

Présentation

Considéré comme un des sports collectifs les plus complets, le water-polo s'apparente à du handball en piscine ! C'est un jeu où l'on doit allier natation, technique et endurance.

Sport aquatique relativement peu médiatisé. Il a été inventé en Grande-Bretagne au milieu du [XIXe siècle](#). C'est le tout premier sport d'équipe à avoir fait son apparition aux Jeux Olympiques modernes. Et celui dans lequel la France a remporté le plus souvent la médaille d'or.

Le water-polo a évolué avec le temps. À ses débuts, c'était un sport assez agressif où les bagarres étaient monnaie courante. Les joueurs se maintenaient sous l'eau impunément, ou se retenaient par le maillot de bain. La [FINA](#) (Fédération Internationale de Natation) adopta, en [1911](#), les règlements officiels du water-polo, en s'inspirant du style de jeu des Écossais, plus raffiné et plus axé sur le jeu et les passes.

Chaque équipe se compose de treize joueurs, devant être bons nageurs : 1 gardien, 6 joueurs de champs et 6 remplaçants, ceux-ci peuvent entrer en jeu à tout moment à partir de leur propre zone d'exclusion. Un match est composé de 4 périodes de 8 minutes, avec 2 pauses de deux minutes et une mi-temps de 5 minutes.

Il faut porter le ballon dans le camp adverse pour ensuite y marquer un but.

De nombreux "détails" rendent "périlleux" le parcours du ballon d'un camp à l'autre :

- 1) Les joueurs n'ont pas pied. Pour se déplacer, ils doivent nager.
- 2) Ils ne peuvent saisir le ballon qu'à une main, sauf le gardien.
- 3) Dès qu'un joueur attrape la balle, ses adversaires ont le droit de le couler.

Cela nécessite donc un grand effort physique (et mentale aussi...).

Chaque équipe peut demander 2 temps morts d'une minute lorsqu'elle est en possession de la balle.

Une équipe dispose de 30 secondes au maximum pour tirer au but, dans le cas contraire la balle change de camp. Dès que la balle est touchée par un adversaire (tirs, tentative d'interception, contre d'un joueur ou du gardien par exemple), les 30 secondes sont réinitialisées.

Les 6 jours de champ s'organisent habituellement en un demi-cercle, à 7-8 mètres du but adverse, avec un joueur au centre (attaquant de pointe, ou pointe).

Son rôle est de récupérer la balle suite à une passe, souvent faite sur l'eau, à tourner son défenseur (la contre pointe) et à tirer rapidement. Le jeu pointe / contre pointe est très engagé et très physique puisqu'une certaine tolérance est laissée aux deux joueurs. L'arbitrage est assez difficile, puisqu'on ne voit que très peu ce qui se passe sous l'eau.

Le droit de charge est autorisée sur le porteur de balle. Pratiquement, une grande liberté de manœuvre est laissée aux défenseurs pour agir sur le porteur de la balle, à l'exclusion des coups visant la tête. Il faut bien savoir que les arbitres n'ont qu'une vision très limitée de ce qui se passe sous l'eau.

La balle doit être maniée à une seule main (sauf pour le gardien). Elle ne doit pas être sous l'eau. Le joueur ne peut s'appuyer sur aucune partie du bassin (buts, bords ou fond du bassin) pendant le temps de jeu. Il est également interdit de frapper le ballon avec le poing, et de lancer de l'eau sur un adversaire.

Une faute commise sur un attaquant dans la zone des 5 mètres est sanctionnée par un penalty, si ce dernier est en position de marquer.

Nager sur le dos de son adversaire, frapper son adversaire involontairement entraîne une faute grave avec exclusion de 20 secondes (à la troisième faute grave, le joueur est exclu du match définitivement et est remplacé).

Certaines fautes graves (par exemple un coup volontaire) sont sanctionnées par une Exclusion Définitive Avec remplacement (EDA), si la faute est plus grave, le joueur est exclu du match et ne peut pas être remplacé par un membre de son équipe pendant 4 minutes de jeu effectif, c'est alors une Exclusion Définitive Sans remplacement immédiat (EDS).

Plusieurs lignes symbolisées par des plots, matérialisent la surface de jeu.

Une ligne rouge (2 mètres) : zone de hors jeu.

Une ligne jaune (5 mètres) : zone de penalty et de coup franc indirect.

Une ligne blanche : milieu du terrain, et ligne de but.