Document présenté par l'association régionale Handball Montréal

---

Réglementation de la ligue jeunesse de Handball Montréal (LJHM)



Écrit par Annie Trempe, agente de développement à l'association régionale
Contacter : agenthandballmontreal@gmail.com

Édition 2026 - 2027

Table des matières

Introduction de la ligue **2**

Règles des différentes catégories **3**
Règles des matchs en U10 3
Article 1 – Règlement de base pour les matchs U10 3
Article 2 – Contact interdit en U10 3

Règles des matchs en U12 4
Article 1 – Règlement de base pour les matchs U12 4
Article 2 – Contact interdit en U12 5

Règles encadrant la participation à l'intérieur de plus d'une catégorie **6**
Surclassement et sous-classement 6
Article 1 – Règle concernant le surclassement 6
Article 2 – Règle concernant le sous-classement 6

Introduction de la ligue

L'établissement de la ligue a pour but de pousser le développement du handball jeunesse sur l'île de Montréal.

Cela passe par :

- Un langage commun
- Une mise en place de règles et de formules de jeux qui est adaptée aux cheminements des jeunes
- La création d'identités territoriales dans la formation aux jeunes athlètes

La ligue jeunesse de Handball Montréal se doit de représenter un endroit sûr et plaisant pour le développement des jeunes dans la scène montréalaise de handball.

Il est donc prioritaire d'apporter des comportements bienveillants et inclusifs envers les athlètes, entraîneurs, bénévoles et arbitres qui participent à la ligue. Tout commentaire et comportement venant à nuire à la santé mental et physique d'un membre de la ligue sera réprimandé et les personnes visées seront rencontrées et recevront une sanction appropriée au niveau de la faute commise.

Pour garder un espace sain et amusant pour les enfants, le club et/ou les représentants en charge des équipes sont responsables de leurs entraîneurs, bénévoles, arbitres, athlètes et leurs parents. Il est donc de votre responsabilité de vous assurer que les membres de votre club ou les membres autour de vos équipes respectent tous les personnes participant à la ligue. C'est aussi de votre responsabilité que vos membres soient au courant des règles des différents gymnases et soient capable de les respecter.

La ligue est coordonnée par l'agente de développement de l'association de handball de Montréal en relation avec un comité de membres des structures sportives participant à la ligue. L'information vous sera transmise à travers ce comité ou de manière publique sur nos réseaux sociaux ou sites web. Pour plus d'informations concernant l'administration et l'organisation de la ligue, vous pouvez lire le document dédié à cela : Information organisationnelle et administrative de la ligue.

Règles des différentes catégories

Règles des matchs en U10

Article 1 – Règlement de base pour les matchs U10

1.1 Seuls les participants nés après le 1er octobre 2016 peuvent participer au match de cette catégorie.

1.1.2 Le seul cas d'exception sont les jeunes nés avant le 1er octobre 2016 qui sont scolarisés en 4ème année du primaire durant l'année scolaire 2026-2027.

1.1.3 Tout cas d'exception doit être notifié durant l'inscription ou avant le début des matchs de cette enfant.

1.2 La durée des matchs est de 3 périodes de 8 minutes avec une pause de 1 minute entre les périodes.

1.3 Chaque équipe a droit à 1 temps-mort par match.

1.4 Les matchs se jouent avec des ballons de taille 0 en caoutchouc.

1.5 Le nombre d'athlètes sur le terrain est 4 plus 1 gardien·ne.

1.6 Aucune interception ne peut être faite à 3 mètres de la zone des buts lors de la passe du gardien.

1.7 La défense de zone est interdite pour cette catégorie.

1.7.1 La défense « joueur à joueur » est fortement recommandée.

1.8 Dans le cas d'une exclusion, l'athlète est remplacé par un coéquipier·ère afin de conserver le même nombre de joueur·euse.

1.9 Cette catégorie permet la mixité des équipes, cependant les équipes mixtes jouent seulement contre des équipes masculines.

1.9.1 Une équipe mixte pourrait jouer contre des équipes féminines si la proportion d'athlètes féminines égale ou dépasse les 60%.

Article 2 – Contact interdit en U10

2.1 La neutralisation sous toutes ses formes est interdite durant les matchs U10.

2.2 Tout contact effectué dans le dos de l'athlète est interdit.

Règles des matchs en U12

Article 1 – Règlement de base pour les matchs U12

1.1 Seuls les participants nés après le 1er octobre 2014 peuvent participer au match de cette catégorie.

1.1. Le seul cas d'exception sont les jeunes nés avant le 1er octobre 2014 qui sont scolarisés en 6ème année du primaire durant l'année scolaire 2026-2027.

1.1.3 Tout cas d'exception doit être notifié durant l'inscription ou avant le début des matchs de cet enfant.

1.3 La durée des matchs est de 3 périodes de 8 minutes.

1.3.1 Une pause de 1 minute sera faite entre les différentes périodes.

1.3.2 Il est obligatoire d'avoir un changement de gardien·ne à l'intérieur d'un même match.

1.4 Chaque équipe a droit à 1 temps-mort par match.

1.5 Les matchs se jouent avec des ballons de taille 0 (caoutchouc) ou taille 0 (cuir).

1.5.1 Le ballon en cuir peut être utilisé durant un match si les deux équipes le souhaitent.

1.5.2 L'accord doit être effectué devant un responsable de table ou l'arbitre.

1.6 Le nombre d'athlètes sur le terrain est 5 plus 1 gardien·ne.

1.7 La défense de zone est interdite dans cette catégorie

1.7.1 Les équipes ont le choix entre deux formations défensives : « 3-2 » ou « joueur à joueur ».

1.8 La passe du gardien·ne est interceptable en tout temps. Toute règle concernant un encadrement de cette passe n'est plus valide.

1.9 Cette catégorie ne permet pas la mixité des équipes.

1.9.1 La seule exception à cette règle est si l'équipe en question est dans sa première année d'intégration à la ligue.

1.9.2 Une demande doit être formulée à l'agente de développement avant le début de la compétition.

1.9.3 Dans ce cas, cette équipe jouera dans une catégorie masculine.

1.10 Les points dans cette catégorie sont comptabilisés et tous les matchs devront montrer le temps et les points.

1.10.1 Un match gagné rapporte 3 points au classement.

1.10.2 Un match nul rapporte 2 points au classement.

1.10.3 Un match perdu rapporte 1 point au classement.

Article 2 – Contact interdit en U12

2.1 La neutralisation sous toutes ses formes est interdite durant les matchs U12.

Règles encadrant la participation à l'intérieur de plus d'une catégorie

Surclassement et sous-classement

Article 1 – Règle concernant le surclassement

1.1 Un athlète peut être surclassé si :

- Type A : L'athlète est doué ou motivé et bénéficie de plus de matchs.
- Type B: Si une équipe manque de joueurs.

1.1.2 Lors d'un surclassement fréquent de type A, l'athlète est restreint à cette équipe. Il ne peut pas jouer dans une deuxième équipe du même championnat.

1.1.3 Lors d'un surclassement exceptionnel de type B, l'athlète sera restreint à une équipe lors de son 3e match surclassé dans l'équipe où il a fait le plus de matchs.

1.2 Le nombre maximum d'athlètes surclassés se limite à 3 par équipe.

1.2.1 Si le nombre dépasse trois, l'équipe devra perdre le match par forfait, mais le match pourra tout de même avoir lieu.

1.3 Avant chaque début de compétition pour vos équipes, il sera important de faire remarquer à la personne en charge les surclassements dans vos équipes.

1.3.1 Il n'est pas obligatoire de faire remarquer les surclassements de type A s'ils ont déjà été notés par l'agent.e de développement.

Article 2 – Règle concernant le sous-classement

2.1 Le sous-classement volontaire est interdit dans la ligue jeunesse, peu importe l'athlète.

2.1.2 Un enfant n'est pas en sous-classement s'il est scolarisé en 6ème année durant l'année scolaire 26-27, mais est né avant le 1 er octobre 2014.

2.1.3 Pareil pour les enfants en 4ième année du primaire dans la même situation.