



Du simple loisir qui consistait à se lancer un disque volant est né, aux États-Unis, un sport avec des règles bien définies : le disque d'équipe. Jeu collectif de plus en plus prisé au Québec et un peu partout dans le monde, il repose sur la collaboration et l'esprit d'équipe.

Qu'est-ce qui distingue un lancer du revers d'un lancer renversé? Quel est le rôle du chasseur? Quel terme désigne une passe exécutée devant le traceur ou le meneur de jeu? Trouvez notamment les réponses à ces questions en consultant le vocabulaire du disque d'équipe.

Fruit d'une collaboration avec des spécialistes de la Fédération québécoise d'ultimate, de l'Association des joueuses et des joueurs d'ultimate de Québec, de l'Association d'ultimate de Sherbrooke et de l'Association de Ultimate de Montréal, ce vocabulaire de plus de soixante concepts constitue un premier pas vers l'utilisation de termes français dans cette discipline qui gagne en popularité.

## Symboles



Termes privilégiés



Termes utilisés dans certains contextes



Termes déconseillés

Ce vocabulaire est accessible en ligne à l'adresse suivante :

[oqlf.gouv.qc.ca/ressources/bibliotheque/dictionnaires/vocabulaire-disque-equipe.aspx](http://oqlf.gouv.qc.ca/ressources/bibliotheque/dictionnaires/vocabulaire-disque-equipe.aspx).

Version PDF du 24 février 2025

Avertissement : Lors de la conversion du format HTML au format PDF, il est possible que certains caractères spéciaux ou signes typographiques (comme les espaces insécables) n'aient pas été correctement conservés. En cas de disparité, c'est la version en ligne du vocabulaire qui prévaut.



# DISQUE EN JEU!

## VOCABULAIRE DU DISQUE D'ÉQUIPE

### Index

#### A

arraché, 1  
attrapé, 2

#### B

balai, 3  
bris, 4

#### C

callahan, 5  
chasseur, 6  
côté fermé, 7  
côté ouvert, 8  
courbe extérieure, 9  
courbe intérieure, 10  
couverture, 11

#### D

défensive de zone, 12  
disque au sol, 13  
disque d'équipe, 14  
disque en jeu, 15  
disque volant, 16

#### F

filet, 17  
forcer côté maison, 18  
forcer côté opposé, 19  
forcer de front, 20

forcer le lancer droit, 21  
forcer le revers, 22

#### H

hop, 23

#### J

joueur en soutien, 24

#### L

lame, 25  
lancer d'engagement, 26  
lancer droit, 27  
lancer du revers, 28  
lancer flottant, 29

#### M

marauder, 30  
marché, 31  
marquage individuel, 32  
marqueur, 33  
marteau, 34  
meneur de jeu, 35  
mur, 36

#### O

obstruction, 37  
offensive de zone, 38

#### P

pas de bris, 39  
pas de ligne, 40  
passe à suivre, 41  
passe au soutien, 42  
passe latérale, 43  
passe longue, 44  
passe-et-va, 45  
plongeon, 46  
poucier, 47  
poussée, 48  
progression, 49

#### R

rang, 50  
rang horizontal, 51  
rang ouvert, 52  
rang vertical, 53  
rebond, 54  
revirement, 55

#### S

soucoupe, 56

#### T

tournoi à la pige, 57  
tracé, 58  
tracé vers la ligne, 59  
traceur, 60

## 1. **arraché**

### Définition

Faute qui survient lorsqu'un joueur défensif fait perdre le **disque volant** à son adversaire alors que celui-ci en avait le contrôle.

### Notes

Si cette faute survient lorsque le joueur offensif est dans la zone des buts, le point est accordé; s'il se trouve ailleurs sur le terrain, la faute est signalée, et le joueur offensif remet le **disque en jeu** à l'endroit où la faute s'est produite.

✓ arraché n. m.

### anglais

strip

---

## 2. **attrapé**

### Définition

Saisie du disque en vol et contrôle de celui-ci par un joueur.

✓ attrapé n. m.

### anglais

catch

---

## 3. **balai**

### Définition

Lancer exécuté en tenant le **disque volant** face vers le haut, le pouce sous celui-ci et les autres doigts sur le dessus, du côté du bras sollicité, et qui consiste à effectuer une rotation horizontale du bras, de l'arrière vers l'avant, puis à projeter le disque volant en donnant un coup de poignet vers l'intérieur pour le faire tourner.

### Notes

Le bras du lanceur est presque parallèle au sol lors du mouvement vers l'avant. Par ailleurs, un bon coup de poignet est essentiel à la stabilité du lancer.

✓ balai n. m.

Le terme *balai* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en novembre 2011 pour désigner ce concept.

### anglais

overhand throw  
overhand

---

#### 4. **bris**

##### Définition

Fait, pour un lanceur, de réussir une passe du [côté fermé](#).

##### Notes

Comme le [marqueur](#) protège le côté fermé, il est plus difficile d'exécuter une passe de ce côté que du [côté ouvert](#).



bris n. m.

On dira, par exemple, qu'il y a eu bris.

##### anglais

break

---

#### 5. **callahan**

##### Définition

Interception du [disque volant](#) par un joueur de l'équipe en défensive dans la zone des buts de l'adversaire.

##### Notes

L'équipe qui réussit un callahan marque un point.



callahan n. m.

Le terme *callahan*, du nom du célèbre joueur de disque d'équipe Henri Callahan, est utilisé ici comme nom commun, ce qui justifie l'emploi de la minuscule initiale.

##### anglais

Callahan goal

Callahan

---

#### 6. **chasseur, chasseuse**

##### Définition

Joueur de l'équipe qui, en [défensive de zone](#), couvre le porteur du [disque volant](#).

##### Notes

Le chasseur a comme rôle principal de pourchasser le porteur du disque, peu importe si ce dernier change de mains.

Le rôle du chasseur, comme c'est le cas du [marqueur](#), est également de compter à voix haute les dix secondes de délai dont dispose un porteur pour lancer le disque.



chasseur n. m.

chasseuse n. f.

Les termes *chasseur* et *chasseuse* ont été proposés par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.



lapin n. m.

lapine n. f.

Le calque sémantique *lapin* et sa variante en genre *lapine* ne comblent aucune lacune lexicale et peuvent créer un risque de substitution, le terme *chasseur* et sa forme féminine *chasseuse* étant déjà bien implantés dans la terminologie sportive.



## anglais

rabbit  
chaser

---

## 7. côté fermé

### Définition

Portion du terrain qui est couverte par le [marqueur](#), où ce dernier tente d'empêcher le porteur du [disque volant](#) de faire une passe.

### Notes

Le côté fermé est opposé au [côté ouvert](#).

Le marqueur couvre le côté fermé pour empêcher le porteur d'y faire une passe et laisse le côté ouvert libre. La taille et l'angle du côté fermé et du côté ouvert varient constamment en fonction de l'emplacement du disque sur le terrain et du marqueur.



[côté fermé](#) n. m.  
[zone fermée](#) n. f.

## anglais

closed side

---

## 8. côté ouvert

### Définition

Portion du terrain qui n'est pas couverte par le [marqueur](#), où le porteur du [disque volant](#) peut faire une passe sans entrave.

### Notes

Le côté ouvert est opposé au [côté fermé](#).

Le marqueur couvre le côté fermé pour empêcher le porteur d'y faire une passe et laisse le côté ouvert libre. La taille et l'angle du côté fermé et du côté ouvert varient constamment en fonction de l'emplacement du disque sur le terrain et du marqueur.



[côté ouvert](#) n. m.  
[zone ouverte](#) n. f.

## anglais

open side

---

## 9. courbe extérieure

### Définition

Effet que le lanceur imprime à la trajectoire du [disque volant](#), de manière à ce que celui-ci s'éloigne d'abord de l'axe de lancer sans jamais le traverser, et qu'il revienne en direction de la cible à la fin de sa course.



### Notes

Un lanceur droitier qui effectue un revers surélèvera plus ou moins l'extrémité du disque et visera à gauche de sa cible par rapport à l'axe de lancer, de façon à ce que le disque courbe vers la droite à la fin de sa course. S'il exécute un coup droit, il visera à droite de sa cible.

✓ courbe extérieure n. f.

### anglais

outside-in curve

---

## 10. courbe intérieure

### Définition

Effet que le lanceur imprime à la trajectoire du [disque volant](#), de manière à ce que celui-ci traverse, au début de sa course, l'axe de lancer avant de revenir vers la cible.

### Notes

Un lanceur droitier qui effectue un revers abaissera plus ou moins l'extrémité du disque et visera à droite de sa cible par rapport à l'axe de lancer, de façon à ce que le disque courbe vers la gauche à la fin de sa course. S'il exécute un coup droit, il visera à gauche de sa cible.

✓ courbe intérieure n. f.

### anglais

inside-out curve

---

## 11. couverture

### Définition

Stratégie défensive qui consiste, pour un joueur, à suivre étroitement dans ses déplacements l'adversaire dont il est responsable.

✓ couverture n. f.

### anglais

coverage

---

## 12. défensive de zone

### Définition

Stratégie défensive qui consiste, pour les joueurs, à couvrir l'adversaire en occupant les espaces libres sur le terrain.



## Notes

Cette stratégie est davantage utilisée lorsque les conditions météorologiques sont défavorables pour l'équipe en possession du **disque volant** (vent, pluie) ou lorsque la défensive veut empêcher un jeu planifié ou une **passe longue**.

Le joueur en défensive qui couvre un espace est, par le fait même, responsable des joueurs à l'attaque qui entrent dans celui-ci ou du disque qui y pénètre.



**défensive de zone** n. f.  
**stratégie défensive de type zone** n. f.

## anglais

zone defence  
zone defense

---

## 13. disque au sol

### Définition

Interjection utilisée pour indiquer que le **disque volant** a touché le sol avant d'être attrapé.



**disque au sol** interj.  
**au sol** interj.

La forme elliptique de type contextuel *au sol* est davantage utilisée lors d'une partie que la forme longue *disque au sol*.

## anglais

down

---

## 14. disque d'équipe

### Définition

Sport dans lequel deux équipes s'affrontent et dont l'objectif est de marquer des points en amenant un **disque volant** dans la zone des buts adverse.

## Notes

Le disque d'équipe est un sport sans contact physique.

Pour les parties à l'extérieur, l'équipe est généralement composée de sept joueurs.



**disque d'équipe** n. m.  
**disque volant d'équipe** n. m.

Le terme *disque d'équipe* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2006 pour désigner ce concept.



**disque de compétition** n. m.  
**disque volant de compétition** n. m.

La désignation *disque de compétition* (ou *disque volant de compétition*) s'emploie lorsque le sport est pratiqué dans le cadre de tournois, par exemple.



**ultimate**  
Frisbee extrême

Le terme *ultimate* est un emprunt tronqué de la forme anglaise *ultimate flying disc*.

La désignation *Frisbee extrême* est composée, d'une part, de la marque de commerce *Frisbee* et, d'autre part, de l'adjectif *extrême* qui n'est pas approprié ici, puisqu'il s'utilise pour qualifier des sports pratiqués dans des conditions particulièrement dangereuses ou difficiles.

## anglais

ultimate flying disc  
ultimate flying disk  
ultimate  
ultimate team Frisbee  
ultimate Frisbee

Les désignations *ultimate team Frisbee* et *ultimate Frisbee* sont composées de la marque de commerce *Frisbee*.

---

## 15. disque en jeu

### Définition

Interjection utilisée par le **marqueur** pour signifier au porteur la mise en jeu du **disque volant**.

### Notes

Pour qu'un disque soit remis en jeu par un joueur de l'équipe offensive, celui-ci doit établir un pivot au point approprié sur le terrain, toucher le sol avec le disque et le mettre en jeu.



**en jeu** interj.  
**disque en jeu** interj.

La forme elliptique de type contextuel *en jeu* est davantage utilisée lors d'une partie que la forme longue *disque en jeu*.

## anglais

disc in  
disk in

---

## 16. disque volant

### Définition

Objet léger, plat et circulaire, utilisé dans les sports de disque, qu'on lance en le faisant tourner sur lui-même selon des trajectoires déterminées.



**disque volant** n. m.  
**disque** n. m.  
**discoplane** n. m. Belgique

En contexte, la forme courte *disque* est également employée.

En France, le terme *disque-volant* est recommandé officiellement par la Commission d'enrichissement de la langue française, depuis 2008.



**Frisbee** **marque de commerce**





## anglais

flying disc  
flying disk

disc  
disk

Frisbee marque de commerce

---

## 17. **filet**

### Définition

Formation utilisée en [défensive de zone](#), composée de trois défenseurs positionnés en demi-cercle autour du porteur du [disque volant](#), ce qui restreint ce dernier à tenter des passes courtes.

### Notes

Le joueur situé au centre du filet empêche le porteur du disque de faire des passes au centre, tandis que les deux autres joueurs l'empêchent de rejoindre les attaquants situés sur les côtés.

Les autres défenseurs peuvent être placés près des lignes de côté, au centre du terrain derrière le filet ou plus profondément sur le terrain, selon la stratégie utilisée.



**filet** n. m.

Le terme *filet* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.



**cup**  
**cup à trois**

L'emprunt intégral à l'anglais *cup* et l'emprunt hybride *cup à trois* sont à éviter en français, puisqu'ils s'intègrent difficilement au système du français.

## anglais

cup

---

## 18. **forcer côté maison**

### Définition

Couvrir le porteur du [disque volant](#) de façon à l'obliger à lancer celui-ci vers la zone réservée aux joueurs de l'équipe défensive, située hors du terrain.

### Notes

Lors d'une partie, s'il est impossible de distinguer la zone réservée aux joueurs de l'équipe défensive de celle de l'équipe offensive, ou si la maison se situe derrière la zone des buts, on utilisera des éléments présents à l'extérieur du terrain, comme une montagne ou un stationnement, pour préciser le côté où le [marqueur](#) doit forcer le porteur à lancer le disque.



**forcer côté maison** loc. v.

Le côté maison est appelé ainsi parce que les joueurs utilisent cette zone pour déposer leurs effets personnels et se réunir avant et pendant les parties.

Le terme *forcer côté maison* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.



# DISQUE EN JEU!

## VOCABULAIRE DU DISQUE D'ÉQUIPE



anglais

force home

---

### 19. forcer côté opposé

#### Définition

Couvrir le porteur du disque de façon à l'obliger à lancer vers le côté opposé à la maison de l'équipe en défensive.

#### Notes

Lors d'une partie, s'il est impossible de distinguer la maison (zone utilisée par les joueurs pour déposer leurs effets personnels et se réunir avant et pendant les parties) de l'équipe défensive de celle de l'équipe offensive, ou si celle-ci se situe derrière la zone des buts, on utilisera des éléments présents à l'extérieur du terrain, comme une montagne ou un stationnement, pour préciser le côté où le [marqueur](#) doit forcer le porteur à lancer le [disque volant](#).



forcer côté opposé loc. v.

Le terme *forcer côté opposé* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.

anglais

force away

---

### 20. forcer de front

#### Définition

Couvrir la partie située devant le porteur du [disque volant](#), perpendiculairement aux lignes de côté, de façon à l'obliger à faire des passes latérales.

#### Notes

Forcer le porteur de front empêche également celui-ci de tenter des passes longues.



forcer de front loc. v.

Le terme *forcer de front* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.

anglais

force straight up

force up

---

### 21. forcer le lancer droit

#### Définition

Couvrir le porteur du [disque volant](#) de façon à l'obliger à exécuter un [lancer droit](#).

#### Notes

Si le porteur du disque est gaucher, le [marqueur](#) le force à lancer le disque du côté gauche de son corps. S'il est droitier, il le force à lancer le disque du côté droit.



forcer le lancer droit loc. v.

Le terme *forcer le lancer droit* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2012 pour désigner ce concept.



## anglais

force flick  
force forehand

---

## 22. forcer le revers

### Définition

Couvrir le porteur du [disque volant](#) de façon à l'obliger à faire un [lancer du revers](#).

### Notes

Si le porteur du disque est gaucher, le [marqueur](#) le force à lancer le disque du côté gauche de son corps. S'il est droitier, il le force à lancer le disque du côté droit.



**forcer le revers** loc. v.

Le terme *forcer le revers* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.

## anglais

force backhand

---

## 23. hop

### Définition

Interjection utilisée par le [marqueur](#) pour signaler aux défenseurs que le [disque volant](#) vient d'être lancé.



**hop** interj.  
**parti** interj.

## anglais

up

---

## 24. joueur en soutien, joueuse en soutien

### Définition

Joueur de l'équipe offensive qui se place derrière le porteur du [disque volant](#) ou tout juste à côté de celui-ci.

### Notes

Le joueur en soutien se place de cette façon dans le but de recevoir une passe du porteur si aucun autre joueur de son équipe ne se démarque ou pour empêcher un revirement si le porteur ne peut tenter de passe vers l'avant avant la fin des dix secondes.



**joueur en soutien** n. m.  
**joueuse en soutien** n. f.  
**soutien** n. m. ou f.

Les termes *joueur en soutien*, *joueuse en soutien* et *soutien* ont été proposés par l'Office québécois de la langue française en 2012 pour désigner ce concept.

La forme elliptique de type contextuel *soutien* est davantage utilisée lors d'une partie que la forme longue *joueur en soutien*.



# DISQUE EN JEU!

## VOCABULAIRE DU DISQUE D'ÉQUIPE



**joueur arrière** n. m.  
**joueuse arrière** n. f.  
**arrière** n. m. ou f.

Lorsque le joueur en soutien est situé derrière le porteur, on parle plutôt de *joueur arrière* ou d'*arrière*.

### anglais

dump  
reset

---

## 25. **lame**

### Définition

Lancer exécuté en tenant le **disque volant** au-dessus de l'épaule du bras sollicité à un angle de près de 90 degrés par rapport au sol, et en le relâchant après avoir fait un mouvement ascendant de l'arrière vers l'avant.

### Notes

Ce type de lancer est utilisé lorsque le lanceur veut envoyer le disque en chandelle pour qu'il atteigne un coéquipier situé derrière le **marqueur**. Le disque montera dans les airs pour rapidement redescendre à la verticale.



**lame** n. f.  
**scie** n. f.

Le terme *scie* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.

### anglais

blade

---

## 26. **lancer d'engagement**

### Définition

Mise au jeu exécutée en lançant le **disque volant** en direction de l'équipe adverse à partir de la zone des buts de l'équipe en possession du disque.

### Notes

Le lancer d'engagement est exécuté avant chaque point, au début de la partie et après la mi-temps.



**lancer d'engagement** n. m.  
**lancer d'envoi** n. m.

Le terme *lancer d'envoi* est beaucoup moins répandu que *lancer d'engagement*.

### anglais

pull  
throw-off

---

## 27. **lancer droit**

### Définition

Lancer exécuté en tenant le **disque volant** face vers le haut, du côté du bras sollicité, et qui consiste à faire pivoter l'avant-bras vers l'extérieur, en gardant le coude près du corps, puis à projeter le disque volant en ramenant l'avant-bras vers l'avant et en donnant un coup de poignet vers l'intérieur pour le faire tourner.



## Notes

Par exemple, un joueur droitier lancera le disque volant du côté droit de son corps, l'avant-bras parallèle au sol. Pour exécuter un lancer droit, le joueur doit se placer face à sa cible.

Lors d'un lancer droit, le disque volant est généralement relâché à la hauteur de la taille. Par ailleurs, un fort coup de poignet est essentiel à la stabilité du lancer.

Le lancer droit se distingue du [lancer du revers](#), dans lequel le disque volant est lancé du côté opposé au bras sollicité.



**lancer droit** n. m.  
**coup droit** n. m.

Bien que le présent concept fasse référence à un lancer et non, au sens littéral, à un coup (« corps rencontrant un autre corps »), le terme *coup droit* est adéquat, car il est employé par analogie avec le coup du même nom effectué au tennis, lequel s'exécute du côté de la main tenant la raquette.

## anglais

forehand throw  
forehand  
flick throw  
flick

---

## 28. lancer du revers

### Définition

Lancer exécuté en tenant le [disque volant](#) face vers le haut, et qui consiste à ramener le bras sollicité du côté opposé du corps, près de l'épaule, puis à projeter le disque volant en allongeant le bras vers l'avant et en donnant un coup de poignet vers l'extérieur pour le faire tourner.

### Notes

Pour exécuter un lancer du revers, un joueur droitier ramènera son avant-bras droit près de son épaule gauche. Il devra par ailleurs placer son corps de profil par rapport à sa cible, le côté droit dans la direction de celle-ci. Par ailleurs, un fort coup de poignet est essentiel à la stabilité du lancer.

Le lancer du revers se distingue du [lancer droit](#), dans lequel le disque volant est lancé du côté du bras sollicité.



**lancer du revers** n. m.  
**revers** n. m.

## anglais

backhand throw  
backhand

---

## 29. lancer flottant

### Définition

Lancer exécuté en faisant un mouvement du bras du bas vers le haut.



## Notes

La prise pour ce type de lancer est la même que pour le [lancer droit](#) ou le [lancer du revers](#), selon le côté privilégié par le lanceur.

Le lancer flottant demeure longtemps dans les airs, ce qui donne l'impression que le [disque volant](#) flotte lentement vers sa cible.

Il est à noter qu'un fort coup de poignet est essentiel à la stabilité du lancer.

Selon que le lanceur effectue son lancer flottant du coup droit ou du revers, on utilisera les termes français *lancer flottant droit* et *lancer flottant du revers*.



**lancer flottant** n. m.  
**flottant** n. m.

Les termes *lancer flottant* et *flottant* ont été proposés par l'Office québécois de la langue française en 2012 pour désigner ce concept.

## anglais

floater

---

## 30. marauder

### Définition

Abandonner intentionnellement une [couverture](#) pour aider les autres joueurs en défensive.

### Notes

Le défenseur qui maraude tente de nuire à la progression adverse ou de limiter les options de passe du porteur du [disque volant](#).



**marauder** v.  
**braconner** v.

Les termes *marauder* et *braconner* ont été proposés par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.

## anglais

poach

---

## 31. marché

### Définition

Faute qui survient lorsqu'un [traceur](#) ne s'immobilise pas rapidement après avoir attrapé le [disque volant](#), qu'un porteur n'établit pas de pivot avant de lancer le disque ou qu'il ne maintient pas, du moins en partie, son pivot en exécutant une passe.

### Notes

Le porteur peut toutefois faire une passe avant son troisième contact avec le sol sans avoir établi de pivot. Après le troisième contact, un pivot est requis.

Le traceur doit arrêter sa course dès que possible après avoir attrapé le disque.



**marché** n. m.  
**déplacement** n. m.



anglais

travel

---

## 32. marquage individuel

### Définition

Stratégie défensive qui consiste à jumeler chaque joueur de l'équipe défensive à un joueur de l'équipe adverse qu'il devra couvrir.

### Notes

Le marquage individuel est la stratégie défensive la plus couramment utilisée. En règle générale, les joueurs de l'équipe défensive choisissent avant chaque point le joueur offensif qu'ils couvriront.



**marquage individuel** n. m.  
stratégie défensive de type personne à  
personne n. f.



**système d'homme à homme**

La désignation *système d'homme à homme* ne peut être utilisée que si les équipes sont composées uniquement d'hommes. Dans les autres cas, il est préférable d'utiliser le terme *marquage individuel*.

anglais

one-on-one defence  
one-on-one defense  
man-to-man defence  
man-to-man defense

---

## 33. marqueur, marqueuse

### Définition

Joueur de l'équipe défensive qui couvre le porteur du [disque volant](#).

### Notes

Le rôle du marqueur, comme c'est le cas du [chasseur](#), est également de compter à voix haute les dix secondes de délai dont dispose un porteur pour lancer le disque.

Contrairement au chasseur, qui suit le disque, la personne qui a le rôle de marqueur peut changer au cours d'une même séquence de jeu.



**marqueur** n. m.  
**marqueuse** n. f.

anglais

marker

---

## 34. marteau

### Définition

Lancer renversé exécuté en tenant le [disque volant](#) face vers le bas, au-dessus de la tête et à un angle d'environ 45 degrés par rapport au sol, puis en le relâchant après avoir fait un mouvement ascendant de l'arrière vers l'avant.

### Notes

Pour exécuter un marteau, le joueur doit se placer face à sa cible et ramener le bras qui tient le disque au-dessus de sa tête. Le disque finira sa course parallèlement au sol, face vers le bas.

Il est à noter qu'un fort coup de poignet est essentiel à la stabilité du lancer.



**marteau** n. m.

### anglais

hammer

---

## 35. meneur de jeu, meneuse de jeu

### Définition

Joueur de l'équipe offensive dont le rôle principal est d'assurer la possession du [disque volant](#) et d'orienter l'attaque.

### Notes

Les meneurs de jeu touchent au disque beaucoup plus souvent que les autres joueurs de l'équipe offensive. Ceux-ci s'échangent le disque en attendant qu'un [traceur](#) se démarque pour recevoir une passe.



**meneur de jeu** n. m.

**meneuse de jeu** n. f.

**meneur** n. m.

**meneuse** n. f.

### anglais

handler

---

## 36. mur

### Définition

Formation utilisée en [défensive de zone](#), composée de trois défenseurs positionnés devant le porteur du [disque volant](#), en ligne droite parallèle à la zone des buts, et d'un [chasseur](#), ce qui restreint le porteur à tenter des passes courtes.

### Notes

Les autres défenseurs peuvent être placés près des lignes de côté, au centre du terrain derrière le mur ou plus profondément sur le terrain, selon la stratégie utilisée.



**mur** n. m.

Le terme *mur* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.





✘ cup à quatre

L'emprunt hybride *cup à quatre* est à éviter en français, puisqu'il s'intègre difficilement au système de cette langue.

anglais  
wall

---

## 37. obstruction

### Définition

Blocage, intentionnel ou non, qui survient lorsqu'un joueur offensif se déplace de façon qu'un joueur défensif couvrant un [traceur](#) se trouve entravé.

### Notes

Il y a obstruction même s'il n'y a pas eu de contact. Toutefois, le joueur lésé doit être à moins de trois mètres du traceur au moment de l'obstruction.

✔ obstruction n. f.

✘ interférence

L'emploi du terme *interférence* au sens d'« obstruction » est à éviter, puisqu'il s'agit d'un calque sémantique du terme anglais *interference* et qu'il n'a pas ce sens en français.

anglais  
pick

---

## 38. offensive de zone

### Définition

Stratégie offensive qui consiste, pour les joueurs à l'attaque, à se placer à différents endroits stratégiques sur le terrain pour contrer la défense de zone et progresser.

### Notes

Dans une offensive de zone, les meneurs de jeu effectuent habituellement des passes latérales pour éviter le [filet](#) ou le [mur](#), ou pour créer des brèches dans la défense, dans le but de rejoindre les autres attaquants situés à différents endroits sur le terrain.

✔ offensive de zone n. f.  
attaque de zone n. f.  
stratégie offensive de type zone n. f.

anglais  
zone offence  
zone offense

---



## 39. pas de bris

### Définition

Interjection utilisée par les joueurs en défensive pour indiquer au **marqueur** qu'il doit éviter qu'une passe soit exécutée du **côté fermé**.

### Notes

En bloquant les trajectoires de passe du côté fermé, le marqueur permet aux autres défenseurs de se concentrer sur le **côté ouvert**.



**pas de bris** interj.

Le terme *pas de bris* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.

### anglais

no break

---

## 40. pas de ligne

### Définition

Interjection utilisée pour indiquer au **marqueur** qu'il doit empêcher le porteur du **disque volant**, situé près des lignes de côté, de faire une passe vers ces mêmes lignes.



**pas de ligne** interj.

Le terme *pas de ligne* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2012 pour désigner ce concept.

### anglais

no line

---

## 41. passe à suivre

### Définition

Passe visant une partie du terrain située à l'avant du **traceur** ou du **meneur de jeu**, qui lui permet de progresser vers la zone adverse avant d'attraper le **disque volant**.

### Notes

Ce type de passe permet au traceur ou au meneur d'être en mouvement et de couvrir une certaine portion du terrain avant d'attraper le disque volant. Cependant, celui-ci doit adapter son **tracé** à la trajectoire du disque.



**passe à suivre** n. f.

Le terme *passe à suivre* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2012 pour désigner ce concept.

### anglais

lead pass  
leading pass

---



## 42. **passé au soutien**

### Définition

Passé courté faite au **joueur en soutien** dans le but de relancer l'attaque.

### Notes

La **passé au soutien** est utilisée si aucun autre joueur de l'équipe offensive ne se démarque ou pour empêcher un revirement si le porteur ne peut tenter de passer vers l'avant avant la fin de son délai de dix secondes.



**passé au soutien** n. f.

Le terme *passé au soutien* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.



**passé arrière** n. f.

Lorsque la **passé au soutien** est exécutée derrière le porteur, on parle plutôt de *passé arrière*.

### anglais

dump pass  
dump

---

## 43. **passé latérale**

### Définition

Passé exécutée parallèlement à la ligne de fond.



**passé latérale** n. f.

### anglais

swing pass  
swing

---

## 44. **passé longue**

### Définition

Passé dans laquelle le **disque volant** parcourt au moins la moitié de la longueur du terrain.



**passé longue** n. f.  
**longue** n. f.

Lors d'une partie, par souci de concision, on utilise généralement le terme *longue*. Le substantif antéposé *passé* est alors implicite.

### anglais

huck pass  
huck

---



## 45. passe-et-va

### Définition

Manœuvre offensive où le porteur du **disque volant** fait une passe courte à un de ses coéquipiers et se dirige rapidement dans un espace libre près de celui-ci afin de recevoir à nouveau le disque.

### Notes

Cette manœuvre permet principalement au lanceur initial de distancer son **marqueur** et de créer de la confusion dans la défensive adverse. Le passe-et-va contribue également à avancer rapidement sur le terrain.

✓ passe-et-va n. m.

### anglais

give-and-go

---

## 46. plongeon

### Définition

Saut au cours duquel le joueur propulse tout son corps dans une certaine direction pour tenter d'attraper un **disque volant** qu'il ne peut atteindre en étirant simplement le bras, puis tombe au sol, sur une partie du corps autre que ses pieds.

✓ plongeon n. m.

### anglais

layout  
dive

---

## 47. poucier

### Définition

Lancer renversé exécuté en plaçant le pouce le long de la paroi interne de la lisière du **disque volant**, en tenant celui-ci près de l'oreille du côté du bras sollicité, et en le relâchant après avoir fait un mouvement ascendant de l'arrière vers l'avant.

### Notes

Pour exécuter un poucier, le joueur doit se placer face à sa cible. Le disque finira sa course parallèlement au sol, face vers le bas. Il est à noter qu'un fort coup de poignet est essentiel à la stabilité du lancer.

✓ poucier n. m.

Le terme *poucier* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.

Le terme français *poucier* fait référence à la prise du disque lors du lancer, le pouce étant le long de la paroi interne de la lisière du disque.

### anglais

thumber

---



## 48. **poussée**

### Définition

Lancer court exécuté en tenant le **disque volant** face vers le haut, du côté du bras sollicité, et qui consiste à ramener l'avant-bras près de la poitrine et à faire pivoter le disque volant vers l'intérieur, avant de le projeter en donnant un coup de poignet vers l'extérieur pour le faire tourner.

### Notes

Pour effectuer une poussée, on place généralement le pouce sur le dessus du disque volant, l'index le long du bord et les trois autres doigts sous le disque. Le fait de placer l'index sur le bord du disque volant permet d'en accélérer la rotation.

La poussée se distingue du **lancer du revers**, dans lequel le disque volant est lancé du côté opposé au bras qui le tient, et du **lancer droit**, dans lequel l'avant-bras pivote vers l'extérieur.

Lors d'une poussée, le disque volant parcourt une courte distance. Il flotte par ailleurs plus longtemps qu'avec tout autre type de lancer, ce qui peut permettre à la défense de l'intercepter plus facilement. C'est pourquoi la poussée est principalement utilisée pour effectuer des passes courtes.



**poussée** n. f.

Le terme *poussée* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en juillet 2023 pour désigner ce concept. Ce terme fait référence au mouvement du bras lors de l'exécution du lancer. Le disque semble poussé vers le **traceur** au lieu d'être lancé.

### anglais

push pass

---

## 49. **progression**

### Définition

Suite rapide et continue de passes courtes au sein de l'équipe offensive.

### Notes

La progression permet aux joueurs d'avancer rapidement vers la zone des buts tout en prenant de vitesse la défensive.



**progression** n. f.

**enchaînement** n. m.

**enchaînement** n. m. rectifications de l'orthographe

Le terme *progression* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2012 pour désigner ce concept.

### anglais

flow

fluid offensive movement

---

## 50. **rang**

### Définition

Formation offensive qui consiste en l'alignement des **traceurs** sur une ligne imaginaire afin qu'ils puissent se démarquer à tour de rôle et recevoir une passe du porteur du **disque volant**.



# DISQUE EN JEU!

## VOCABULAIRE DU DISQUE D'ÉQUIPE



**rang** n. m.

Le terme *rang*, qui illustre bien l'alignement des joueurs sur le terrain et englobe l'ensemble des variantes possibles, est préconisé.



**ligne** n. f.  
**file** n. f.

Le terme *ligne*, qu'on trouve déjà dans les expressions *ligne de côté* et *ligne de fond*, pourrait prêter à confusion et n'a pas été retenu.

Le terme *file* désigne une suite de personnes placées les unes derrière les autres, ce qui n'est pas toujours le cas ici. C'est pourquoi il n'a pas été retenu.

**anglais**

stack

---

## 51. rang horizontal

**Définition**

Formation offensive qui consiste en l'alignement des **traceurs** sur une ligne parallèle aux lignes de fond afin qu'ils puissent se démarquer à tour de rôle et recevoir une passe du porteur du **disque volant**.



**rang horizontal** n. m.

Le terme *rang horizontal* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.

**anglais**

horizontal stack

---

## 52. rang ouvert

**Définition**

Formation offensive qui consiste en la séparation des **traceurs** en deux groupes, parallèles à chaque ligne de côté, afin qu'ils puissent se démarquer à tour de rôle et recevoir une passe du porteur du **disque volant**.



**rang ouvert** n. m.  
**rang séparé** n. m.

Les termes *rang ouvert* et *rang séparé* ont été proposés par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.

**anglais**

split stack  
spread  
open stack

---

## 53. rang vertical

**Définition**

Formation offensive qui consiste en l'alignement des **traceurs** sur une ligne parallèle aux lignes de côté afin qu'ils puissent se démarquer à tour de rôle et recevoir une passe du porteur du **disque volant**.



**rang vertical** n. m.

Le terme *rang vertical* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.



anglais

vertical stack

---

## 54. rebond

### Définition

Effet que le lanceur imprime à la trajectoire du [disque volant](#), de manière à ce que celui-ci se dirige vers le sol pour ensuite remonter soudainement dans les airs.

### Notes

Le rebond s'effectue en lançant le disque devant soi principalement lors d'un [lancer du revers](#) ou d'un [lancer droit](#), tout en conservant l'avant du disque légèrement relevé par rapport à l'arrière en utilisant le pouce pour créer cet angle.

L'air accumulé sous le disque lorsque celui-ci est près du sol lui permettra de remonter rapidement en décrivant un arc de cercle en raison de la déflexion de l'air vers le bas.



rebond n. m.

Le terme *rebond* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.

anglais

air bounce

---

## 55. revirement

### Définition

Changement de possession du [disque volant](#).

### Notes

Pour qu'un revirement puisse être effectif, le disque doit être soit tombé au sol à un autre moment que lors du [lancer d'engagement](#), soit intercepté par l'équipe adverse, soit lancé à l'extérieur du terrain, ou être toujours dans les mains du porteur après le compte de dix secondes.



revirement n. m.

anglais

turnover

---

## 56. soucoupe

### Définition

Lancer renversé croisé exécuté en tenant le [disque volant](#) face vers le bas, au-dessus de l'épaule opposée au bras sollicité, et en le relâchant après avoir fait un mouvement circulaire de l'arrière vers l'avant.



## Notes

Par exemple, un joueur droitier lancera le disque au-dessus de son épaule gauche, environ à la hauteur de l'oreille. Le disque finira sa course parallèlement au sol, face vers le bas. Pour exécuter une soucoupe, le joueur doit se placer face à sa cible.

Il est à noter qu'un fort coup de poignet est essentiel à la stabilité du lancer.

Le lanceur peut déterminer le **tracé** du disque en variant l'angle de position de celui-ci avant le lancer. Pour un joueur droitier, un angle de 90 degrés contribuera à un tracé de gauche à droite, un angle de 45 degrés favorisera un tracé direct, et un disque parallèle au sol, un tracé de droite à gauche.



**soucoupe** n. f.

Le terme *soucoupe* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2012 pour désigner ce concept.

## anglais

scoober

---

## 57. **tournoi à la pige**

### Définition

Tournoi de **disque d'équipe** reposant sur l'inscription individuelle pour la formation des équipes.

### Notes

Les équipes peuvent être composées selon les habiletés des joueurs, leur taille, leur sexe ou simplement être tirées au sort.



**tournoi à la pige** n. m.



**tournoi hat**

Le terme *tournoi hat* est à éviter puisqu'il s'agit d'un emprunt hybride à l'anglais qui ne vient combler aucune lacune lexicale en français, le terme *tournoi à la pige* étant déjà bien implanté dans l'usage.

## anglais

hat tournament  
hat

---

Le terme *hat tournament* fait référence au fait que l'on peut constituer les différentes équipes en pigeant les noms des joueurs dans un chapeau.

## 58. **tracé**

### Définition

Tentative de démarquage faite par un joueur de l'équipe offensive dans le but de recevoir une passe du porteur du **disque volant**.

### Notes

Le joueur peut se démarquer de plusieurs façons, par exemple en changeant soudainement de direction ou de vitesse, ou en faisant une feinte.



**tracé** n. m.





anglais  
cut

---

## 59. tracé vers la ligne

### Définition

**Tracé** exécuté par un joueur de l'équipe offensive lorsque celui-ci se dirige vers la ligne de côté en passant devant le porteur du **disque volant**.



**tracé vers la ligne** n. m.

Le terme *tracé vers la ligne* a été proposé par l'Office québécois de la langue française en 2011 pour désigner ce concept.

anglais  
up-the-line  
up-the-line cut

---

## 60. traceur, traceuse

### Définition

Joueur de l'équipe offensive qui tente de se démarquer pour recevoir une passe du porteur du **disque volant**.

### Notes

Le traceur qui reçoit une passe devient automatiquement le porteur du disque.



**traceur** n. m.  
**traceuse** n. f.

Les termes *traceur* et *traceuse* ont été proposés par l'Office québécois de la langue française en 2012 pour désigner ce concept.

anglais  
cutter



Pour accéder à l'ensemble des vocabulaires de l'Office québécois de la langue française :  
[oqlf.gouv.qc.ca/ressources/bibliotheque/dictionnaires/index\\_lexvoc.html](http://oqlf.gouv.qc.ca/ressources/bibliotheque/dictionnaires/index_lexvoc.html).

Pour connaître les outils et les services linguistiques de l'Office :  
[vitritelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/a-propos-de-la-vitrine-linguistique/offre-de-services-linguistiques](http://vitritelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/a-propos-de-la-vitrine-linguistique/offre-de-services-linguistiques).

Pour consulter les ressources de la Vitrine linguistique :  
[vitritelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca](http://vitritelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca).

Pour visiter le site de l'Office :  
[oqlf.gouv.qc.ca/accueil.aspx](http://oqlf.gouv.qc.ca/accueil.aspx).



© Office québécois de la langue française, 2025