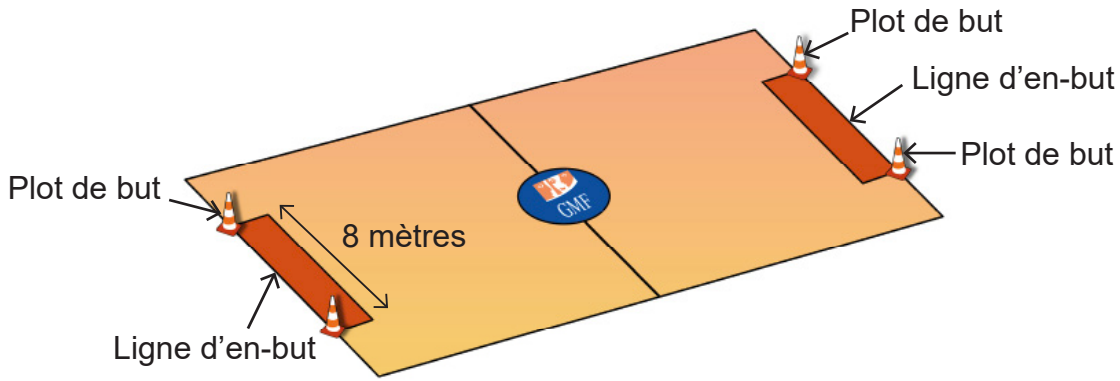
Les consignes des entraineurs

La zone d’en-but

La zone d'en-but

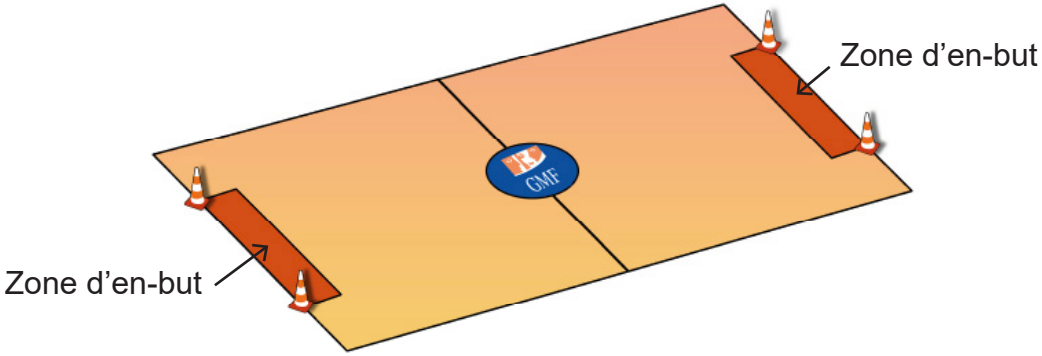
La ligne d'en-but est délimitée par 2 plots.

Ces 2 plots sont à 8 mètres l'un de l'autre.



Il y a une zone devant la ligne d'en-but.

Cette zone s'appelle Zone d'en-but ou Zone de défense.



Seuls 3 défenseurs ont le droit d'être dans cette zone.

Les attaquants peuvent rester dans cette zone pendant **8 secondes**.

Un joueur doit franchir la ligne d'en-but avec le ballon.

Un essai rapporte **1 point**.

Après un essai, le ballon est remis en jeu derrière la ligne d'en-but

Des essais

Les fautes
Les arbitres

Les fautes

Les contacts physiques entre les joueurs sont interdits.

Les contacts entre les fauteuils sont autorisés.

Les contacts à l'arrière des fauteuils sont interdits.

Quand un joueur fait une faute, il va dans la zone de pénalité pendant 30 secondes.
La zone de pénalité s'appelle aussi la prison.
Son équipe joue à 3 joueurs contre 4 joueurs.
Si l'équipe adverse marque un essai avant la fin des 30 secondes,
le joueur peut revenir tout de suite sur le terrain.

En cas de faute grave, un joueur peut être exclu pendant 1 minute.
Le joueur va dans la zone de pénalité ou en prison.

Les arbitres

Les arbitres font respecter les règles.

Il y a plusieurs arbitres pour un match de rugby fauteuil.

Il y a 2 arbitres sur le terrain.

Les 2 arbitres dirigent le match.

Ils sifflent quand il y a une faute, un essai marqué...

Les 2 arbitres sont aidés par 4 assistants :

- celui qui s'occupe de la feuille de match,
- celui qui s'occupe des fautes,
- celui qui s'occupe du temps de jeu,
- celui qui gère le temps quand un joueur est en prison.
  Il dit quand le joueur peut revenir en jeu.

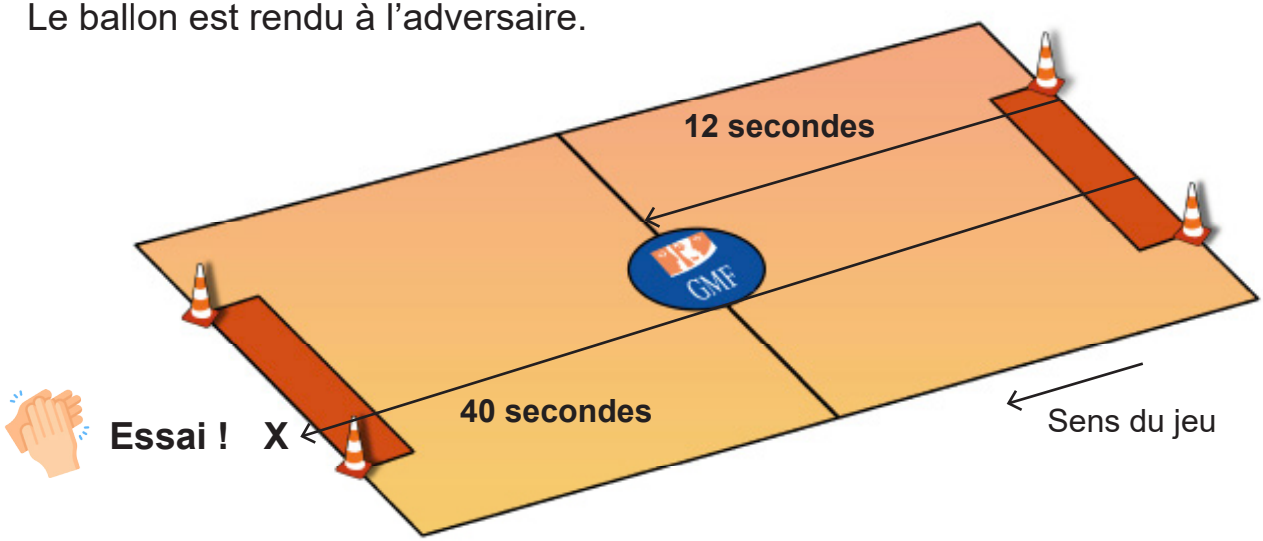
Le rugby fauteuil, un jeu qui va vite

Le rugby fauteuil, un jeu qui va vite

En attaque, une équipe a **12 secondes** pour passer la moitié du terrain.

L'équipe n'y arrive pas.

Le ballon est rendu à l'adversaire.



En attaque, une équipe a **40 secondes** pour marquer un essai.

L'équipe qui attaque ne marque pas.

Le ballon est rendu à l'équipe adverse.

Un joueur doit dribbler ou passer le ballon toutes les **8 secondes**.

Le joueur garde le ballon sur ses genoux plus de **8 secondes**.

Le ballon est rendu à l'équipe adverse.

Mes souvenirs de matchs

Mes souvenirs de matchs

Mes souvenirs de matchs

Livret écrit en Juillet 2026

Crédit pictogramme : Freepik de flaticon.com
Crédits photos : Laurent BAGNIS, D-Echelard

Ce livret a été écrit en FALC (Facile A Lire et à Comprendre)

Il a été écrit et validé par l'atelier FALC de l'ESAT Òsea d'Antonne.

L'ESAT Òsea est géré par l'Apei Périgueux.

L'atelier FALC a reçu la marque Qualité de l'Unapei

Le livret est imprimé par l'atelier Imprimerie de l'ESAT Òsea.

ENGAGÉS POUR LE COLLECTIF
ASSURÉMENT HUMAIN

Ce document est la propriété de GMF Assurances.
GMF Assurances – Société anonyme au capital de 181 385 440 euros entièrement versé
Entreprise régie par le code des assurances – RCS NANTERRE n° 398 972 901
Siège social : 148 rue Anatole France - 92300 LEVALLOIS-PERRET.

ENGAGÉS POUR LE COLLECTIF

ASSURÉMENT HUMAIN