



PAUSE D'APAISEMENT

GUIDE PRATIQUE À L'ATTENTION DES CLUBS

SAISON 2026-2027

DISTRICT AVEYRON

L'arbitre déclenche la pause lorsque la tension devient globale.

- Les joueurs rejoignent immédiatement la zone indiquée par l'arbitre.
- Les capitaines et les entraîneurs deviennent les relais du message.
- Les bancs restent calmes et évitent toute contestation pendant la pause.

OBJECTIF CLUB

Aider à faire retomber la tension et permettre une reprise du jeu dans un climat maîtrisé.

La pause peut intervenir lorsque le match échappe au contrôle sans faute claire :

- tensions entre plusieurs joueurs ;
- provocations répétées ;
- climat dangereux ou risque d'escalade.

RÉFLEXE CLUB

Au signal de l'arbitre, chaque responsable rassemble son équipe et facilite la séparation des groupes.

1 SIFFLET ET GESTE « T »

L'arbitre interrompt le jeu et signale la pause.

2 SÉPARATION DES ÉQUIPES

Chaque équipe rejoint sa propre surface de réparation.

3 ÉCHANGE AVEC LES RELAIS

L'arbitre appelle les capitaines et les entraîneurs à l'écart.

CAPITAINE

Écouter le constat de l'arbitre.
Transmettre des consignes simples aux joueurs.
Éviter toute discussion collective avec l'arbitre.

ENTRAÎNEUR

Rassembler le banc et calmer les réactions.
Relayer les attentes de l'arbitre.
Préparer une reprise sereine.

À ÉVITER

Contestations, déplacements vers l'autre équipe et interventions non demandées.

LA DURÉE RELÈVE DE L'APPRÉCIATION DE L'ARBITRE

- L'arbitre attend que la situation soit suffisamment apaisée.
- Les équipes restent séparées jusqu'à ses consignes.
- Les capitaines et les entraîneurs vérifient que le message a été compris.
- La reprise intervient uniquement au signal de l'arbitre.

POINT DE CONTRÔLE

Les joueurs sont regroupés, les bancs sont calmes et chacun connaît les attentes pour la reprise.

L'arbitre conserve pleinement son pouvoir disciplinaire.

AVANT LA PAUSE

L'arbitre peut sanctionner les comportements déjà constatés.

APRÈS LA PAUSE

L'arbitre peut sanctionner tout nouveau comportement répréhensible.

À RETENIR

La pause d'apaisement n'efface aucune faute et ne remplace ni le carton blanc, ni le carton jaune, ni l'exclusion.

CALME

L'entraîneur et le capitaine donnent l'exemple par leur attitude.

CLAIRE

Les consignes restent courtes, concrètes et identiques pour tous.

RESPONSABLE

Chaque membre du club contribue à empêcher une nouvelle escalade.

BUT RECHERCHÉ

Moins de tensions, davantage de respect et un match de nouveau maîtrisé.

DÈS LE SIGNAL

- Regrouper son équipe.
- Respecter les zones indiquées.
- Garder le banc calme.

PENDANT LA PAUSE

- Écouter l'arbitre.
- Relayer son message.
- Éviter toute contestation.

AVANT LA REPRISE

- Vérifier que la tension baisse.
- Rappeler les attentes.
- Attendre le signal de reprise.

RÉFLEXE : au signal de l'arbitre, séparer, écouter, relayer et attendre la reprise.