



Moins de 8



Moins de 10



Moins de 12



Moins de 14

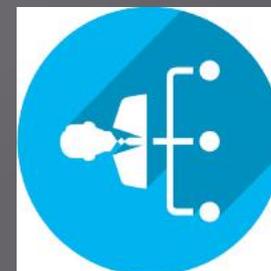


ECOLE

DE

RUGBY





responsables

éducateurs

secrétaires



Aide à la navigation



NAVIGATION dans le DIAPORAMA

1- retour ACCUEIL GENERAL(diapo 2)

2- retour ACCUEIL CATEGORIE
(diapos 5, 6, 7, 8)

3- retour diapo suivante

4- lien vers les domaines des catégorie

5- lien vers des exercices du projet de jeu

d'apprentissage

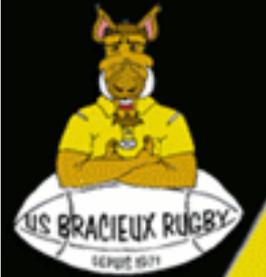
6- lien vers les règlements

7- retour des exercices vers le tableau

Projet de Jeu
Apprentissage

Clic sur les logos suivants





Organigramme EDR

Responsables

- Thierry MOLIARD
- Jean-Yves MUNERET

Secrétaire

- Jean-Yves MUNERET

Relationnel

- Thierry MOLIARD

Trésorière

- Anne Marie MOLIARD

Matériel

- Jean-Yves MUNERET

Ecoles

- Jean-Yves MUNERET

Référent Sécurité

- Laurent VIOU

Référent Arbitrage

Intervenant ECOLES

- Jean-Yves MUNERET

Educateurs moins de 8 ans

- Gaël AUTRET
- Anne Marie MOLIARD
- Nicolas ARNAUD

Educateurs moins de 10 ans

- Mado WILFART
- Rémi BEAUFEU

Educateurs moins de 12 ans

- Patrick MARION
- Cyril CANTO

Educateurs moins de 14 ans

- Laurent VIOU
- Yannick BARBILLON

Secrétaire moins de 8 ans

- Céline BALESTON

Secrétaire moins de 10 ans

- Mélanie OTTEVAERE

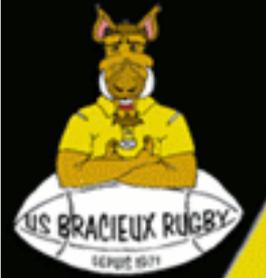
Secrétaire moins de 12 ans

- Diane ARNAUD

Secrétaire moins de 14 ans

- Diane ARNAUD

Accueil du Jeune Joueur



Lors de l'inscription 4 types de documents sont remis au Jeune Joueur et à sa famille



AUTORISATIONS

Je soussigné(e), en ma qualité de : **Prés - Mère - Tuteur (1)**

De joueur : _____

Autoriser N'autoriser pas (1)
Les déplacements et séjours de l'U.S. Bracieux Rugby à commencer sans motif en valant pour personnel, lors d'un déplacement, en cas de besoin.

Autoriser N'autoriser pas (1)
L'U.S. Bracieux Rugby à faire passer des photos de mon enfant sur le site internet du club, calendrier de club, ou sur autre support imprimé, notamment des photos de groupe, pas de photos individuelles.

Partir à : _____ le _____
Signature, préalable de la section - à être approuvé -

(1) Rayer la mention inutile

NOM : _____ U
S
B
r
a
c
i
e
u
x

Prénoms : _____

Adresse : _____

Prénoms : _____

Adresse : _____

Téléphone - domicile : _____ **Téléphone - scolaire :** _____

Email : @ _____ Email : @ _____

Tuteur :

NOM : _____

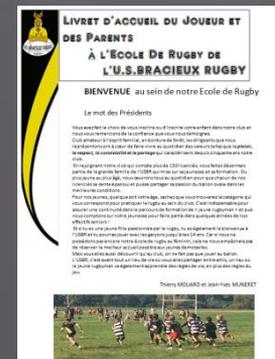
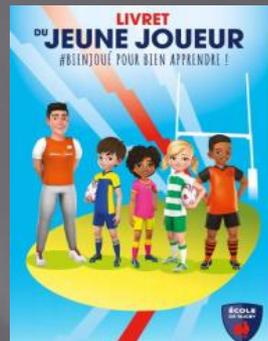
Prénoms : _____

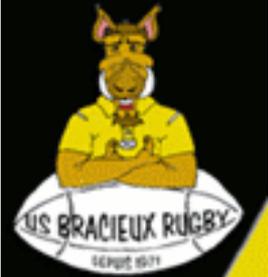
Adresse : _____

Téléphone - domicile : _____ **Téléphone - scolaire :** _____

Email : @ _____ Email : @ _____

Recommandé Signé de l'enfant / Père - Mère - Tuteur.





Référent SECURITE

MISSIONS

Suite aux journées de formation à la sécurité ,

Lors des réunions technique de début d'année

- 1-Faire le bilan de ces journées et rappeler les points importants
- 2-Insister sur les notions clés auprès des éducateurs

[Le Placage](#)

[3c3](#)

Lors des séances d'entraînement

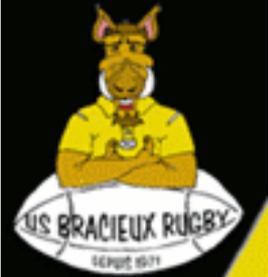
- 1-Mettre en œuvre en collaboration avec les éducateurs des différentes catégories une formation des joueurs en matière de sécurité (ateliers spécifiques, arbitrage des situations de jeu...)
- 2- Intervenir à la demande des éducateurs sur tel ou tel point de la sécurité à travailler auprès des joueurs concernés

[Les Points Clés
pour Plaquer](#)

[1c1
Se positionner](#)

[5c5
Jeu au Contact](#)





Référent ARBITRE

MISSIONS

Lors des séances d'entraînement

- 1-Mettre en œuvre en collaboration avec l'arbitre du club la formation des joueurs/arbitres (ateliers spécifiques, arbitrage des situations de jeu...)
- 2- Valoriser l'engagement de ces joueurs/arbitres au sein de son club (autres joueurs, dirigeants, parents ...)

Lors des compétitions

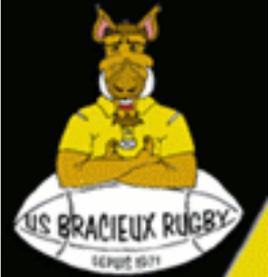
- 1-Accompagnement des joueurs/arbitres de sa catégorie sur le terrain lors des rencontres organisées en leur donnant des conseils sur le placement, la prise de décision...(accompagnement et non substitution)
- 2- Assurer à ces joueurs/arbitres un climat favorable (gestion des bancs de touche, joueurs irrespectueux...)
- 3- Arbitrage de la « mêlée éducative »
- 4- Intervention sur le jeu déloyal si non sanctionné par les joueurs/arbitres

Attitudes au contact

Arracheur
Bloqueur

Placage à 2





Moins de 8 ans

[Organigramme](#)

[Généralités](#)

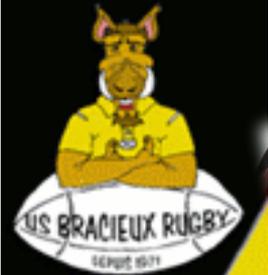
[Calendrier](#)

[Projet de JEU](#)

[Documentation](#)

[Règlement](#)





Moins de 10 ans

[Organigramme](#)

[Généralités](#)

[Calendrier](#)

[Projet de JEU](#)

[Documentation](#)

[Règlement](#)





Moins de 12 ans



[Organigramme](#)

[Généralités](#)

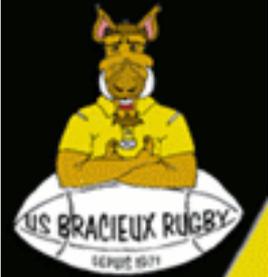
[Calendrier](#)

[Projet de JEU](#)

[Documentation](#)

[Règlement](#)





Moins de 14 ans

[Organigramme](#)

[Généralités](#)

[Calendrier](#)

[Projet de JEU](#)

[Documentation](#)

[Règlement](#)





Généralités

L'accueil des moins de 8 ans

L'environnement proposé aux moins de 8 ans doit tenir compte des aspects sécuritaires et conviviaux



Ambiance chaleureuse (qualité des vestiaires, du club house, du matériel, du gouter)
Séances ludiques

A cet âge l'enfant a besoin d'un cadre de référence. C'est son premier contact avec l'activité rugby, son éducation et son apprentissage doivent respecter les différentes étapes de son développement (motricité, affectivité, compréhension de ses actions) par le plaisir et par le jeu. Le rugby de l'enfant doit être fait de mouvements pour lui permettre d'acquérir un patrimoine moteur (se déplacer, courir, sauter, porter, attraper, lancer). Les éléments de base à prendre en considération doivent être centrés sur les capacités de l'enfant, sous forme de jeux.

Comme il fonctionne par pulsions, par réactions, il a besoin de découvrir l'espace, d'éprouver son équilibre, sa latéralité, de maîtriser un certain contrôle postural.

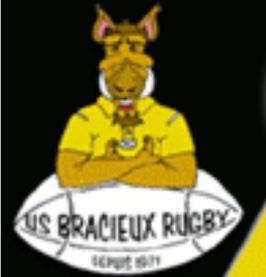
Il est toujours en activité par périodes de courtes durée .

Il faut aider l'enfant à découvrir et construire progressivement le rugby et non lui plaquer le rugby de l'adulte, parce qu'il n'en est pas un.

Les habiletés motrices

<p>l'Enfant et le Corps</p>	<p>De 6-7 ans à 9 ans</p> <ul style="list-style-type: none">● Utilisation des divers modes de locomotion : course, marche, pas, glissade, rotation, circuits.● Équilibration dans l'arrêt pour enclenchement dans l'action : changement de direction.● Coordination dynamique générale.● Suivre un camarade en restant équilibré.● Dissociation des jambes et des bras.	<p>l'Enfant et le Milieu (espace-temps)</p>	<ul style="list-style-type: none">● Disposition dans un espace délimité.● Situation par rapport au partenaire par rapport à la notion de distance efficace.● Représentation de l'aire de jeu et perception de sa situation dans cette aire.● But à atteindre avec le ballon.● Appréciation des distances et des vitesses du ballon, du partenaire, de l'adversaire.● Coordination du déplacement du ballon et du sien.	<p>l'Enfant le Ballon et l'Equipe</p>	<ul style="list-style-type: none">● Affinement du contrôle manuel et précis.● Réalisation des trajectoires précises, verticales, hautes ou courtes, horizontales tendues, avec rebonds.● Parcours avec ballon, évitement et contournement d'obstacles.● Réception, application des trajectoires.● Intégration dans un groupe de 3 à 5 éléments.
------------------------------------	--	--	---	--	---

C'est une période très favorable pour l'acquisition des habiletés motrices qui peuvent être développées même si elles ne sont pas toujours présente dans les matches.



Projet de JEU



OBJECTIFS DE TRAVAIL

Organisation de la saison

SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DÉCEMBRE
Manipulation	Coordination	Attitudes au contact	Chutes / Luttes

JANVIER	FEVRIER	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
Manipulation	Attitudes	Oppositions	Oppositions	Tournois	Manipulation

Semaine Nationale des écoles de rugby

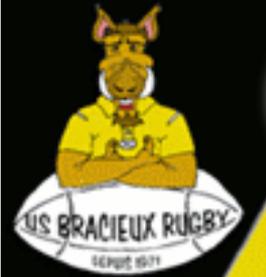
Plateaux départementaux

Journées ateliers

Tournois clubs

T. DE JEU MOINS DE 8

Moins de 8 ans			Sept Oct	Nov Dec	Janv Fev	Mars Avril
Jeu De mouvement	<p>ⓄⓄ</p> <p>Porter la balle vers l'avant</p>	<p>Ⓞ Marquer souvent</p> <p>Ⓞ Attraper le ballon</p> <p>Ⓞ Courir avec le ballon</p> <p>Ⓞ Ramasser le ballon</p>	1	9		
	<p>ⓄⓄ</p> <p>Avancer en opposition</p>	<p>Ⓞ Défendre sa ligne de but</p> <p>Ⓞ S'opposer physiquement</p> <p>Ⓞ Attraper le porteur de balle</p>			17	25
Gestion des contacts et des luttes	<p>ⓄⓄ conserver le ballon au contact ou le récupérer.</p>	<p>Ⓞ Jouer en sécurité</p> <p>Ⓞ Avancer au contact de l'adversaire</p> <p>Ⓞ Lutter pour gagner le ballon</p> <p>Ⓞ Accepter de tomber</p>		10		26
S'orienter vers la cible	<p>ⓄⓄ S'orienter vers la cible</p>	<p>Ⓞ Repérer la ligne de marquee</p> <p>Ⓞ Se placer chacun dans son camp</p> <p>Ⓞ Respecter les limites du terrain</p>	2			Sit 1
Respect des règles	<p>ⓄⓄ Connaître la règle de la marque et du hors jeu</p>	<p>Ⓞ Poser le ballon pour marquer</p> <p>Ⓞ Se replacer pour faire avancer</p>			18	



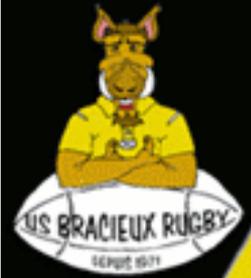
Organigramme

éducateurs

- Gaël AUTRET
- Anne Marie MOLIARD
- Nicolas ARNAUD

secrétaire

- Céline BALESTON



Calendrier

1^{ère} phase
Septembre à décembre 2020



Calendrier Ecole de Rugby Moins 8 1^{ère} Phase Septembre à Décembre 2020



Septembre 2020	
M	1
M	2
J	3
V	4
S	5
D	6
L	7
M	8
M	9
J	10
V	11
S	12
D	13
L	14
M	15
M	16
J	17
V	18
S	19
D	20
L	21
M	22
M	23
J	24
V	25
S	26
D	27
L	28
M	29
M	30

Octobre 2020	
J	1
V	2
S	3
D	4
L	5
M	6
M	7
J	8
V	9
S	10
D	11
L	12
M	13
M	14
J	15
V	16
S	17
D	18
L	19
M	20
M	21
J	22
V	23
S	24
D	25
L	26
M	27
M	28
J	29
V	30
S	31

Novembre 2020	
D	1
L	2
M	3
M	4
J	5
V	6
S	7
D	8
L	9
M	10
M	11
J	12
V	13
S	14
D	15
L	16
M	17
M	18
J	19
V	20
S	21
D	22
L	23
M	24
M	25
J	26
V	27
S	28
D	29
L	30

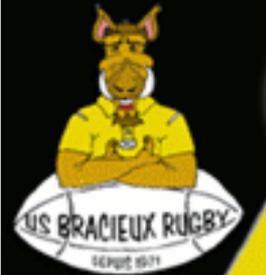
Décembre 2020	
M	1
M	2
J	3
V	4
S	5
D	6
L	7
M	8
M	9
J	10
V	11
S	12
D	13
L	14
M	15
M	16
J	17
V	18
S	19
D	20
L	21
M	22
M	23
J	24
V	25
S	26
D	27
L	28
M	29
M	30
J	31

suite





2^{ème} phase
janvier à juin 20201



Règlement



RÈGLES DU JEU

Calendrier des pratiques

Le tableau ci-dessous propose un calendrier avec le type de pratique prescrit :

T+2 = Toucher + 2 secondes – Effectif 5 x 5

JCO = Jeu au contact – Effectif réduit 5 x 5 ou 7 x 7 (en fonction de la catégorie)

RE = Rugby Educatif – Effectif complet 10 x 10 ou 15 x 15

Quelle que soit la catégorie, pour les joueurs débutant l'activité et les joueurs non confirmés, il est conseillé de démarrer la pratique du rugby en respectant la règle du « Toucher + 2 secondes ».

CAT	PRAT	Sept	Oct	Nov	Déc	Janv	Fév	Mars	Avril	Mai	Juin
M8	5X5	T+2	T+2	T+2	T+2	JCO 5X5	JCO 5X5	JCO 5X5	JCO 5X5	JCO 5X5	JCO 5X5

Jeu à 5 X 5

Jouer une grosse partie de la saison (septembre à mars) en « toucher + 2 secondes » afin de dédramatiser le contact, de rendre l'activité très ludique et participative pour l'ensemble des joueurs.

En complément, durant cette période l'éducateur devra aussi travailler le contact avec le sol et avec l'adversaire ce qui permettra de terminer la saison (Mars à Juin) par du jeu au contact (tel que décrit dans les formes de « jeu à contacts aménagés »).

TOUCHER + 2 secondes



5x5



30x20m



Max 50 min sur ½
journée
Max 75 min sur 1
journée

- + Toucher 2 mains entre la taille et les épaules
Le porteur de balle à deux secondes pour faire une passe, sans obligation de s'arrêter.

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 8 / T+2 :



JOUER AU CONTACT



5x5



30x20m

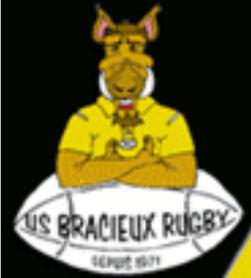


Max 50 min sur ½
journée
Max 75 min sur 1
journée

- + Lorsque le porteur de balle est en contact avec l'adversaire (debout ou au sol), il doit transmettre la ballon immédiatement. Le plaquage est effectué obligatoirement avec les 2 bras entre la taille et les pieds.

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 8 / JCO :





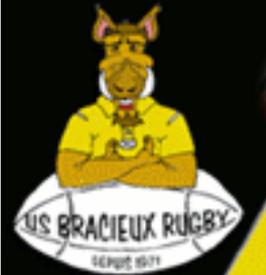
Documentation

l'apprentissage

PHASE DE JEU	THEMES		Niv1		Niv2		Niv3	
Jeu de mouvement	<u>Circulation offensive</u> Porter la balle vers l'avant		1		2			
	<u>Circulation défensive</u> Avancer en opposition		4					
	Jeu pénétrant							
	Jeu déployé		5					
	Jeu au pied							
	Contre attaque							
Phase de Fixation (arrêt du ballon)	<u>Gestion des luttes et des contacts</u> Conservier le ballon au contact ou le récupérer	Placages, blocages	6		7	8	9	
		Mélées spontanées						
		mauls						
	<u>Relance en mouvement</u> S'orienter vers la cible	Déséquilibres favorables	3					
	Déséquilibres défavorables							
Phases ordonnées	Organisation conquête							
	Lancements							

suite





Généralités

L'accueil des moins de 10 ans

Le joueur construit son rugby et le jeu construit le joueur dans un climat de confiance et de plaisir :



Ambiance chaleureuse (qualité des vestiaires, du club house, du matériel, du gouter)
Séances ludiques

Le climat d'apprentissage :

La nature des relations joueurs-éducateurs doit être régit par un certains de règles de vie qui vont garantir la cohésion du groupe moins de 10 ans.

Rassurer, imprégner :

L'activité doit être aménagée pour être sécurisante. Elle est essentiellement ludique et portée vers le plaisir notamment en utilisant :

- Des jeux anciens
- Des jeux de manipulation, de lutte et de déplacements
- Du jeu total à partir des règles fondamentales de la catégorie

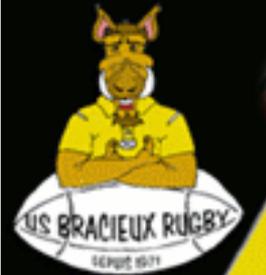
Apprendre en jouant, jouer en apprenant :

Une attention particulière doit être apportée à la hiérarchie des objectifs, le niveau de jeu évolue tant sur le plan de l'utilisation du ballon que sur celui de l'opposition. Le joueur doit vivre ces deux statuts dans le même situation. Il faudra aussi être vigilant sur l'arbitrage et leur proposer d'arbitrer.

Les habiletés motrices

<ul style="list-style-type: none">● Contrôle des déplacements sans perte d'équilibre, changement de direction, de vitesse.● Courses en slalom.● Amélioration du tonus postural : exercice d'équilibre.● Elargissement du champ visuel.● Amélioration des qualités de détente, vitesse, endurance, puissance.● Dissociation des perceptions.● Vitesse de réaction.	<ul style="list-style-type: none">● Décentration par rapport au ballon.● Implication de tous les enfants : jeux sur terrain réduit et effectif réduit.● Chaque enfant doit se sentir concerné par le jeu.	<ul style="list-style-type: none">● Organisation de l'équipe.● Appréciation des trajectoires● Contrôle réception.● Variation des formes de lancement du jeu.● Progression des effectifs : attaquants défenseurs.
---	---	--

C'est une période très favorable pour l'acquisition des habiletés motrices qui peuvent être développées même si elles ne sont pas toujours présente dans les matches.

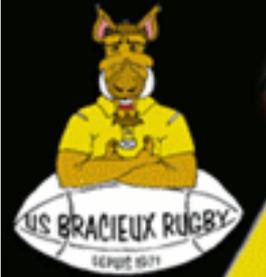


Projet de JEU

CALENDRIER						
M10 Organisation de la saison						
SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DÉCEMBRE			
Motricité	Manipulation	Attitudes au contact	Plaquages			
JANVIER	FEVRIER	MARS	AVRIL	MAI	JUIN	
Motricité Manipulation	Attitudes au contact	Manipulation Plaquages	Tournois	Tournois	Course aérobie	

Semaine Nationale des écoles de rugby
 Plateaux départementaux
 Journées ateliers
 Tournois clubs

Moins de 10 ans			Sept	Oct	Nov Dec	Janv Fev	Mars Avril
Jeu De mouvement	◎◎ Porter la balle vers l'avant	◎ Marquer souvent ◎ Attraper le ballon ◎ Courir avec le ballon ◎ Ramasser le ballon	3		11		
	◎◎ Avancer en opposition	◎ Défendre sa ligne de but ◎ S'opposer physiquement ◎ Attraper le porteur de balle				19	Sit 2
Gestion des contacts et des luttes	◎◎ conserver le ballon au contact ou le récupérer.	◎ Jouer en sécurité ◎ Avancer au contact de l'adversaire ◎ Lutter pour gagner le ballon ◎ Accepter de tomber			12		27
S'orienter vers la cible	◎◎ S'orienter vers la cible	◎ Repérer la ligne de marquee ◎ Se placer chacun dans son camp ◎ Respecter les limites du terrain					28
Respect des règles	◎◎ Connaitre la règle de la marquee et du hors jeu	◎ Poser le ballon pour marquer ◎ Se replacer pour faire avancer	4			20	



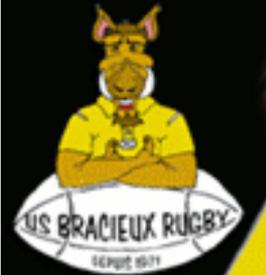
Organigramme

éducateurs

- Mado WILFART
- Rémi BEAUFEU

secrétaire

- Louise AUGER



Calendrier

1^{ère} phase
Septembre à décembre 2020



Calendrier Ecole de Rugby Moins 10 1^{ère} Phase Septembre à Décembre 2020



Septembre 2020	
M	1
M	2
J	3
V	4
S	5
D	6
L	7
M	8
M	9
J	10
V	11
S	12
D	13
L	14
M	15
M	16
J	17
V	18
S	19
D	20
L	21
M	22
M	23
J	24
V	25
S	26
D	27
L	28
M	29
M	30

Octobre 2020	
J	1
V	2
S	3
D	4
L	5
M	6
M	7
J	8
V	9
S	10
D	11
L	12
M	13
M	14
J	15
V	16
S	17
D	18
L	19
M	20
M	21
J	22
V	23
S	24
D	25
L	26
M	27
M	28
J	29
V	30
S	31

Novembre 2020	
D	1
L	2
M	3
M	4
J	5
V	6
S	7
D	8
L	9
M	10
M	11
J	12
V	13
S	14
D	15
L	16
M	17
M	18
J	19
V	20
S	21
D	22
L	23
M	24
M	25
J	26
V	27
S	28
D	29
L	30

Décembre 2020	
M	1
M	2
J	3
V	4
S	5
D	6
L	7
M	8
M	9
J	10
V	11
S	12
D	13
L	14
M	15
M	16
J	17
V	18
S	19
D	20
L	21
M	22
M	23
J	24
V	25
S	26
D	27
L	28
M	29
M	30
J	31

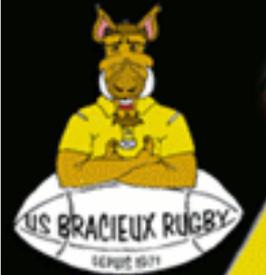
suite





2^{ème} phase
janvier à juin 2021





Règlement



RÈGLES DU JEU

Calendrier des formes de pratiques

Le tableau ci-dessous propose un calendrier avec le type de pratique prescrit :

T+2 = toucher + 2 secondes – Effectif 5 x 5

J CO = Jeu au contact – Effectif réduit 5 x 5 ou 7 x 7 (en fonction de la catégorie)

RE = Rugby Educatif – Effectif complet 10 x 10 ou 15 x 15

Quelle que soit la catégorie, pour les joueurs débutant l'activité et les joueurs non confirmés, il est conseillé de démarrer la pratique du rugby en respectant la règle du « Toucher + 2 secondes ».



CAT	PRAT	Sept	Oct	Nov	Déc	Janv	Fév	Mars	Avril	Mai	Juin
M10	5X5 10x10	T+2 J CO	J CO 5X5	J CO 5X5	J CO 5X5	RE 10X10	RE 10X10	RE 10X10	RE 10X10	RE 10X10	RE 10X10

Jeu à 5 X 5 / Jeu à 10 X 10

Première partie de saison, une pratique à 5 X 5 (septembre à décembre) en « jeu au contact ». Cette forme de pratique permettra de consolider les acquis en termes de lecture du jeu, de prises d'initiatives, de jeu dans les intervalles et enfin de continuité du jeu.

Ensuite pratique du jeu à 10 X 10 avec les règles du rugby éducatif (mêlée à 5 actuelle, des M12)

TOUCHER + 2 secondes



5x5



30x25 m



Max 65 min sur ½ journée
Max 85 min sur 1 journée

+ Toucher 2 mains entre la taille et les épaules
Le porteur de balle à deux secondes pour faire une passe, sans obligation de s'arrêter.

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 10 / T+2 :



JOUER AU CONTACT



5x5



30x25 m



Max 65 min sur ½ journée
Max 85 min sur 1 journée

+ Lorsque le porteur de balle est en contact avec l'adversaire (debout ou au sol), il doit transmettre le ballon immédiatement. Le plaquage est effectué obligatoirement avec les 2 bras entre la taille et les pieds.

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 10 / JCO :



RUGBY EDUCATIF



10x10



56x40 m



Max 65 min sur ½ journée
Max 85 min sur 1 journée

+ Le plaquage, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement effectué au niveau de la taille.
Mêlée éducative sans impact : 3+2 contre 3+2
Touche = Conquête disputée. 1 lanceur, 2, 3 ou 4 sauteurs et 1 relayeur

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 10 / RE :



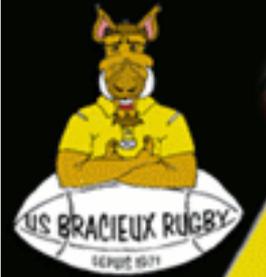
Préconisation pour l'organisation et les temps de Jeu :

Temps de jeu en Moins de 10 ans
sur 1 demi-journée (maximum 65 minutes)

Jeu à 5 contre 5							
Nombre d'équipes	Nb total de rencontres	Nb de rencontres /équipe	Nb de périodes	Durée /périodes	Pause entre 2 périodes	Arrêt entre 2 matches	Temps Total
3	3	2	3	10'	2'	5'	60'
4	6	3	2	10'	2'	5'	60'
5	10	4	2	8'	2'	5'	64'
6	Poules de Brassage = 2 poules de 3 Puis poules de Niveau = 2 poules de 3	4	2	8'	2'	5'	64'

Temps de jeu en Moins de 10 ans
sur 2 demi-journées (maximum 85 minutes)

Jeu à 5 contre 5							
Nombre d'équipes	Nb total de rencontres	Nb de rencontres /équipe	Nb de périodes	Durée /périodes	Pause entre 2 périodes	Arrêt entre 2 matches	Temps Total
4	6	3	3	9	2'	5'	81'
5	10	4	2	10	2'	5'	80'
6	Poules de Brassage = 2 poules de 3 Puis poules de Niveau = 2 poules de 3	4	2	10	2'	5'	80'



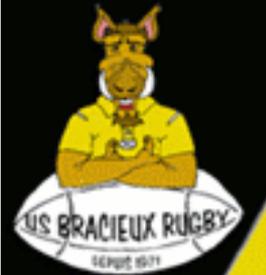
Documentation

'apprentissage

PHASE DE JEU	THEMES		Niv1		Niv2		Niv3	
Jeu de mouvement	<u>Circulation offensive</u> Porter la balle vers l'avant		10	15	11	12	13	
	<u>Circulation défensive</u> Avancer en opposition			14				
	Jeu pénétrant							
	Jeu déployé							
	Jeu au pied							
	Contre attaque							
Phase de Fixation (arrêt du ballon)	<u>Gestion des luttes et des contacts</u> Conserver le ballon au contact ou le récupérer	Placages, blocages						
		Mélées spontanées						
		mauls						
	<u>Relance en mouvement</u> S'orienter vers la cible	Déséquilibres favorables	16					
	Déséquilibres défavorables							
Phases ordonnées	Organisation conquête							
	Lancements		17					

suite





Généralités

L'accueil des moins de 12 ans

Le joueur construit son rugby et le jeu construit le joueur dans un climat de confiance et de plaisir :



Ambiance chaleureuse (qualité des vestiaires, du club house, du matériel, du gouter)
Séances ludiques

Le climat d'apprentissage :

La nature des relations joueurs-éducateurs doit être régit par un certains de règles de vie qui vont garantir la cohésion du groupe moins de 12 ans.

Rassurer, imprégner :

L'activité doit être aménagée pour être sécurisante. Elle est essentiellement ludique et portée vers le plaisir notamment en utilisant :

- Des jeux anciens
- Des jeux de manipulation, de lutte et de déplacements
- Du jeu total à partir des règles fondamentales de la catégorie

Apprendre en jouant, jouer en apprenant :

Une attention particulière doit être apportée à la hiérarchie des objectifs, le niveau de jeu évolue tant sur le plan de l'utilisation du ballon que sur celui de l'opposition. Le joueur doit vivre ces deux statuts dans le même situation. Il faudra aussi être vigilant sur l'arbitrage et leur proposer d'arbitrer.

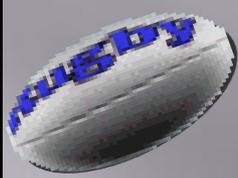
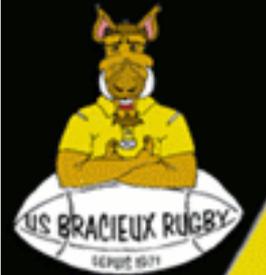
Les habiletés motrices

- Contrôle des déplacements sans perte d'équilibre, changement de direction, de vitesse.
- Courses en slalom.
- Amélioration du tonus postural : exercice d'équilibre.
- Elargissement du champ visuel.
- Amélioration des qualités de détente, vitesse, endurance, puissance.
- Dissociation des perceptions.
- Vitesse de réaction.

- Décentration par rapport au ballon.
- Implication de tous les enfants : jeux sur terrain réduit et effectif réduit.
- Chaque enfant doit se sentir concerné par le jeu.

- Organisation de l'équipe.
- Appréciation des trajectoires
- Contrôle réception.
- Variation des formes de lancement du jeu.
- Progression des effectifs : attaquants défenseurs.

C'est une période très favorable pour l'acquisition des habiletés motrices qui peuvent être développées même si elles ne sont pas toujours présente dans les matches.

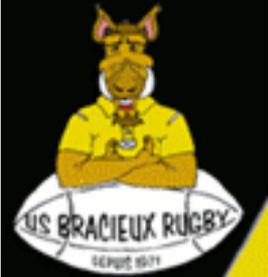


Projet de JEU

CALENDRIER					
M12 Organisation de la saison					
SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DÉCEMBRE		
Manipulation Courses Aérobies	Motricité Oppo effectif réduit	Attitudes au contact Oppo effectif réduit	Plaquage Oppo effectif réduit		
JANVIER	FEVRIER	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
Circulation défensive Vitesse	Contre attaque Vitesse	Relances du jeu Vitesse	Tournois	Tournois	Développement physique

Semaine Nationale des écoles de rugby
 Centre de perfectionnement en arbitrage
 Plateaux départementaux
 Journée ateliers
 Tournois

Moins de 12 ans			Sept Oct	Nov Dec	Janv Fev	Mars Avril
Jeu De mouvement	@@ Porter la balle vers l'avant	@ Marquer souvent @ Attraper le ballon @ Courir avec le ballon @ Ramasser le ballon	5	13		
	@@ Avancer en opposition	@ Défendre sa ligne de but @ S'opposer physiquement @ Attraper le porteur de balle			21	29
Gestion des contacts et des luttes	@@ conserver le ballon au contact ou le récupérer.	@ Jouer en sécurité @ Avancer au contact de l'adversaire @ Lutter pour gagner le ballon @ Accepter de tomber		14		30
S'orienter vers la cible	@@ S'orienter vers la cible	@ Repérer la ligne de marquee @ Se placer chacun dans son camp @ Respecter les limites du terrain				Sit 3
Respect des règles	@@ Connaitre la règle de la marque et du hors jeu	@ Poser le ballon pour marquer @ Se replacer pour faire avancer	6		22	



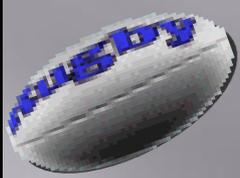
Organigramme

éducateurs

- Patrick MARION
- Cyril CANTO

secrétaire

- Diane ARNAUD



Calendrier

1^{ère} phase
Septembre à décembre 2020



Calendrier Ecole de Rugby Moins 12 1^{ère} Phase Septembre à Décembre 2020



Septembre 2020	
M	1
M	2
J	3
V	4
S	5
D	6
L	7
M	8
M	9
J	10
V	11
S	12
D	13
L	14
M	15
M	16
J	17
V	18
S	19
D	20
L	21
M	22
M	23
J	24
V	25
S	26
D	27
L	28
M	29
M	30

Octobre 2020	
J	1
V	2
S	3
D	4
L	5
M	6
M	7
J	8
V	9
S	10
D	11
L	12
M	13
M	14
J	15
V	16
S	17
D	18
L	19
M	20
M	21
J	22
V	23
S	24
D	25
L	26
M	27
M	28
J	29
V	30
S	31

Novembre 2020	
D	1
L	2
M	3
M	4
J	5
V	6
S	7
D	8
L	9
M	10
M	11
J	12
V	13
S	14
D	15
L	16
M	17
M	18
J	19
V	20
S	21
D	22
L	23
M	24
M	25
J	26
V	27
S	28
D	29
L	30

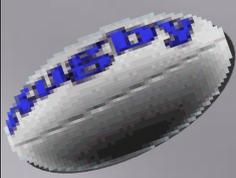
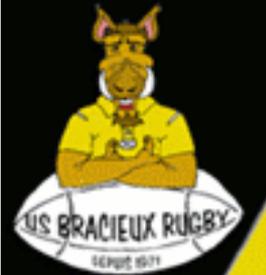
Décembre 2020	
M	1
M	2
J	3
V	4
S	5
D	6
L	7
M	8
M	9
J	10
V	11
S	12
D	13
L	14
M	15
M	16
J	17
V	18
S	19
D	20
L	21
M	22
M	23
J	24
V	25
S	26
D	27
L	28
M	29
M	30
J	31

suite





2^{ème} phase
janvier à juin 2021



Documentation

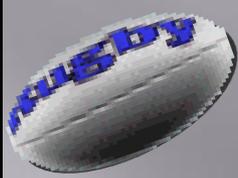
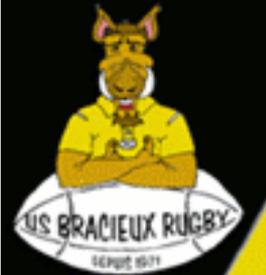


'apprentissage

PHASE DE JEU	THEMES		Niv1		Niv2		Niv3	
Jeu de mouvement	<u>Circulation offensive</u> Porter la balle vers l'avant		20		21			
	<u>Circulation défensive</u> Avancer en opposition							
	Jeu pénétrant							
	Jeu déployé							
	Jeu au pied							
	Contre attaque							
Phase de Fixation (arrêt du ballon)	<u>Gestion des luttes et des contacts</u> Conserver le ballon au contact ou le récupérer	Placages, blocages						
		Mélées spontanées						
		mauls						
	<u>Relance en mouvement</u> S'orienter vers la cible	Déséquilibres favorables	18	19				
	Déséquilibres défavorables	22		23	24			
Phases ordonnées	Organisation conquête							
	Lancements		25					

suite





Règlement



Le tableau ci-dessous propose un calendrier avec le type de pratique prescrit :

T+2 = toucher + 2 secondes – Effectif 5 x 5

J CO = Jeu au contact – Effectif réduit 5 x 5 ou 7 x 7 (en fonction de la catégorie)

RE = Rugby Educatif – Effectif complet 10 x 10 ou 15 x 15

Quelle que soit la catégorie, pour les joueurs débutant l'activité et les joueurs non confirmés, il est conseillé de démarrer la pratique du rugby en respectant la règle du « Toucher + 2 secondes ».

CAT	PRAT	Sept	Oct	Nov	Déc	Janv	Fév	Mars	Avril	Mai	Juin
M12	5X5 10x10	T+2 J CO	J CO 5X5	J CO 5X5	J CO 5X5	RE 10X10	RE 10X10	RE 10X10	RE 10X10	RE 10X10	RE 10X10

Jeu à 5 X 5 / Jeu à 10 X 10

Pour le démarrage de la saison, ne connaissant pas l'activité des jeunes pendant l'intersaison, la première partie de saison, se fera avec une pratique à 5 X 5 (Septembre) en « Toucher+2 secondes », puis (Octobre à Décembre) en « jeu au contact ». Cette forme de pratique permettra de consolider les acquis en termes de lecture du jeu, de prises d'initiatives, de jeu dans les intervalles et enfin de continuité du jeu.

Ensuite pratique du jeu à 10 X 10 avec les règles du rugby éducatif (mêlée à 5 actuelle, des M12)

TOUCHER + 2 secondes



5x5



56x30m



Max 65 min sur ½ journée
Max 90 min sur 1 journée

- + Toucher 2 mains entre la taille et les épaules.
Le porteur de balle à deux secondes pour faire une passe, sans obligation de s'arrêter.

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 12 / T+2: [Clic](#)



JOUER AU CONTACT



5x5



56x30m



Max 65 min sur ½ journée
Max 90 min sur 1 journée

- + Lorsque le porteur de balle est en contact avec l'adversaire (debout ou au sol), il doit transmettre la ballon immédiatement. Le plaquage est effectué obligatoirement avec les 2 bras entre la taille et les pieds.

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 12 / JCO: [Clic](#)



ÉCOLE

RUGBY EDUCATIF



10x10



56x45m

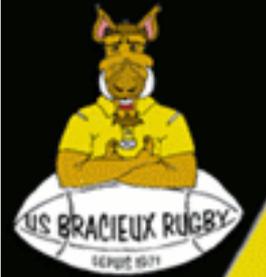


Max 65 min sur ½ journée
Max 90 min sur 1 journée

- + Le plaquage, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement effectué au niveau de la taille.
Mêlée éducative sans impact : 3+2 contre 3+2
Touche = Conquête disputée. 1 lanceur, 2, 3 ou 4 sauteurs et 1 relayeur

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 12 / RE: [Clic](#)





Généralités

L'accueil des moins de 14 ans

Le joueur construit son rugby et le jeu construit le joueur dans un climat de confiance et de plaisir :



Ambiance chaleureuse (qualité des vestiaires, du club house, du matériel, du gouter)
Séances ludiques

Le climat d'apprentissage :

La nature des relations joueurs-éducateurs doit être régit par un certains de règles de vie qui vont garantir la cohésion du groupe moins de 14 ans.

Rassurer, imprégner :

L'activité doit être aménagée pour être sécurisante. Elle est essentiellement ludique et portée vers le plaisir et les échanges, notamment le relationnel en utilisant :

- Des jeux anciens
- Des jeux de manipulation, de lutte et de déplacements
- Du jeu total à partir des règles fondamentales de la catégorie

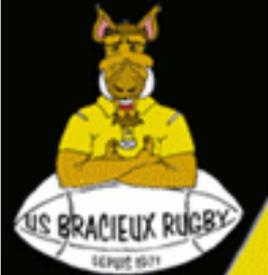
Apprendre en jouant, jouer en apprenant :

Une attention particulière doit être apportée à la hiérarchie des objectifs, le niveau de jeu évolue tant sur le plan de l'utilisation du ballon que sur celui de l'opposition. Le joueur doit vivre ces deux statuts dans le même situation. Il faudra aussi être vigilant sur l'arbitrage et leur proposer d'arbitrer.

Les habiletés motrices

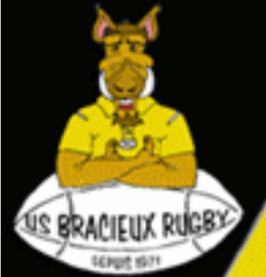
CARACTÉRISTIQUES MORPHOLOGIQUES	CARACTÉRISTIQUES PSYCHOMOTRICES	CARACTÉRISTIQUES SOCIO AFFECTIVES
<ul style="list-style-type: none"> • Augmentation rapide de la taille. En revanche le poids n'augmente pas en proportion • Croissance parfois dissymétrique • Phase pré pubère • La force musculaire se développe • Forte différences morphologiques entre les filles et les garçons • Besoins d'efforts • Troubles de l'appétit, insomnie, variation de l'humeur • Grande fatigabilité • Modification du schéma corporel 	<ul style="list-style-type: none"> • Mouvements parasites • Incoordination passagère • Esprit très critique • L'équilibre s'est consolidé • Capacité de traitement de l'information • Décentration sur soi (meilleure prise en compte des autres) • Il est réaliste, à du bon sens • Désire améliorer ses capacités 	<ul style="list-style-type: none"> • Comportements qui varient entre agitation, turbulence et impulsivité. Hyper impulsivité • Recherche de l'ami, d'un confident • Opposition aux structures, familiales, scolaires, sportives. • Il s'éloigne des valeurs familiales et remet en cause l'autorité parentale • Décalage de maturité entre les filles et les garçons • Le jeune est de plus en plus influencé par les copains • Plus autonome, besoin d'initiative et d'indépendance

C'est une période très favorable pour l'acquisition des habiletés motrices qui peuvent être développées même si elles ne sont pas toujours présente dans les matches.



Projet de JEU

Moins de 14 ans			Sept Oct	Nov Dec	Janv Fev	Mars Avril
Jeu De mouvement	@@ Porter la balle vers l'avant	@ Marquer souvent @ Attraper le ballon @ Courir avec le ballon @ Ramasser le ballon	7			
	@@ Avancer en opposition	@ Défendre sa ligne de but @ S'opposer physiquement @ Attraper le porteur de balle		15	23	31
Gestion des contacts et des luttes	@@ conserver le ballon au contact ou le récupérer.	@ Jouer en sécurité @ Avancer au contact de l'adversaire @ Lutter pour gagner le ballon @ Accepter de tomber		16	24	32
S'orienter vers la cible	@@ S'orienter vers la cible	@ Repérer la ligne de marquee @ Se placer chacun dans son camp @ Respecter les limites du terrain				Sit 4
Respect des règles	@@ Connaître la règle de la marque et du hors jeu	@ Poser le ballon pour marquer @ Se replacer pour faire avancer	8			



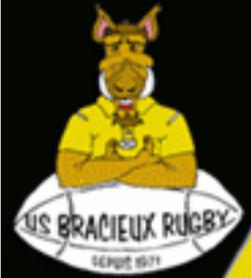
Organigramme

éducateurs

- Laurent VIOU
- Yannick BARBILLON

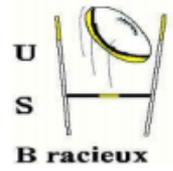
Secrétaire

- Diane ARNAUD



Calendrier

1^{ère} phase
Septembre à décembre 2020



Calendrier Ecole de Rugby Moins 14 1^{ère} Phase Septembre à Décembre 2020

Septembre 2020	
M 1	Entraînement 18h00
M 2	
J 3	Entraînement 18h00
V 4	
S 5	
D 6	
L 7	
M 8	Entraînement 18h00
M 9	
J 10	Entraînement 18h00
V 11	
S 12	
D 13	
L 14	
M 15	Entraînement 18h00
M 16	
J 17	
V 18	Tournoi des Copains BRACIEUX 18h00 CPArbitrage BLOIS RDV Club 13h15
S 19	
D 20	
L 21	
M 22	Entraînement 18h00
M 23	
J 24	
V 25	Entraînement 18h00
S 26	
D 27	
L 28	
M 29	
M 30	

Octobre 2020	
J 1	
V 2	Entraînement 18h00
S 3	
D 4	
L 5	
M 6	Entraînement 18h00
M 7	
J 8	
V 9	Entraînement 18h00
S 10	Challenge Fédéral phase 1 J1
D 11	
L 12	
M 13	Entraînement 18h00
M 14	
J 15	
V 16	Entraînement 18h00
S 17	Vacances de la Toussaint
D 18	
L 19	
M 20	
M 21	
J 22	
V 23	
S 24	
D 25	
L 26	
M 27	
M 28	
J 29	
V 30	
S 31	

Novembre 2020	
D 1	Vacances
L 2	
M 3	Entraînement 18h00
M 4	
J 5	
V 6	Entraînement 18h00
S 7	Challenge Fédéral phase 1 J2
D 8	
L 9	
M 10	Entraînement 18h00
M 11	
J 12	
V 13	Entraînement 18h00
S 14	Challenge Fédéral phase 1 J3
D 15	
L 16	
M 17	Entraînement 18h00
M 18	
J 19	
V 20	Entraînement 18h00
S 21	trophée Orange BLOIS RDV Club 13h15
D 22	
L 23	
M 24	Entraînement 18h00
M 25	
J 26	
V 27	Entraînement 18h00
S 28	
D 29	
L 30	

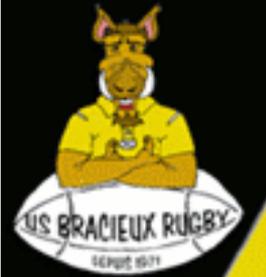
Décembre 2020	
M 1	Entraînement 18h00
M 2	
J 3	
V 4	Entraînement 18h00
S 5	Challenge Fédéral phase 1 J4
D 6	
L 7	
M 8	Entraînement 18h00
M 9	
J 10	
V 11	Entraînement 18h00
S 12	
D 13	
L 14	
M 15	Entraînement 18h00
M 16	
J 17	
V 18	Entraînement 18h00
S 19	Vacances de Noël
D 20	
L 21	
M 22	
M 23	
J 24	
V 25	
S 26	
D 27	
L 28	
M 29	
M 30	
J 31	

suite





2^{ème} phase
janvier à juin 2021



Documentation

'apprentissage

PHASE DE JEU	THEMES		Niv1		Niv2		Niv3	
Jeu de mouvement	<u>Circulation offensive</u> Porter la balle vers l'avant		27		29	30	31	
	<u>Circulation défensive</u> Avancer en opposition		28					
	Jeu pénétrant							
	Jeu déployé							
	Jeu au pied							
	Contre attaque							
Phase de Fixation (arrêt du ballon)	<u>Gestion des luttes et des contacts</u> Conserver le ballon au contact ou le récupérer	Placages, blocages						
		Mêlées spontanées						
		mauls						
	<u>Relance en mouvement</u> S'orienter vers la cible	Déséquilibres favorables	26					
	Déséquilibres défavorables							
Phases ordonnées	Organisation conquête							
	Lancements							

suite





Règlement



RÈGLEMENT MOINS DE 14 ANS

TOUCHER + 2 secondes



7x7



56x45m



Max 65 min sur ½ journée
Max 90 min sur 1 journée

- + Toucher 2 mains entre la taille et les épaules
Le porteur de balle à deux secondes pour faire une passe, sans obligation de s'arrêter.

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 14 / T+2 : [Cliquez ici](#)

JOUER AU CONTACT



7x7



56x45m



Max 65 min sur ½ journée
Max 90 min sur 1 journée

- + Lorsque le porteur de balle est en contact avec l'adversaire (debout ou au sol), il doit transmettre la balle immédiatement. Le plaquage est effectué obligatoirement avec les 2 bras entre la taille et les pieds.

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 14 / JCO : [Cliquez ici](#)

RUGBY EDUCATIF



10x10



100x70m



Max 65 min sur ½ journée
Max 90 min sur 1 journée

- + Le plaquage, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement effectué au niveau de la taille.
Mêlée éducative sans impact : 3+2 contre 3+2
Touche = Conquête disputée. 1 lanceur, 2, 3 ou 4 sauteurs et 1 relayeur Pour les opposants, 1 vis-à-vis à chacun des participants bénéficiant de la remise en jeu (lanceur, sauteurs et relayeur). Pas d'aide au sauteur.

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 14 / RE à 10 : [Cliquez ici](#)



15x15



100x70m



Max 65 min sur ½ journée
Max 90 min sur 1 journée

- + Le plaquage, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement effectué au niveau de la taille.
Mêlée éducative sans impact : 3+4+1
Touche = Règlement XV catégorie C / Pas d'aide au sauteur

LIEN RÈGLEMENT MOINS DE 14 / RE à 15 : [Cliquez ici](#)



RÈGLES DU JEU



Calendrier des formes de pratiques

Le tableau ci-dessous propose un calendrier avec le type de pratique prescrit :

T+2 = toucher + 2 secondes – Effectif 5 x 5

J CO = Jeu au contact – Effectif réduit 5 x 5 ou 7 x 7 (en fonction de la catégorie)

RE = Rugby Éducatif – Effectif complet 10 x 10 ou 15 x 15

Quelle que soit la catégorie, pour les joueurs débutant l'activité et les joueurs non confirmés, il est conseillé de démarrer la pratique du rugby en respectant la règle du « Toucher + 2 secondes ».

CAT	PRAT	Sept	Oct	Nov	Déc	Janv	Fév	Mars	Avril	Mai	Jun
M14 M15F	7x7 10X10	T+2 J CO	J CO 7x7	RE 10X10							
	7x7 15X15	T+2 J CO	J CO 7x7	RE 15X15							

M14 et M15F

Jeu à 7 X 7 Jeu à 10 X 10 ou 15 X 15

Première partie de saison à 7 X 7 (Septembre à Novembre) pour tout le monde le temps de préparer les joueurs aux divers passeports (joueur de devant, arbitrage, sécurité). Durant cette période le « Toucher + 2 secondes » et le « jeu au contact » seront utilisés.

L'argumentation pour le début de saison est la même que pour les M10 et M12.

Puis jeu à 15 X 15 avec les règles actuelles du rugby éducatif ou pour les collectifs ayant des problèmes d'effectifs (ou pour des équipes 2) jeu à 10 X 10 avec les règles du rugby éducatif.



CALENDRIER

Organisation de la saison

SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DÉCEMBRE
Circulation OFF	Attitudes au contact OFF	Gestion des points de fixation	Relances de jeu

JANVIER	FEVRIER	MARS	AVRIL	MAI	JUIN
Circulation DEF	Attitudes au contact DEF	Contre attaque	Circulation OFF	Relances de jeu	Préparation à la saison suivante

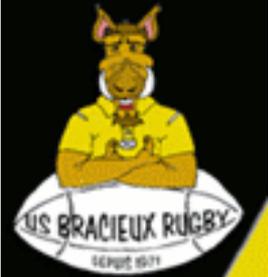
Centre de perfectionnement en arbitrage

Passeport XV

Orange Rugby Challenge

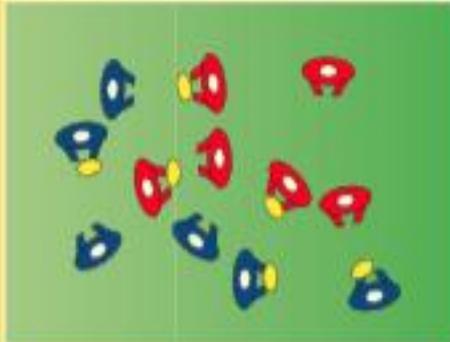
Journée M15 Féminines

Journée Challenge Fédéral & Super Challenge de France

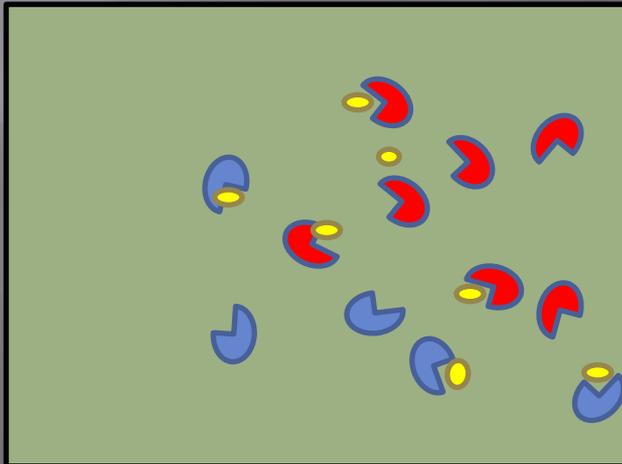


Projet de JEU

Exercice 1

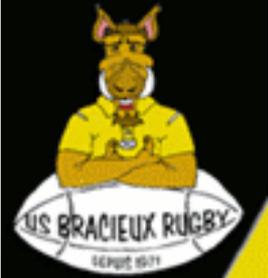
No	But	Dispositif	Lancement	Consignes	Variables
LES FOURMIS					
E1	Courir et passer le ballon	<p>2 équipes de 6 à 10 joueurs. Maillots de 2 couleurs différentes. Terrain 10x10, 15x15. Ballons</p> 	Les deux équipes trotinent en occupant tout l'espace	<ul style="list-style-type: none"> ● Passe à un joueur lorsqu'il le croise, sans distinction d'équipe ● Ne pas se toucher ● Se regarder dans les yeux au moment de la passe, puis regarder le ballon ● Tendre les bras pour recevoir le ballon en ouvrant les mains (cible) ● Passer le ballon à hauteur des hanches de son partenaire 	<ul style="list-style-type: none"> ● Nombre de ballons de plus en plus important. ● Espace de jeu plus ou moins grand. ● Passe à un partenaire ayant la même couleur de maillot. ● Passe à un partenaire ayant une couleur de maillot différente.

PLAY ▶



+VIDEO





Projet de JEU

Exercice 2



JEUX IMAGÉS

Gagne terrain

OBJECTIFS : Améliorer la notion d'avancer individuellement et collectivement.
BUT : Marquer le plus de points possible et le plus rapidement en évitant les blocages

DISPOSITIF :

Effectif : 2 équipes du même nombre

Espace : L : 8.10 zones de 3.5m. L : 2m par joueurs

Matériel : Plots de couleurs différentes, ballons, chasubles.

LANCEMENT DE JEU :

L'éducateur joue avec les rapports de forces (équilibre, favorable...). Le jeu réel démarre à la passe de l'éducateur.

SCORE :

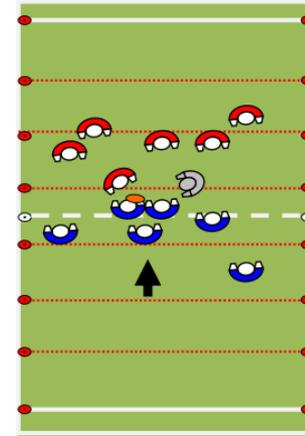
- 1 pt par zone franchis.
- Essai = 5pt.
- Relai (passe qui fait avancer) = +1pt.

JEU DE GAGNE TERRAIN !

**JE PEUX MARQUER DES POINTS SANS QUE MON EQUIPE POSSEDE LE BALLON !!!
 L'EQUIPE QUI ATTAQUE ET L'EQUIPE QUI AVANCE !!**

COMPORTEMENTS ATTENDUS :

- J'ai le ballon : J'AVANCE. Porter le ballon dans un espace libre ou le transmettre à un partenaire disponible, qui avance également.
- Je n'ai pas le ballon : J'aide mon partenaire à avancer. Soutien à la poussée ou à la passe du porteur de balle.

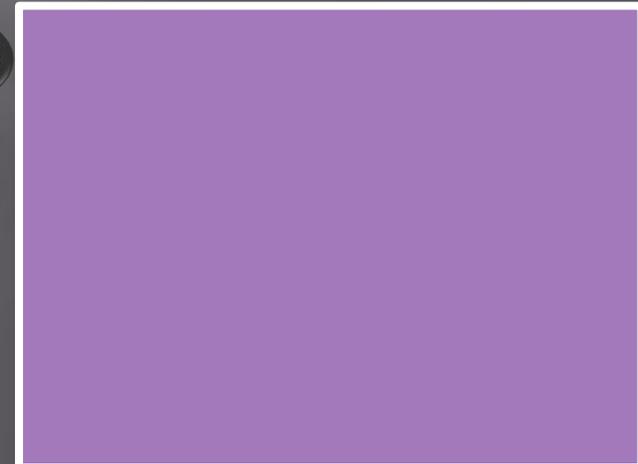
**EVOLUTIONS :**

Agrandir ou réduire le terrain

PLAY ▶



+VIDEO





CONTENUS D'ENTRAÎNEMENT - Le jeu en mouvement

Situation effectif réduit : utilisation de l'espace

Temps n°1



Temps n°2

**OBJECTIF:**

Organisation dans l'espace large

ORGANISATION**Dispositif****Effectif:** groupes de 4x4 joueurs**Terrain:** largeur 20mx50m**Matériel:** 1 ballon- des plots-chasubles**LANCEMENT****Temps n°1:** Les joueurs rouges et bleus se passent le ballon sur un petit périmètre, en footing.Au coup de sifflet de l'Educ l'équipe en possession du ballon en sera l'utilisatrice. Les 2 équipes font le tour des plots et jouent. Les utilisateurs vont marquer à la 1^{ère} ligne de but.**Temps n°2:** L'Educ annonce le changement de zone de jeu « plots jaunes », les joueurs opposants font le tour des plots et défendent. Le porteur de balle utilisateur va toucher le plot jaune le + proche et ensuite passe le ballon à ses partenaires replacés dans l'espace de jeu, pour aller marquer à la 2^{ème} ligne de but. Le jeu redémarre après le décompte de l'éducateur (de 1 à 3 ou de 1 à 5 ...)**Temps 3:** Même fonctionnement que temps 2**COMPORTEMENTS ATTENDUS :** Prise de largeur par les utilisateurs

Prise de profondeur et courses droites (épaules orientées vers la ligne de but adverse)

RÈGLES EN-AVANT : lorsque le ballon prend la direction de la ligne de ballon mort adverse

PLAY ▶

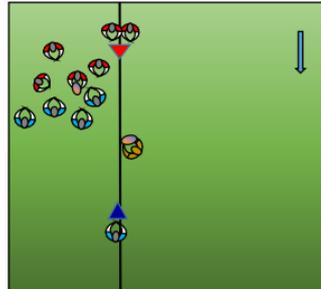
+VIDEO



CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Le jeu en mouvement

Situation collective : utilisation du partenaire proche

Temps n°1

**OBJECTIF:** Se situer dans l'espace libre**Temps n°1**

Les joueurs sont en jeu libre sur un petit terrain

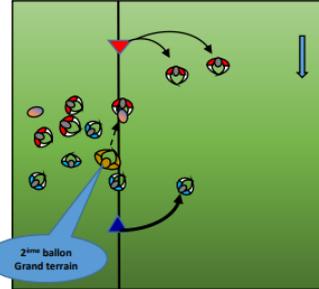
Temps n°2

L'Educ annonce « 2° ballon et Grand Terrain »

Temps n°3

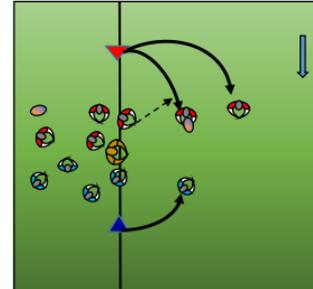
Ensuite les défenseurs marquent chacun un utilisateur sans dépasser le ballon

Temps n°2

**ORGANISATION****Dispositif****But:** s'organiser défensivement**Effectif:** 5x5**Terrain:** 25m x 30m**Matériel:** 1 ballon et 2 jeux de chasubles**RÈGLES: Jeu au contact et le hors-jeu:**

Je me replace derrière le porteur du ballon

Temps n°3

**CONSIGNES**

Affirmer la notion de défense de la ligne d'essai

Insister sur le marquage défensif

Evoquer la notion de vitesse de course et de passe

CRITÈRE DE RÉUSSITE

Peu d'essais marqués

PLAY ▶

+VIDEO



LE JEU EN MOUVEMENT

Amélioration du jeu de passes

OBJECTIFS : Organisation motrice dans le jeu de passes

ORGANISATION**Dispositif**

Effectif : vagues de 4 joueurs

Terrain : largeur 15mx10m

Matériel : 1 ballon / vague - des plots

LANCEMENT :**Temps n°1**

Démarrage passes à droite à l'arrêt

Temps n°2

Prise de la largeur du terrain et passes à gauche en course

REGLES: En-avant : lorsque le ballon prend la direction de la ligne de ballon mort adverse

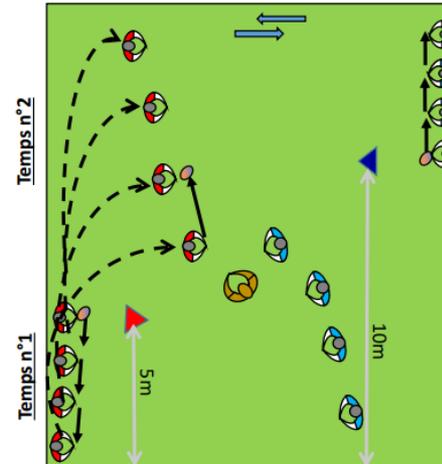
INTERVENTION :

Insister sur la vitesse de réalisation (course et passes)

Présentation des mains pour attraper le ballon (cible)

Orientation des épaules dans le sens de course

EVOLUTION : Proposer les passes croisées, les passes redoublées ou les passes sautées



PLAY ▶

+VIDEO



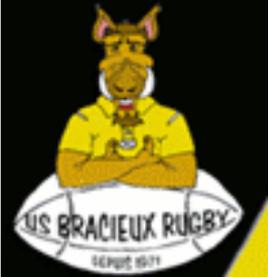
CONTENUS D'ENTRAINEMENT

M12 Identifier les espaces, points faibles de l'adversaire

PROBLEME IDENTIFIE : les joueurs sont centrés sur le ballon
BUT : identifier le dispositif adverse

LANCEMENTS:
 L'entraîneur annonce la répartition des défenseurs (4 couloirs)
 Exemple : 1-0-1-0
 Quand l'entraîneur annonce : Placement (alors les défenseurs se positionnent)





Projet de JEU

Exercice 7

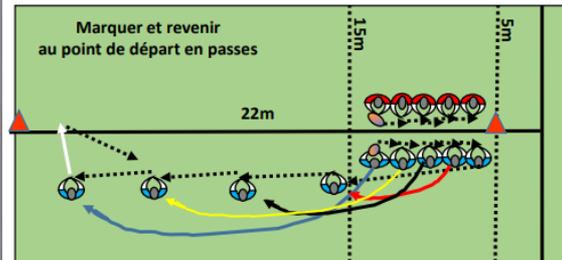
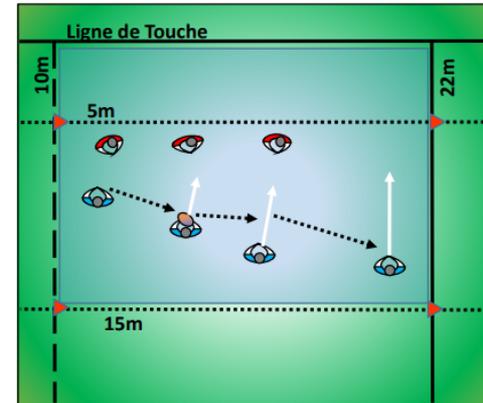


CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Ateliers

SÉQUENCE 1

- **1. Manipulation** : 2 équipes de 4 à 5 joueurs en face à face, séparées par une ligne du terrain (30 à 35m de large)
Passes courtes puis prise de largeur et passes larges, marquer et retour en passes larges puis passes courtes pour revenir au point de départ et marquer à nouveau.
- **2. Placement-replacement**:
4 utilisateurs contre 3 opposants – terrain 30 x 15
Les 3 opposants défendent SUR une ligne (ligne des 5m) But : Ut Marquer sans se faire toucher – Séq 2'
Défense : toucher à 2 mains, repousser les adversaires
Si Ut touché, ressortir le ballon à 10 m de la ligne de marque

Séquence manipulation 1.1Séquence placement/replacement 1.2

PLAY ▶

+VIDEO



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Circulation offensive

OBJECTIF(S) :

Menacer tout l'espace et l'exploiter

BUT POUR LES JOUEURS :

A partir de lancements dans le mouvement G, marquer vite et assurer continuité

Effectif : 20 joueurs 10 c10 sur 1 terrain

Terrain : Tout le terrain

Durée : 30 mn

Matériel : plots, ballons, chasubles,

LANCEMENTS :

- 1 Educateur anime + 2 ballons injecter le 2ème si le 1er est bloqué ou que le Pb va au sol avec.
- les UT occupent la largeur en 2 rideaux
- les OP 4 groupés face au UT et les autres étagés sur plusieurs rideaux

CONSIGNES UTILISATEURS :

Eviter d'être pris avec le ballon

CONSIGNES OPPOSANTS :

Défense sur haut du corps uniquement, volonté de bloquer mais ne agir sur le ballon

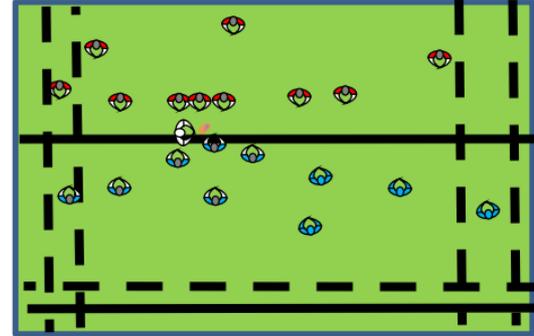
COMPORTEMENTS ATTENDUS :

Utilisateurs :

- occuper la largeur
- Vitesse dans les courses et dans transmissions
- Perception de l'espace libre et le rapport de force
- Utilise les joueurs sur la largeur
- Courses vers l'en-but adverse

Opposant:

Vite reformer un rideau défensif homogène
Occuper l'espace
Bloquer l'attaque



PLAY ▶

+VIDEO



Projet de JEU

Exercice 9



L'auto stoppeur

JEUX IMAGÉS

OBJECTIF : Améliorer la notion d'avancer pour marquer en coopération

LE JEU : (l'histoire) →

La mascotte du club doit se rendre très rapidement à son prochain match pour faire son show ! Malheureusement, elle a loupé son bus et doit y aller en faisant du stop !

Il y a beaucoup de trafic sur l'autoroute, et les embouteillages sont nombreux ! Aidez-la à trouver très rapidement une voiture pouvant l'amener à bon port. Il faut une ou plusieurs voitures.

Attention, ni l'auto-stoppeur, ni les voitures ne peuvent sortir de l'autoroute ! On reste dans l'aire de jeu.

ORGANISATION : Plots, 1 ballon, espace de jeu : 22m x 15m. Zone toutes les 4.5m.

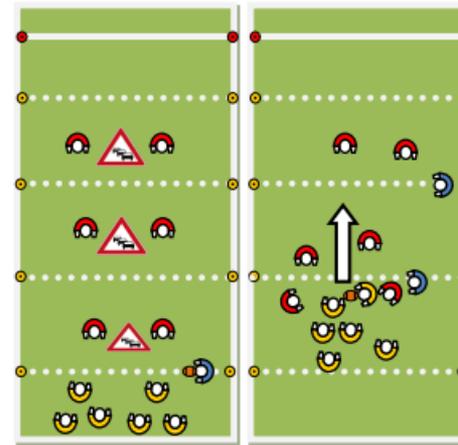
CONSIGNES :

- Présenter les rôles de chacun, les voitures, l'auto-stoppeur (le ballon) & les bouchons.
- Déterminer qui sera la 1ère voiture transportant l'auto-stoppeur.
- Montrer où se trouve la ville à atteindre. Et les bouchons à éviter.
- Pour les opposants (bouchons 1.2.3) : Bloquer les voitures (transportant l'auto-stoppeur) les faire reculer vers leur point de départ !
- Pour les utilisateurs (voitures) : Avancer et éviter les blocages. Si la voiture est prise dans un bouchon, trouver une voiture libre pour transporter l'auto-stoppeur. Les bouchons peuvent être forcés avec plusieurs voitures ! (On bloque et repousse à la taille).

LANCEMENT DE JEU :

1. Au signal : **EN VOITURE !** L'éducateur donne "le ballon" à la 1ère voiture.
2. Au second signal : **EN ROUTE !** La voiture de tête et les autres démarrent et avancent.
3. Si la mascotte (ballon) n'arrive pas à destination dans les 15 sec, puis 12 sec, puis 10 sec, puis 8 sec.... C'est perdu. Idem si on sort de l'aire de jeu !

→ 3 passages à la suite pour chaque groupe. On change à chaque fois la voiture de tête. **On compte le nombre de mascotte arrivées à destination !**



EVOLUTIONS :

Modifier la disposition des embouteillages : 2-2-2 ou 3-2-1 ou 4-2 ou 5-1 ou 6-0





Projet de JEU

Exercice 10



JEUX IMAGÉS

Les œufs et les poules

OBJECTIFS: Améliorer la notion d'avancer pour aller marquer !

LE JEU: (l'histoire) →

Un groupe de 6 poules (utilisateurs) se promène dans la basse-cour. Les œufs sont placés au centre de la basse-cour. Mais 6 renards (opposants) ont réussi à pénétrer dans la cour des poules. On ne les voit pas car ils sont à plat ventre au sol !

Les poules doivent protéger leurs œufs, en les apportant dans leur poulailler !

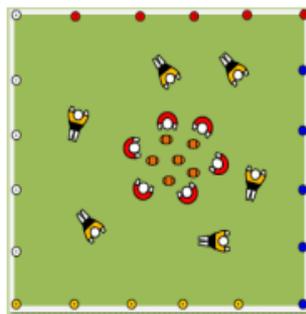
C'est le fermier (éducateur) qui annonce vers quel poulailler les poules doivent aller déposer leurs œufs.

CONSIGNES :

- Présenter les rôles de chacun, les poules & les renards.
- Placer les œufs au centre.
- Montrer où se situe les 4 poulaillers.
- Pour les opposants (renard) : Bloquer les poules pour leurs voler les œufs, puis les apporter en dehors de la basse-cour !
- Pour les utilisateurs (poules) : Ramasser son œuf et, sans se faire attraper, aller déposer son œuf (sans le casser !) dans le poulailler de la bonne couleur !
- ORGANISATION : Plots 4 couleurs, 6 ballons (ou autres),

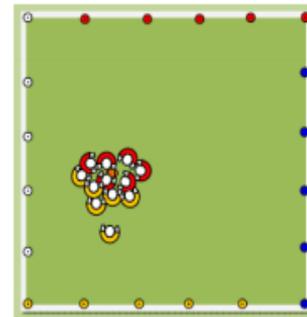
LANCEMENTS DE JEU :

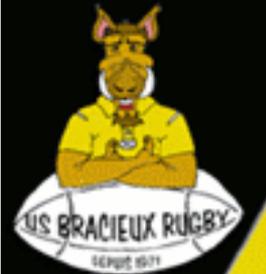
1. Au signal du "fermier" : ON SE PROMENE ! Les poules trottent autour des œufs & les renards rampent dans l'aire de jeu !
2. Au second signal du "fermier" : LES RENARDS ARRIVENT ! Les poules ramassent les œufs et les renards se relèvent.
3. Après 3 à 5 sec de courses et de luttes, le "fermier" annonce la couleur du poulailler !
→ 3 passages à la suite pour chaque groupe



EVOLUTIONS :

Plus les renards volent d'œufs, ou plus il y a d'œufs cassés (mauvaise manipulation lors des courses, balle en main, ballons tombés, ou essai non marqué correctement). On se rapproche alors d'un jeu avec un ballon (œuf) pour l'ensemble du groupe ! Les poules doivent alors protéger leur dernier œuf et le "transporter" en sécurité dans le poulailler !





Projet de JEU

Exercice 11



CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Le jeu en mouvement

Situation technique : amélioration du jeu de passes

OBJECTIF:

Organisation motrice dans le jeu de passes.

DISPOSITIF*Effectif:* vagues de 4 joueurs*Terrain:* largeur 15mx10m*Matériel:* 1 ballon/ vague - des plots**LANCEMENT****Temps n°1**

Démarrage passes à droite à l'arrêt.

Temps n°2

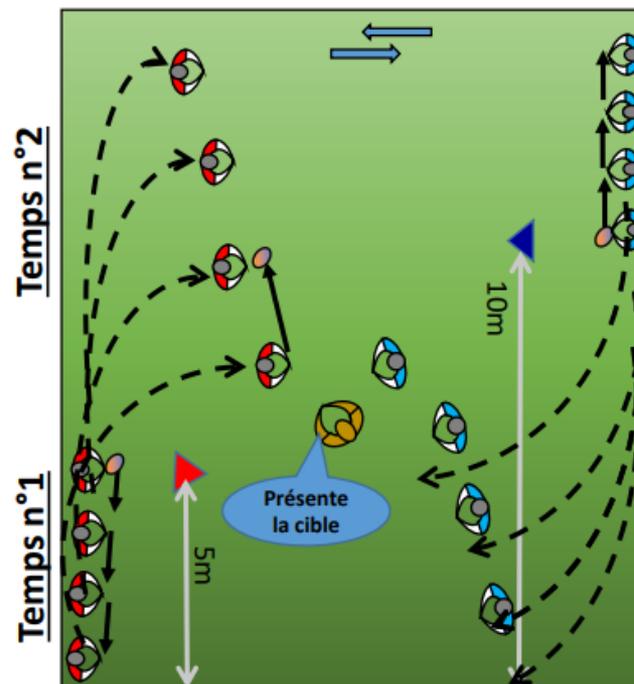
Prise de la largeur du terrain et passes à gauche en course.

RÈGLES - EN-AVANT : lorsque le ballon prend la direction de la ligne de ballon mort adverse**INTERVENTIONS AUPRÈS DES JOUEURS**

Insister sur la vitesse de réalisation (course et passes)

Présentation des mains pour attraper le ballon (cible)

Orientation des épaules dans le sens de course

EVOLUTIONS : Proposer les passes croisées, les passes redoublées ou les passes sautées



CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Gestion des luttes & contacts

Situation collective : libération du ballon dans le bon timing

OBJECTIFS: Conservation et libération du ballon.

Temps n°1: Les joueurs échangent des passes entre les 2 équipes.

Temps n°2: Au signal « jeu » l'équipe en possession du ballon essaie d'aller marquer
Si blocage: Laisser vivre le blocage pour poser les problèmes de l'efficacité du soutien dans le jeu au contact, de la protection du ballon et de sa disponibilité.

Temps n°3: Après le blocage: l'éducateur annonce une couleur de plot, les joueurs entrent dans le T2 par ces plots et l'éducateur relance le jeu, sans trop attendre, avec un 2^{ème} ballon pour l'équipe qui était en possession de la balle.

Idem pour T3.

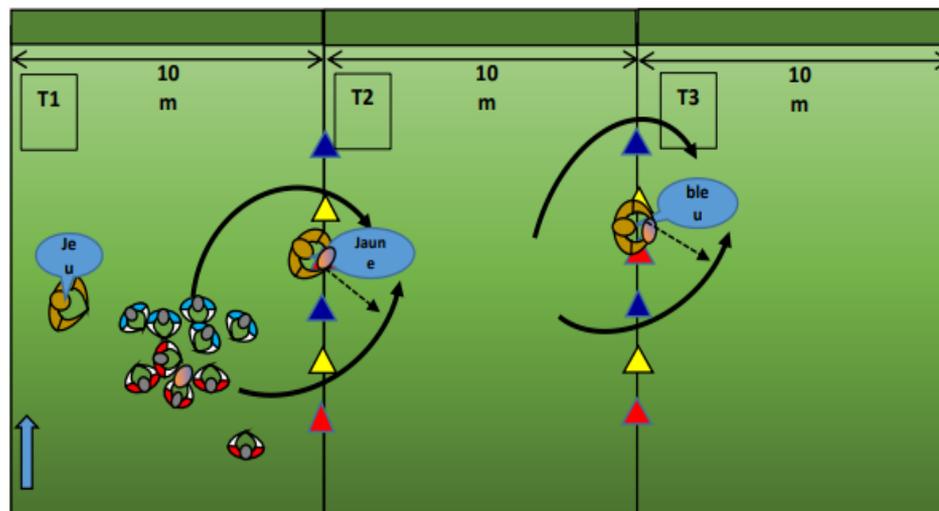
DISPOSITIF

But: Marquer en évitant le blocage

Effectif: 5X5 (4x47x7)

Terrain: 10m x 40m

Matériel: 3 ballons -2 jeux de chasubles et 12 plots



CONSIGNES

Eviter l'arrêt du blocage.

Penser à la continuité du jeu (vie du ballon).

RÈGLES

Le jeu au sol

Le hors-jeu lors du blocage

ATTENTION: Lors de la libération du 2^{ème} ou 3^{ème} ballon, le choix de la couleur de plots à contourner, doit se faire de façon à ce que l'équipe utilisatrice se retrouve en situation d'AVANCER.



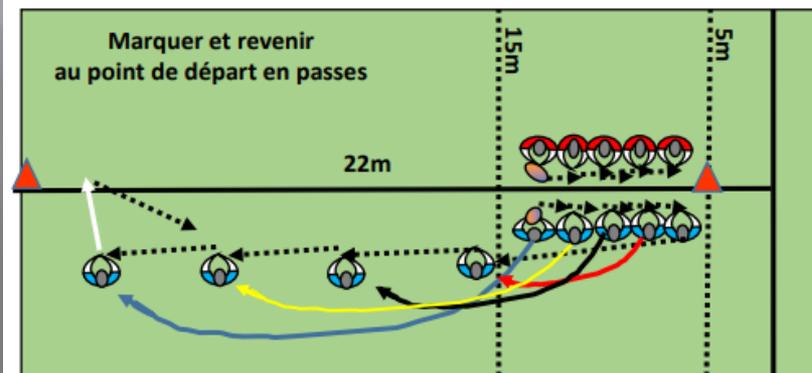
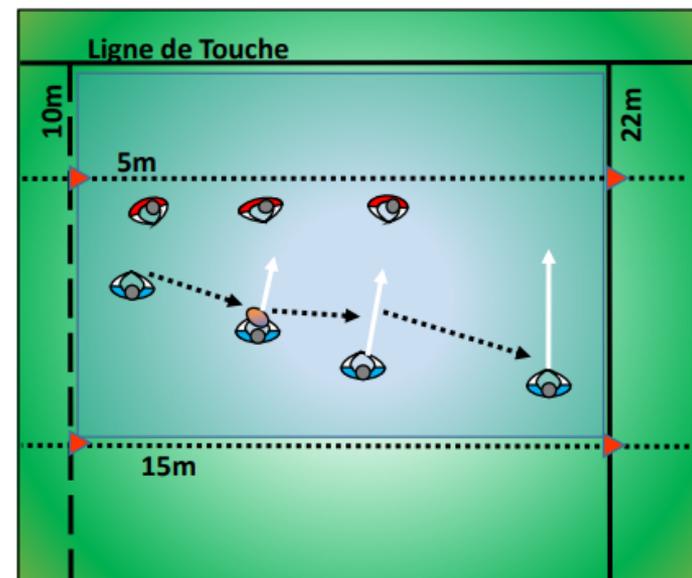
M12

Ateliers

CONTENUS D'ENTRAINEMENT

SÉQUENCE 1

- **1.Manipulation** : 2 équipes de 4 à 5 joueurs en face à face, séparées par une ligne du terrain (30 à 35m de large)
Passes courtes puis prise de largeur et passes larges, marquer et retour en passes larges puis passes courtes pour revenir au point de départ et marquer à nouveau.
- **2.Placement-replacement**:
4 utilisateurs contre 3 opposants – terrain 30 x 15
Les 3 opposants défendent SUR une ligne (ligne des 5m) But : Ut Marquer sans se faire toucher – Séq 2'
Défense : toucher à 2 mains, repousser les adversaires
Si Ut touché, ressortir le ballon à 10 m de la ligne de marque

Séquence manipulation 1.1Séquence placement/replacement 1.2



PHASES ORDONNÉES

Situation : Lecture de jeu au pied / Main

OBJECTIF(S) :

Gagner le ballon en l'air pour marquer sur les 40m adverse

BUT POUR LES JOUEURS :

Construire des habiletés dans la lutte aérienne et la construction des soutiens au sauteur

ORGANISATION :

Effectif : 2x8 joueurs

Terrain : largeur de terrain et longueur des 40m aux 40m (20m de profondeur)

LANCEMENTS :

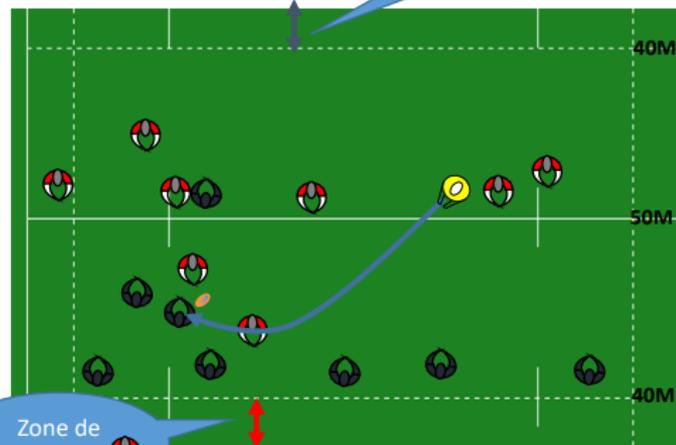
Par l'éducateur : Jeu au pied ou lancer haut à la main dès qu'il y a essai ou touché à 2 mains (1 seul sauf si réception aérienne +1) Alternier les zones de remises en jeu pour faire travailler tous les joueurs

CONSIGNES UTILISATEURS :

Suite à la lutte aérienne, l'équipe qui gagne le ballon doit rapidement lire ou est l'espace libre pour aller l'attaquer à la main ou au pied

CONSIGNES OPPOSANTS :

Vite lire ou sont placés les utilisateurs pour se placer en face



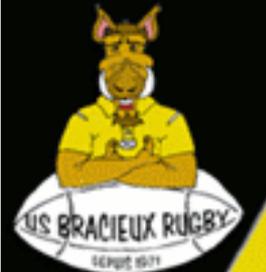
Zone de marque

COMPORTEMENTS ATTENDUS :

Lire la trajectoire pour sauter au ballon (épaule et genou du même côté)

Des passes rapides car un seul touché

Reprise des espaces libres par les soutiens lointains



Projet de JEU

Exercice 15



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Circulation offensive

OBJECTIF(S) :

Menacer tout l'espace et l'exploiter

BUT POUR LES JOUEURS :

A partir de lancements dans les mouvements G, marquer vite et assurer continuité

Effectif : 20 joueurs 10 c10 sur 1 terrain**Terrain :** Tout le terrain**Durée :** 30 mn**Matériel :** plots, ballons, chasubles,**LANCEMENTS :**

- 1 Educateur anime + 2 ballons injecter le 2ème si le 1er est bloqué ou que le Pb va au sol avec.
- les UT occupent la largeur en 2 rideaux
- les OP 4 groupés face au UT et les autres étagés sur plusieurs rideaux

CONSIGNES UTILISATEURS :

Eviter d'être pris avec le ballon

CONSIGNES OPPOSANTS :

Défense sur haut du corps uniquement, volonté de bloquer mais ne agir sur le ballon

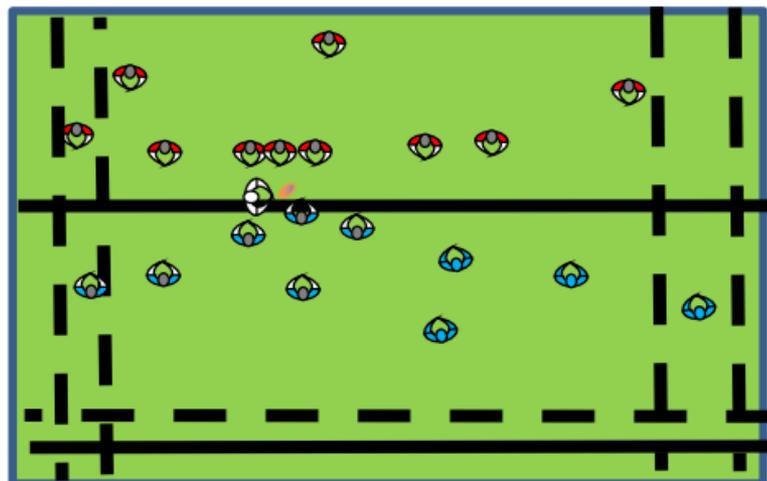
COMPORTEMENTS ATTENDUS :

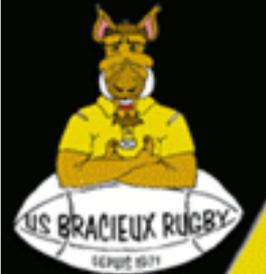
Utilisateurs :

- occuper la largeur
- Vitesse dans les courses et dans transmissions
- Perception de l'espace libre et le rapport de force
- Utilise les joueurs sur la largeur
- Courses vers l'en-but adverse

Opposant:

Vite reformer un rideau défensif homogène
Occuper l'espace
Bloquer l'attaque





Projet de JEU

Exercice 16



M14

CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Circulation défensive

OBJECTIF(S) :

Etre capable de stopper l'attaque
 Etre capable de se placer en vis-à-vis
 Etre capable de gagner du terrain sur l'attaque

Effectif : 4 x 4**Terrain :** 20ms de large**Durée :** 30 mn**Matériel :** plots, ballons, chasubles**LANCEMENTS:**

L'opposant lance la balle sur l'attaquant du milieu ce qui impulse un sens de joueur.

CONSIGNES UT :

La balle de doit pas être bloqué ni toucher le sol

CONSIGNES OP :

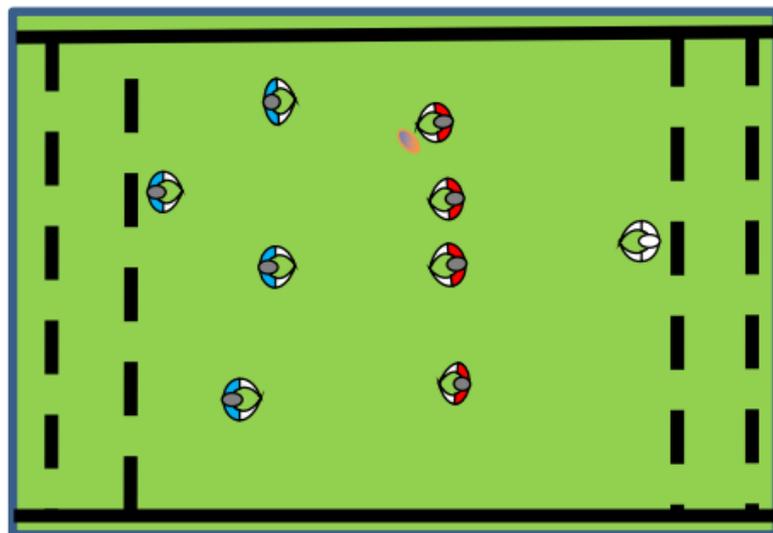
Défense réelle

COMPORTEMENTS ATTENDUS UT:

Vitesse dans course et dans transmission
 Perçoit l'espace libre et le rapport de force

COMPORTEMENTS ATTENDUS OP:

Se place en vis-à-vis
 Epaulé extérieur du défenseur sur épaule intérieur de l'utilisateur
 Monte ensemble
 Gagne du terrain et fait reculer l'attaque
 Communique pour le remplacement.





Projet de JEU

Exercice 17



Les gardiens et les prisonniers

JEUX IMAGÉS

OBJECTIF: Améliorer les luttes (Bloquer-Plaquer)**LE JEU (l'histoire)**

Les prisonniers sont en promenade dans la cours de la prison. Ils sont suivis de près par les gardiens !

Ce sont des prisonniers dangereux qui ne pensent qu'à une chose : S'évader !

A cause de cela, pour chaque prisonnier, un gardien a été attribué (1c1 taille poids !), il le suit de près, il pose 1.2 mains au niveau du short du prisonnier !

Les prisonniers ont un plan : s'échapper tous ensemble, au même moment, pour instaurer une confusion chez les gardiens !

Ils ont un complice en dehors de la prison (l'éducateur), qui lance le top départ de l'évasion !

Les prisonniers doivent rejoindre un endroitannoncer par leur complice (l'éducateur). Bien entendu, les gardiens doivent tout faire (rappel sécurité-cible) pour garder les prisonniers dans la prison

ORGANISATION : Plots, 1 ballons (ou autre) par joueur, espace de jeu : 22m x 15m. Zone centrale (prison) 15m * 5.6m.

CONSIGNES :

- Présenter l'aire de jeu et des différentes parties du terrain.
- Présenter et faire réaliser par un enfant, chaque tâche du jeu. = Règle de sécurité !
- La situation sera effectué sur un décompte d'une quinzaine de secondes !
- On compte le nombre de joueurs (prisonniers) qui ont été maintenu dans la 1ère zone (la prison !)
- 5 passages pour une équipe, puis on change de rôle !

Rendre les joueurs capables de :

S'attraper / Lutter pour bloquer, plaquer, pour s'échapper ...

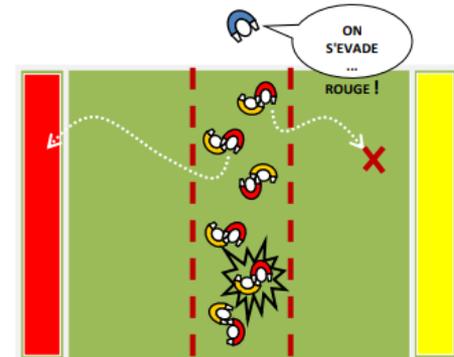
LANCEMENT DE JEU :

❌. Départ : tous les prisonniers sont accompagnés par un gardien et marchent ou trotinant dans la cour de la prison (zone centrale).

❌. Au signal du complice (l'éduc), le jeu commence ! Il faut s'évader dans la bonne direction.

Plusieurs possibilités de jeu :

- Bloquer et maintenir.
- Plaquer au sol = 1 pt supplémentaire !

**EVOLUTIONS :**

Les prisonniers disposent d'un boulet (le ballon). Pour s'évader les prisonniers décident de porter leur boulet dans les mains. Ils ne doivent pas faire tomber leur boulet !

Exercice 18

Projet de JEU



JEUX IMAGÉS

Le filet à poissons

OBJECTIF: Améliorer l'engagement dans le plaquage.

BUT : Accompagner au sol tous les porteurs de balle, avant qu'ils n'arrivent derrière la ligne annoncée.

DISPOSITION :

Effectifs : 2 groupes de même nombre.

Espace : Plus ou moins espacé.

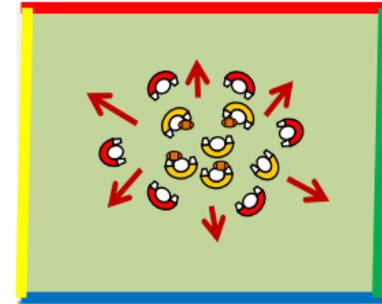
Matériel : Ballons, plots de 4 couleurs, chasubles.

LANCEMENTS DE JEU :

- 2 groupes. Un groupe encerclant un autre, "les pêcheurs et les poissons".
- Les poissons trottinent dans le "filet".
- Au signal "JEU", les poissons doivent sortir du filet... Immédiatement après, l'éducateur annonce une couleur vers laquelle les poissons doivent aller déposer le ballon. Passes autorisées.
- Les pêcheurs doivent plaquer les poissons.

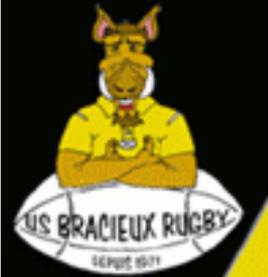
COMPORTEMENTS ATTENDUS :

- Avancer vers la bonne cible (joueur avec ballon)
- Communiquer
- Placer la tête du bon côté
- Serrer les bras et accompagner au sol
- Se relever pour re plaquer



EVOLUTIONS : Moins de ballons





Projet de JEU

Exercice 19



CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Le jeu en mouvement

Situation collective : apporter un soutien efficace au porteur de balle

OBJECTIF: Apporter un soutien efficace au porteur de balle.

Temps n°1: Lancement

Les joueurs courent en se mélangeant à l'intérieur de l'espace situé entre les plots.

Temps n°2

Au signal « Jeu » donné par l'éducateur chaque joueur va toucher le plot le plus proche de lui et se remet en situation de jeu. L'éducateur donne le ballon à une équipe.

DISPOSITIF

But: Marquer l'essai en évitant le blocage.

Score: Chaque prise de balle en avançant en relais rapportera 1point et l'essai 5points

Effectif: 3+1 x 1+1

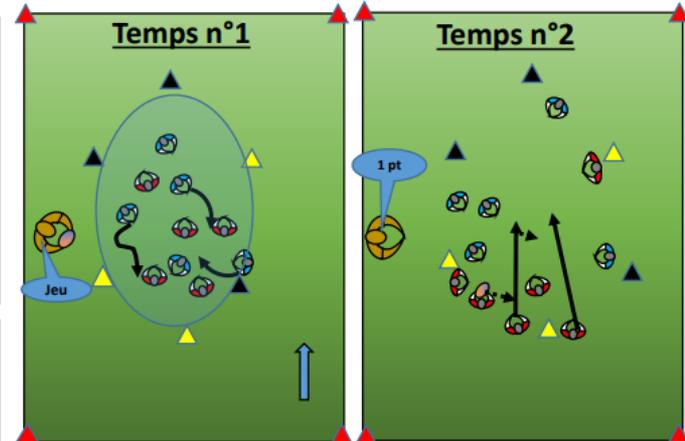
Terrain: 15m x 30m

Matériel: 1 ballon - 2 jeux de chasubles et des plots

CONSIGNES**Converger vers le porteur de balle**

Se proposer dans un espace libre

Anticiper son action par rapport au porteur de balle

**RÈGLES**

Le hors-jeu: Je me replace derrière le porteur du ballon

En-avant: Je ne peux pas passer le ballon en direction de la ligne de ballon mort adverse

EVOLUTIONS

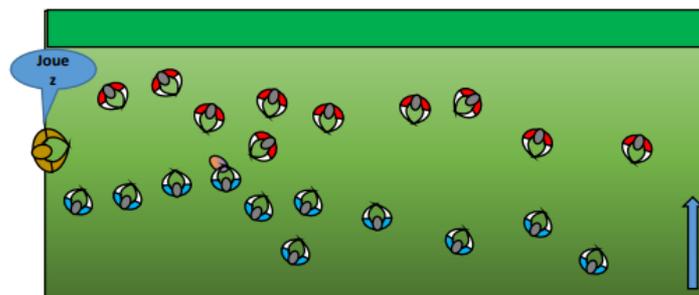
- Les défenseurs vont toucher un plot
- Réduire le terrain en largeur



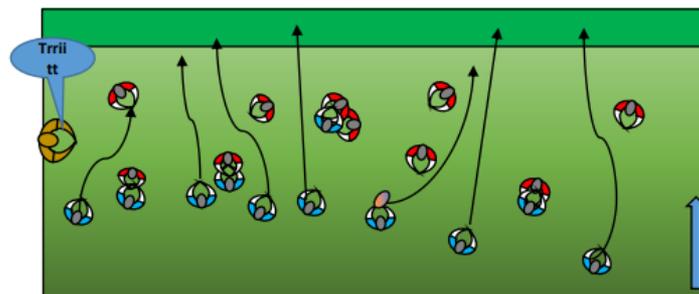
CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Le jeu en mouvement

Situation collective: organiser un rideau défensif

Temps n°1



Temps n°2



OBJECTIF: Jouer avec l'espace

Temps n°1

Les joueurs sont en jeu libre et jouent pour marquer l'essai

Temps n°2

Quand l'éducateur **SIFFLE** tous les joueurs essaient de traverser pour aller dans l'en-but.

Les défenseurs plaquent un utilisateur qui essaie de passer

DISPOSITIF

But: s'organiser défensivement

Effectif: 10 X 10 (6X6 ou +)

Terrain: 30m x 20m

Matériel: 1 ballon et 2 jeux de chasubles

RÈGLES: *La marque:* Pas de cible centrale

Pas besoin de gardien de but - Avancer

CRITÈRE DE RÉUSSITE: Essai marqué et/ou

Nombre de joueurs dans l'en-but

INTERVENTION AUPRÈS DES JOUEURS

Affirmer la nécessité de passer dans les espaces.

Evoquer la notion de vitesse et d'appui.

Insister sur le cadrage défensif.

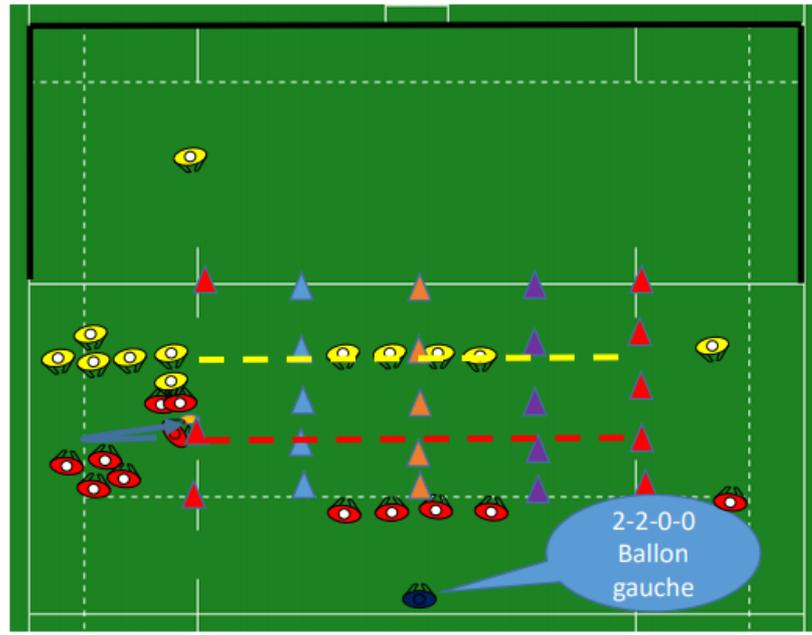


CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Evolution en collectif

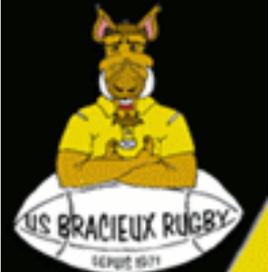
PROBLEME IDENTIFIE :
les joueurs sont centrés sur le ballon

BUT POUR LES JOUEURS : identifier le dispositif adverse



LANCEMENTS :
L'entraîneur annonce la répartition des défenseurs (4 couloirs)

Exemple: 1-0-1-0
Quand l'entraîneur annonce : Placement (alors les défenseurs se positionnent)

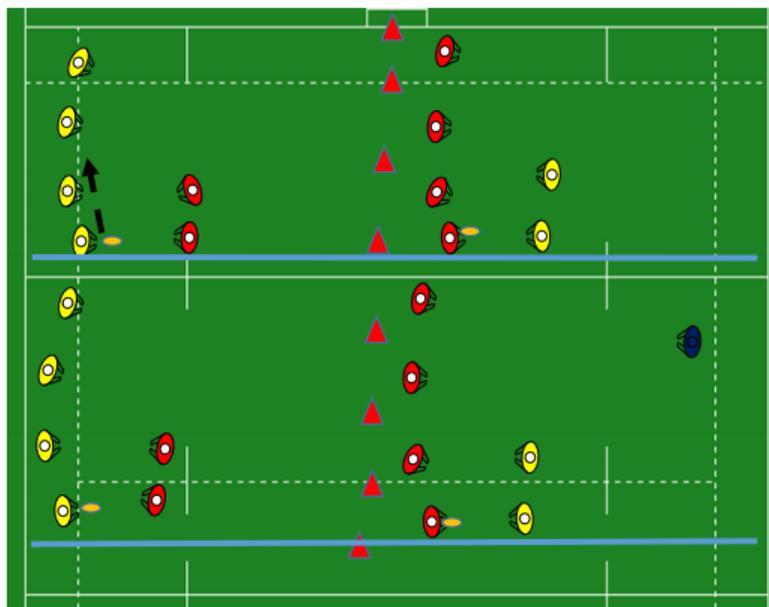


CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Situation de prise de largeur

PROBLEMES IDENTIFIES : PB ne regarde pas l'organisation des défenseurs, court vers les espaces (courses en travers), utilise trop rarement la passe

BUT POUR LES JOEURS : jouer où c'est facile, seul ou collectivement



LANCEMENT :

PB joue un bras cassé

Consigne défenseur : toucher le PB a 2 mains

Si le PB est touché alors il passera par le sol

Une fois au sol, devra faire une passe du sol



Projet de JEU

Exercice 23



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Attitude au contact

OBJECTIF(S) :

Etre capable de conserver le ballon

Etre capable de rendre le ballon disponible

BUT POUR LES JOUEURS :

Marquer le plus vite possible sans perdre le ballon

Effectif : total

Terrain : devant une ligne

Durée : 30 mn

Matériel : plots, ballons, chasubles

LANCEMENTS :

Le 1^{er} attaquant déclenche

le jeu en passant au

deuxième attaquant
Le défenseur doit amener
très vite au sol

CONSIGNES UT :

Aller à l'affrontement sur l'opposant

CONSIGNES OP :

Attrape l'attaquant mais ne bloque pas la libération du ballon

Le bloqueur accepte de perdre du terrain

Le soutien défensif extérieur vient se greffer sur le ruck sans faire action sur le ballon ou sur le déblayeur



COMPORTEMENTS ATTENDUS :

Action du porteur au contact qui cherche à faire reculer le défenseur.

Action énergique du porteur (roulade au sol pour mettre le ballon dans son camp).

Le porteur éloigne le ballon de la zone de conflit.

L'attaquant -1 vient suivant le rapport de force faire relayeur, passeur, joue pour lui dans l'axe.



Projet de JEU

Exercice 24



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Attitude au contact

OBJECTIF(S) :

Etre capable de conserver le ballon au contact
 Etre capable de rester debout au contact
 Etre capable d'avancer seul ou +

Effectif : 8 x 8

Terrain : ½ terrain

Durée : 30 mn

Matériel : plots, ballons, chasubles

BUT POUR LES JOUEURS :

Marquer le plus vite possible sans blocage du ballon

LANCEMENTS:

1 éducateur + 2 ballons

L'éducateur met les UT dans :

1° l'avancée face à 1 défenseur proche

2° à l'équilibre face à plusieurs défenseurs mais avec un soutien proche.

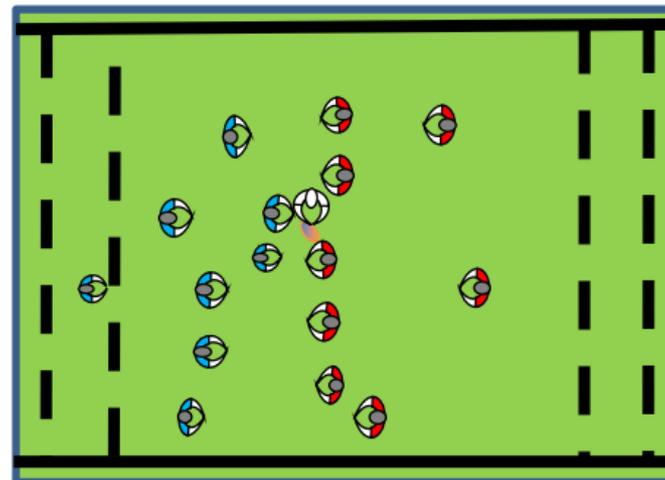
3° en reculant et avec un soutien offensif. Quand le ballon est perdu ou si le blocage est trop long l'éducateur annonce 2ème ballon

CONSIGNES OP:

La défense presse sur les joueurs sans prendre le ballon

La défense tente de récupérer le ballon sur chaque phase de contact

1 puis 2 puis 3 défenseurs viennent sur chaque phase de contact pour déstabiliser les utilisateurs



COMPORTEMENTS ATTENDUS

Utilisateurs : le joueur décale ses appuis afin d'optimiser son équilibre, il abaisse son centre de gravité en fléchissant les jambes. Il écarte son vis-à-vis avec son bras libre et éloigne le ballon de l'autre bras. Il cherche à avancer au contact. Il assure la conservation du ballon.

Le soutien analyse le rapport de force et vient soit:

- Eloigner le ballon de l'adversaire
- Impacter son partenaire pour faire avancer

Exercice 25

Projet de JEU



JEUX IMAGÉS

Speedy Gonzales

OBJECTIF: Améliorer la vitesse de réaction pour réaliser une action.

LE JEU: (l'histoire) →

C'est le jeu des "Speedy Gonzales !"... Chaque joueur sera une petite souris hyper rapide qui adore le fromage (le ballon).

1. Il y a un fromage par souris (FACILE)***
2. Il n'y a pas assez de fromage pour toutes les petites souris ! (DIFFICILE). Ce sera la souris la plus rapide qui pourra manger le fromage !

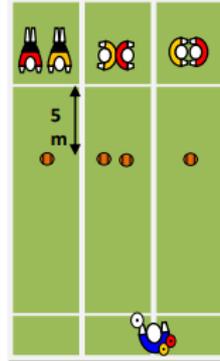
Et pour manger son fromage tranquillement, la souris devra l'amener très vite dans sa cachette ! (en face !)

Le Départ de "la course au fromage" sera donné par l'éducateur avec un signal VISUEL !

LANCEMENT DE JEU :

1. Au signal "**ATTENTION, les joueurs se préparent !**" = les joueurs sont attentifs ! Ils sont placés selon la consigne.
2. L'éducateur aura 3 plots de couleurs dans ses mains... mais **seulement 1 couleur donne le signal de départ !**

(on peut induire en erreur en annonçant à haute voix une des 3 couleurs... Mais le bon signal est SEULEMENT CE QUE JE VOIS !)

**CONSIGNES :**

Le jeu se réalise en 1 contre 1.

Les joueurs auront plusieurs types de départ :

1. plat ventre - côte à côte.
2. assis - dos à dos.
3. debout enlacer - ventre à ventre.

- Si un ballon pour 2, le joueur sans ballon pourra essayer de rattraper son adversaire et lui "voler son fromage" !

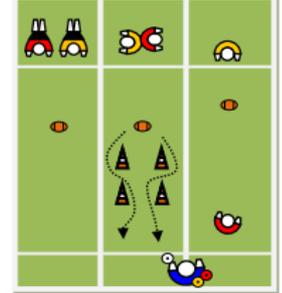
- Course pour ramasser le ballon en restant équilibrer = sur ses appuis !

ORGANISATION :

- Déterminer les binômes par niveau.
- 6 joueurs = 3 zones de jeu (20m*3m)
- 4 "camps" de 3m*3m

EVOLUTIONS :

1. On ajoute des obstacles sur le parcours.
2. Il n'y a plus que 1 ballon pour 2.
3. Silvestre le chat arrive !! (il veut attraper la souris, et... lui voler son fromage !) = passage au 1 c 1.





Projet de JEU

Exercice 26



Chercher les espaces libres

JEUX IMAGÉS

OBJECTIFS : Améliorer la notion d'avancer pour aller marquer
BUT : Marquer le plus rapidement possible.

DISPOSITION :**Effectifs :**

- 2 équipes.
- Déterminer un numéro par joueur (de 1 à 6).

Espace :

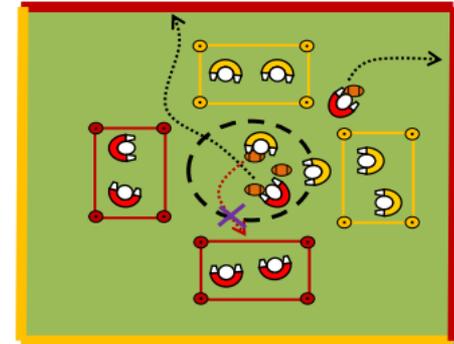
- 4 zones de marque (4 couleurs). 15m*15m.
- 4 "camps" de 3m*3m.

Matériel : Plots, ballons X4, chasubles.**LANCEMENT DE JEU :**

1. Au signal "**ATTENTION, les joueurs 1... et 4... se préparent !**" =les joueurs sont attentifs !
2. Au second signal "**JEU**", les numéros concernés sortent de leur base, et vont récupérer un ballon dans la zone centrale.
3. Les rouges marquent derrière les lignes rouges, les jaunes derrière les lignes jaunes. EN MOINS DE 8 SECONDES !!!!

L'éducateur décompte le temps 8...7...6...5...**→ 1 PT PAR ESSAI VALIDE = sans en-avant, en moins de 8 sec !****CONSIGNES :**

- Les joueurs sont assis ou couchés sur le ventre, dans leur "camp".
- L'éducateur annonce... 2 numéros en même temps (ex : 1 et 4 = 4 joueurs dans l'aire de jeu).
- Je ne peux prendre qu'un seul ballon à la fois.
- Pour aller marquer derrière la couleur annoncée, je ne peux pas passer au travers des "camps" de mes partenaires ou adversaires !!
- = Je cherche les espaces libres !
- Je dois marquer en face ou sur les côtés.

**COMPORTEMENTS ATTENDUS :**

- Agir - Réagir vite à l'annonce de son numéro.
- Percevoir au plus vite la zone de marque.
- Avancer là où il y a le moins de monde.
- Conserver le ballon durant la course.

EVOLUTIONS :

1. On réduit le nombre de ballon = 4 joueurs... pour seulement 3 ballons ! >> Possibilités d'aller en récupérer un dans les mains d'un adversaire !
2. On passe de 4 camps, à seulement 2 camps = 1 pour chaque équipe à la place de 2 par équipe !



CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Lancements de jeu

Situation collective – déclencher le lancement de jeu

OBJECTIFS : S'organiser collectivement et franchir rapidement la ligne d'avantage.

DISPOSITIF

But: Lancer le jeu rapidement du côté faible

Effectif: 5 x 3

Terrain: 30m (2x15m) x 40m

Matériel: 1 ballon et 2 jeux de chasubles

LANCEMENT DE JEU

Le défenseur 1 joue au pied sur les adversaires.

Temps n°1

Les 3 défenseurs choisissent de défendre dans une des parties du terrain (droite ou gauche).

Les attaquants doivent choisir immédiatement le côté du terrain le plus fragile défensivement.

Temps n°2

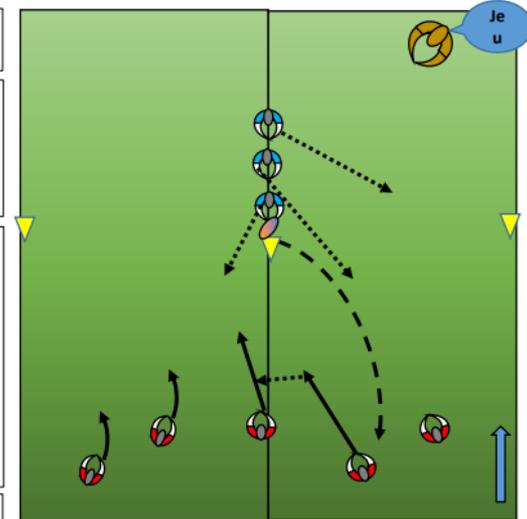
Lorsque les attaquants ont choisi le terrain à attaquer, tous les défenseurs prennent part au jeu.

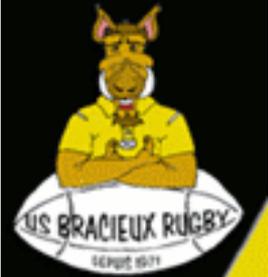
COMPORTEMENTS ATTENDUS

Les joueurs attaquants annoncent rapidement le côté à attaquer
Les joueurs se déplacent vers les espaces libres pour franchir la ligne d'avantage (point de départ du ballon).

RÈGLES: LE HORS-JEU:

Je me replace derrière le porteur du ballon





Projet de JEU

Exercice 28



CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Lancers de jeu

Situation à effectif total

OBJECTIFS:

Lancer le jeu dans l'espace défensif fragile et franchir la ligne d'avantage.

DISPOSITIF

Effectif: groupes de 5 X 5 joueurs

Terrain: largeur 30m x 50m

Matériel: 1 ballon- des plots-chasubles

LANCEMENT

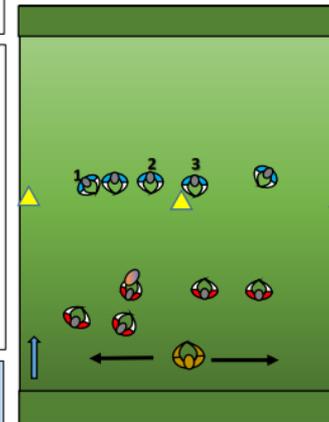
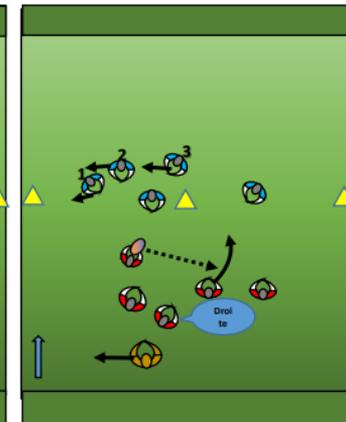
Temps n°1: L'éducateur est positionné dans le dos des attaquants. 3 joueurs défenseurs ont été désignés par l'éducateur. Ces 3 joueurs doivent se déplacer dans le même sens que l'éducateur. Les 2 équipes sont séparées par une distance de 5m. Le lancement du jeu se fera par un coup de pied franc.

Temps n°2: Le jeu démarre dès que le coup de pied franc est réalisé. Les joueurs attaquants s'organisent et informent le partenaire porteur de balle. Les 3 défenseurs ayant libérés l'espace reprennent leur rôle de défenseur.

COMPORTEMENTS ATTENDUS : Prise de largeur par les utilisateurs

Prise de profondeur et courses droites (épaules orientées vers la ligne de but adverse)

RÈGLES: **Coup de pied franc:** jouer en bottant le ballon au sol, ou quittant les mains du botteur

Temps n°1**Temps n°2**

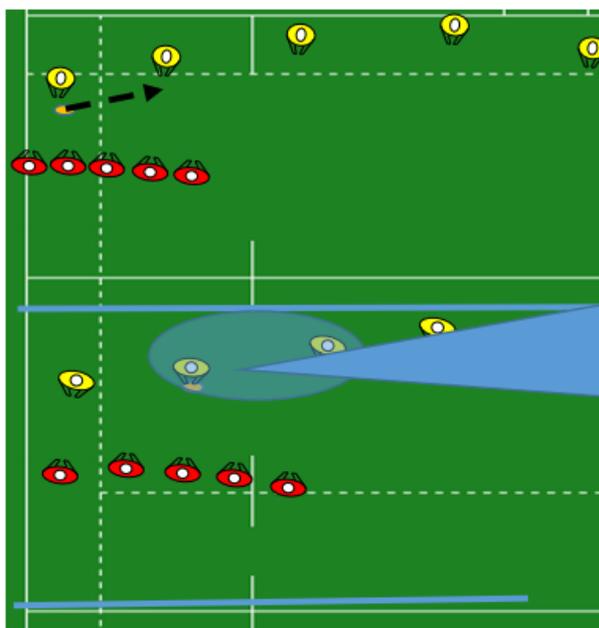


CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Situation de prise de largeur

PROBLEMES IDENTIFIES : PB ne regarde pas l'organisation des défenseurs, court vers les espaces (courses en travers), utilise trop rarement la passe

BUT POUR LES JOUEURS : jouer où c'est facile, seul ou collectivement



Rôle capital :
1ers attaquants face à la pression def;
« objectif: déplacer le ballon en le portant le moins possible »
PASSE EN PIVOT ou en 2 PAS MAXI

Consignes attaquant:

Faire enchaîner le jeu le + vite possible

Consignes défenseurs:

Les défenseurs se tiennent proches les uns /autres distance 1 bras
Dès la 1ere passe, libre

A chaque fois que le PB est ceinturé ou plaqué : pas de conteste au sol,
Par contre le plaqueur restera à genoux ;
les autres défenseurs se resserreront autour du placage.

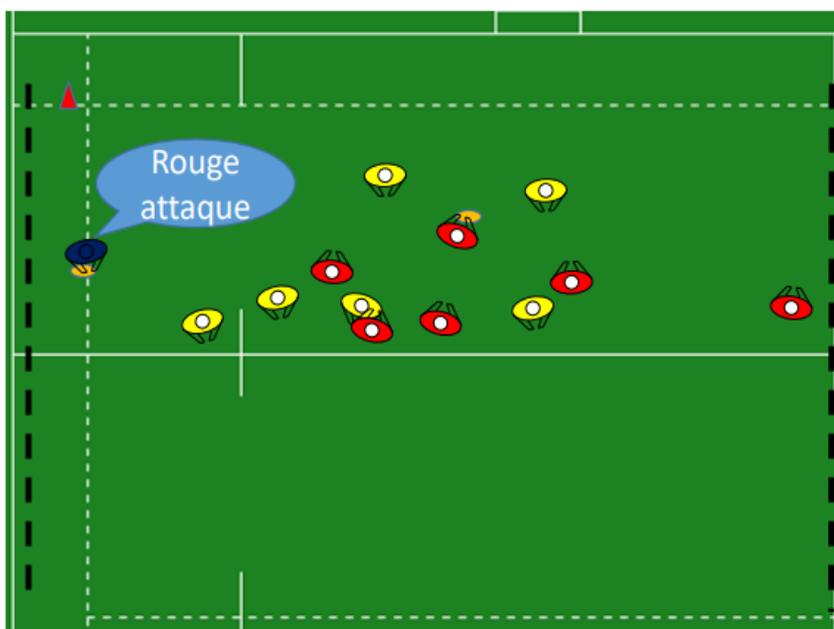


CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Situation à effectif réduit

OBJECTIF : prise de largeur des joueurs loin du ballon

BUT POUR LES JOUEURS : chercher à attaquer un intervalle, déstabiliser la défense



Attendus:

Permettre aux joueurs de vivre la situation de :
Est ce que je suis face à un espace = je garde et je m'engage

Ou est-ce que ça se referme, donc je suis face à un ou deux adversaires, je m'organise pour passer à un partenaire

Ou je suis trop proche de l'adversaire, je garde et je suis costaud, je cherche à sortir de la défense pour faire vivre le ballon

Si un partenaire arrive à franchir,
Je cherche à le rattraper et à l'encadrer (épaule intérieure et extérieure)

Enjeux : chercher à ne pas se faire bloquer avec le ballon et obliger les défenseurs à plaquer



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Circulation défensive

OBJECTIF(S) :

Etre capable de s'organiser en face d'un vis-à-vis
Etre capable de monter ensemble

BUT POUR LES JOUEURS :

Stopper l'avancée des UT
Tenter de récupérer le ballon

Effectif : 20 joueurs 10 c10 sur 1 terrain moins les 5 mètres de chaque côté

Terrain : Tout le terrain

Durée : 30 mn

Matériel : plots, ballons, chasubles,

LANCEMENTS :

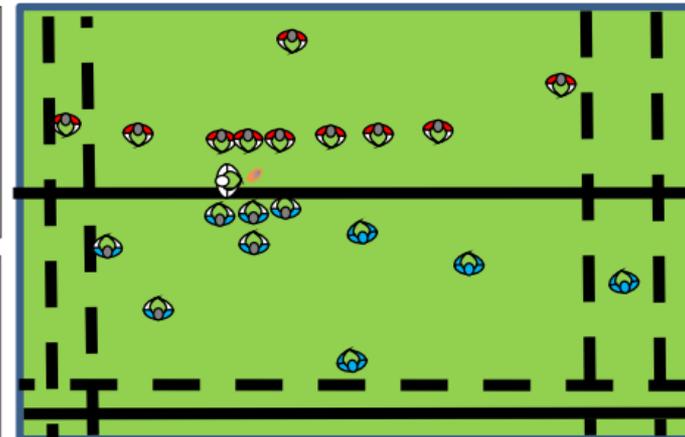
- les opposants occupent la largeur en 2 rideaux
- Les opposants s'organisent en vis-à-vis des utilisateurs.
- 4 utilisateurs groupés face aux opposants et les autres étalés sur plusieurs rideaux
- Les utilisateurs vont au contact quand ils sont pris c'est l'éducateur qui gère le temps de libération

CONSIGNES UTILISATEURS :

Eviter d'être pris avec le ballon

CONSIGNES OPPOSANTS :

Défense réelle



COMPORTEMENTS ATTENDUS :

Utilisateurs :

occuper la largeur

Opposants:

- Se placent en vis-à-vis
- En fonction du sens de jeu, ils se placent sur l'épaule intérieur de l'attaquant
- Orientent leur appuis vers l'extérieur mais montre l'utilisateur avec le bras extérieur.
- Presse de façon uniforme
- Tentent de récupérer le ballon



Projet de JEU

Exercice 32



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Contre attaque R1

OBJECTIF(S) :

Etre capable
De renverser le rapport de force
De regagner de l'espace utiliser l'espace

BUT POUR LES JOUEURS :

Récupérer, avancer & marquer

Effectif : 20 joueurs 10
c10

Terrain : 1 terrain moins
les 5m de chaque coté

Durée : 30 mn

Matériel : plots, ballons,
chasubles

LANCEMENTS :

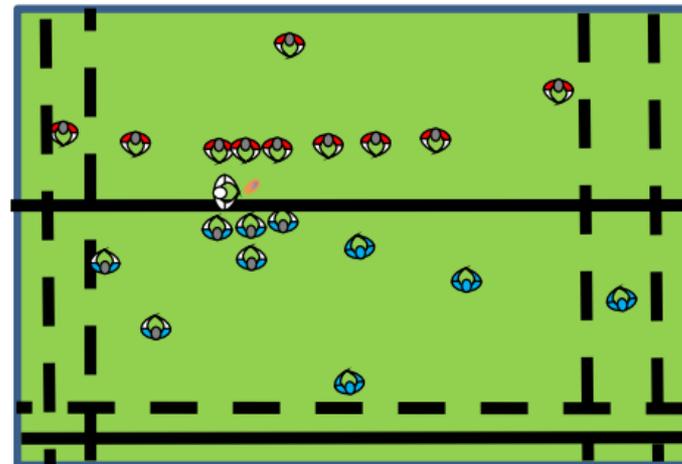
- les opposants occupent la largeur en 2 rideaux
- 4 Opposants ont le ballon et se font des passes quand ils veulent ils déclenchent le jeu en allant chercher le contact
- Au contact ils perdent volontairement la balle

CONSIGNES UTILISATEURS :

Eviter d'être pris avec le ballon

CONSIGNES OPPOSANTS :

Défense raisonnée (à faire évoluer en intensité au cour de l'atelier)
Gèrent la pression défensive (à augmenter au cour de l'atelier)



COMPORTEMENTS ATTENDUS

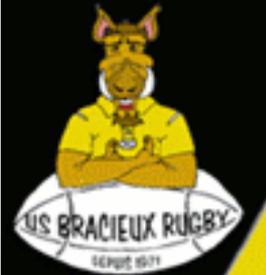
OPPOSANTS :

Se placent en vis-à-vis
En fonction du sens de jeu, ils se placent sur l'épaule intérieur de l'attaquant
Ils orientent leur appuis vers l'extérieur mais montre l'utilisateur avec le bras extérieur.
Presse de façon uniforme
Tentent de récupérer le ballon

COMPORTEMENTS

ATTENDUS: UTILISATEURS :

Porteur éloigne la balle du point de récupération en gardant le sens initiale de l'attaque



Exercice 1



JEUX IMAGÉS

Chasse aux trésors

OBJECTIF: Améliorer la notion d'avancer.

LE JEU: (l'histoire)

Deux groupes de 6 pirates sont placés chacun dans leur bateau. Au centre, une île où sont placés 6 trésors. L'île est entourée de pièges et de parcours ! Chaque pirate est en course contre un autre pirate afin de rapporter le plus de trésor dans sa cachette !

LANCEMENT DE JEU :

1. Au 1er signal : **GO !** les 2 premiers pirates sortent de leur bateau !
2. Au 2nd signal : **PIRATE SUIVANT !** (= dès qu'un essai est marqué, ou qu'un ballon est tombé) : les 2 pirates suivant sortent de leur bateau !
3. Une fois que les groupes des 3 premiers pirates sont passés, **on remplace les trésors** en place et les 6 prochains pirates (3 contre 3) se préparent pour la chasse aux trésors !

ATELIER 1 = sauter d'un cerceau à l'autre (pieds joints ou cloche pieds). Sinon on ne saute pas dans les cerceaux, on tombe dans l'eau !!

ATELIER 2 = Ramasser (choisir) un ballon (trésor) et se diriger vers le dernier atelier.

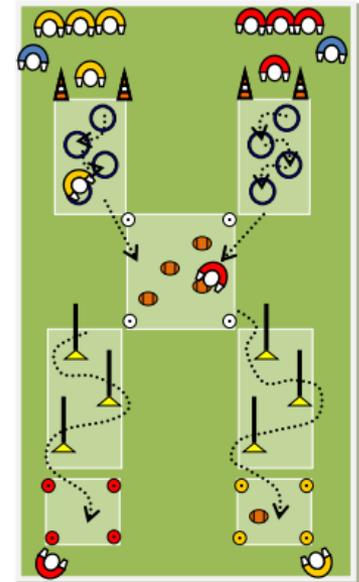
ATELIER 3 = Courir entre les arbres : slalom entre les piquets !

→ 3 passages pour chaque groupe.
On compte le nombre de trésor caché !

CONSIGNES :

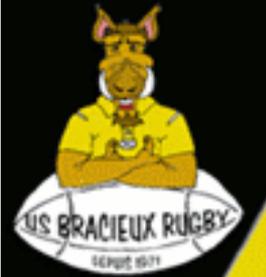
- Présenter l'ensemble du parcours.
 - Placer les trésors au centre.
 - Montrer où se situe les cachettes des pirates (équipe A et équipe B).
 - Pour les pirates : Aller le plus vite possible et réaliser correctement le parcours.
- ATTENTION :** Si le trésor (ballon) tombe par terre, le trésor est perdu !
Pour les 2 derniers pirates, c'est le plus rapide qui pourra récupérer le dernier trésor !

ORGANISATION : Plots, cerceaux, piquets, autres... 5 ballons.



EVOLUTIONS :

1. Dribbling au pied entre les piquets.



Exercice 2



JEUX IMAGÉS

Jouer les intervalles

OBJECTIFS: Améliorer la vie du ballon et le jouer avec.

BUT : Marquer en évitant les blocages

DISPOSITIF :

Effectif : 2 équipes de 8 ou en collectif réduit 4c4

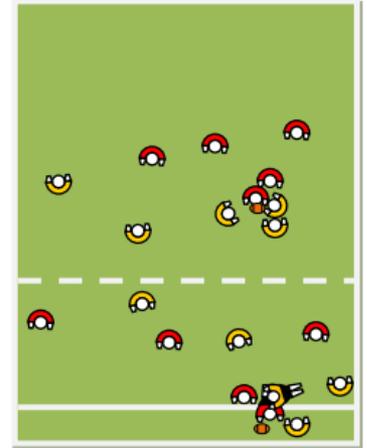
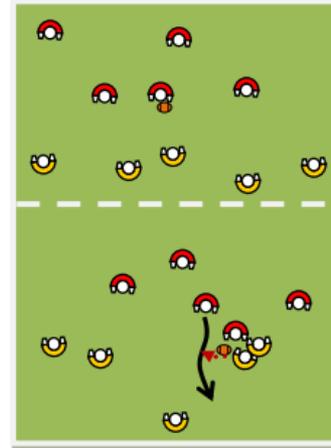
Espace : Terrain rugby éducatif ou 1/2

Matériel: Plots de couleurs différentes, ballons, chasubles.

LANCEMENT DE JEU :

1. Départ type rugby éducatif. Distances et lignes de hors-jeu (5m). Lancement du jeu par un CP Francs.
2. Si passe - Relai positive = la passe fait avancer un joueur dans un espace libre : +1pt pour l'équipe.
3. Si blocage du porteur de balle et "non action" pour rendre la balle disponible : -2pts pour l'équipe.
4. 5pts par essai marqué, on additionne les points ayant amené ou non l'essai. (+...-...+...+...=...)

→ Importance pour l'éducateur d'animer et communiquer avec dynamisme, annoncer les points + ou -.



COMPORTEMENTS ATTENDUS :

- Avancer dans un espace libre est une priorité.
- Rendre la balle disponible immédiatement si contact.
- Communication, contact visuel pour une passe "positive = qui fait avancer".

EVOLUTIONS : Lancement dynamique de la part de l'éducateur afin de modifier les rapports de force et favoriser les joueurs en difficulté ou l'inverse.



JEUX IMAGÉS

L'initiative

OBJECTIFS : Rendre le joueur capable de prendre les informations sur les adversaires avant de jouer.

DISPOSITIF :

Effectif : 5 contre 5.

Espace : 30m x 20m.

Temps : 20 minutes. Séquence de 4x5 minutes.

Matériel : Plots de couleurs différentes, ballons, chasubles.

LANCEMENT DU JEU

Placement initial des joueurs : utilisateurs et opposants sont espacés de 5m.

Afin de créer des espaces "libres", l'éducateur ira toucher des opposants en faisant varier le nombre de joueur "figé".

Pendant ce temps, les utilisateurs auront le dos tourné par rapport aux opposants.

Le ballon sera dans les mains d'un utilisateur (rotation du 1er utilisateur à chaque répétition).

Le jeu débutera lorsque le 1er utilisateur réalisera le "petit coup franc".

CONSIGNES

Pour le 1er utilisateur - porteur de balle :
Jouer le CP franc.

Pour les utilisateurs - soutiens : Aider le porteur.

Pour les opposants "figés" : Respecter la consigne.

1. Position plat ventre.
2. Deux genoux au sol.
3. Un genou au sol.

Pour les opposants "libre" : jeu réel, s'opposer.

POINTS CLÉS

Réaliser correctement le CP Franc.

Voir vite & agir vite !

Jouer où c'est libre

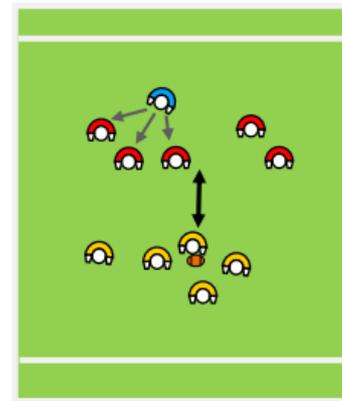
EVOLUTIONS

Plus

0 seul joueur "figé"

Moins

5 joueurs "figés"





l'apprentissage

Exercice 4



JEUX IMAGÉS

Pompiers incendiaires

OBJECTIFS : Améliorer la notion de marque et d'opposition.

BUT : Marquer &/ou empêcher de marquer

DISPOSITIF :

Effectif : 5 contre 5.

Espace : Terrain M7. 22m x 15m.

Temps : 4 minutes d'ateliers. Séquence de 15 secondes.

Matériel : Plots de couleurs différentes, 5 ballons, chasubles.

CONSIGNES :

On ne ramasse pas les ballons avant le signal. Tous les blocages ou plaquages doivent se faire à la taille.

LANCEMENT DU JEU

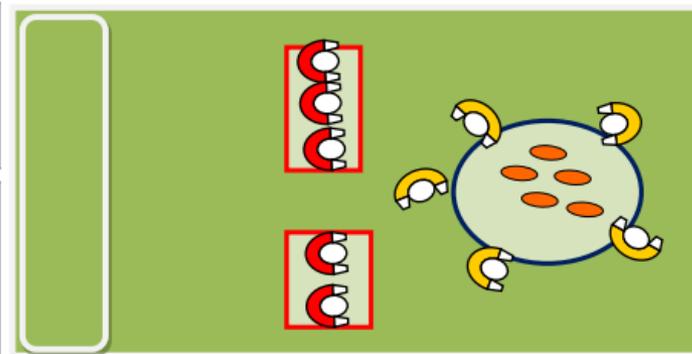
Dans un premier temps, les poules tournent autour des ballons. Les renards sont dans leur terrier. Au signal de l'éducateur, les poules prennent un ballon chacune et doivent échapper aux renards pour aller mettre le ballon le plus vite possible dans leur poulailler.

CRITERES DE REUSSITE:

J'ai réussi si :

Pour les poules : si j'ai apporté le ballon dans le poulailler sans me faire bloquer ou prendre la balle.

Pour les renards : si j'ai bloqué et/ou mis au sol mon partenaire de jeu et récupérer la balle.

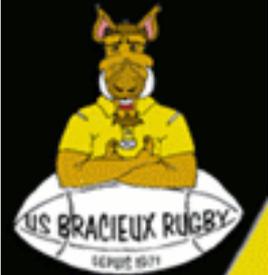


EVOLUTIONS :

Un ou plusieurs poulailler(s)

Terrier plus ou moins proche

Varié le nombre de ballons



l'apprentissage

Exercice 5



JEUX IMAGÉS

Coup de pied franc pour soi

OBJECTIFS: Améliorer le geste technique du coup franc, ainsi que la notion d'avancer dans un espace libre

Technique : le geste de jouer au pied.

Motricité : la fréquence gestuelle et vitesse de réaction.

Perceptive décisionnel : Déterminer où se trouve l'espace libre

DISPOSITION :

Effectifs : Groupe de 4

Espace : Losange = L>10m l>8m + plot central

Matériel : Plots, ballons, chasubles.

Temps : 15 minutes

Séquence : minimum 6 séquences de 2 minutes

CONSIGNES :

Prise de balle à 2 mains

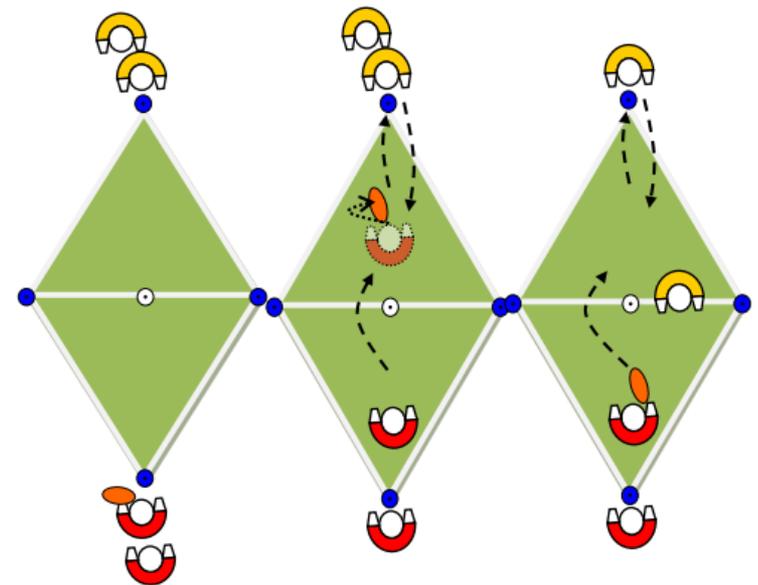
Intensité vitesse d'exécution de très lentement à pleine vitesse

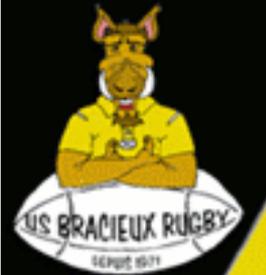
LANCEMENT DE JEU :

Départ des joueurs positionnés en face à face. Le ballon est dans les mains d'un joueur.

Départ de la 1ère action au signal de l'éducateur.

Jeu en aller - retour.





Exercice 6



JEUX IMAGÉS

Les dératiseurs

OBJECTIF: Améliorer le plaisir à combattre, lutter

LE JEU: (l'histoire) →

6 petits rats difficiles à attraper, ont envahi la maison rouge !
Le propriétaire à fait venir 6 dératiseurs pour faire sortir ces petits rats de la maison !
Ils doivent attraper les petits rats entre leurs bras, puis les faire sortir de la maison.
Ils doivent les "transporter" dans le jardin jaune.
Attention, les rats sont fragiles et on ne peut pas les attraper au cou !
Si les rats tombent par terre, ils sont considérés comme attraper !

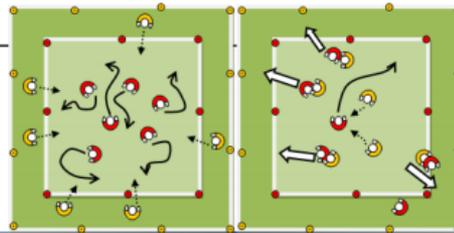
ORGANISATION: Plots / 2 couleurs, espace de jeu : 10m x 10m pour la maison

CONSIGNES:

- Présenter les rôles de chacun : les rats & les dératiseurs
- Montrer les limites de la maison

Pour les dératiseurs : Bloquer les rats au niveau de la taille, pousser pour faire sortir. Rester les bras serrés et les appuis actifs du début à la fin de l'action.

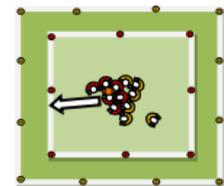
Pour les rats : Courir très vite sans se faire attraper ! Rester sur ses appuis, ne pas tomber au sol.

**LANCEMENT DE JEU:**

1. Au signal du "chef" : **LES PETITS RATS BOUGENT !** Les rats trottent dans la maison !
2. Au second signal du "chef" : **PETITS RATS ATTENTION !** Les dératiseurs entrent en jeu dans la maison...
3. Après 8 sec de jeu et de lutte, le "chef" annonce **STOOOOP !** et on ne peut plus attraper de rats, ni les sortir.
→ **3 passages à la suite pour chaque groupe. On compte le nombre de rats sortis !**

EVOLUTIONS:

Cette fois c'est un gros rat (toute l'équipe) qui ne veut pas sortir de la maison... Les dératiseurs vont devoir s'y mettre à plusieurs pour le sortir de la maison !
Possibilité de placer un ballon





JEUX IMAGÉS

Plaquage à genoux

OBJECTIFS : Accepter le contact avec les joueurs et le sol. Améliorer le plaquage.

BUT : Accompagner le joueur au sol

DISPOSITIF :

Effectif : Groupe de 3

Espace : 1m entre les joueurs

Matériel : 2 ballons pour 3

LANCEMENT DE JEU :

→ Groupe de 3 joueurs alignés. Le joueur du milieu est le plaqueur.

→ Au signal de l'éducateur, le joueur du milieu enchaîne 4 plaquages. 2 sur le partenaire de droite et 2 sur celui de gauche. = Pour cela, les joueurs plaqués doivent faire l'effort de se relever rapidement.

→ Les joueurs "plaqués" ont un ballon dans les mains. Ils doivent le conserver dans leur chute.

COMPORTEMENTS ATTENDUS :

- épaule en contact.
- Tête collée.
- Serrage des bras.
- Ne pas lâcher le joueur lors de la chute.
- Tomber sur le côté.

EVOLUTIONS : Passage des joueurs debout

1



2



3



4





JEUX IMAGÉS

Les poules & les renards

OBJECTIFS : Améliorer la notion de marque et d'opposition.

BUT : Marquer &/ou empêcher de marquer

DISPOSITION :

Effectif : 5 contre 5.

Espace : Terrain M6. 22m x 15m.

Temps : 4 minutes d'ateliers. Séquence de 15 secondes.

Matériel : Plots de couleurs différentes, 5 ballons, chasubles.

CONSIGNES :

On ne ramasse pas les ballons avant le signal. Tous les blocages ou plaquages doivent se faire à la ceinture.

LANCEMENT DU JEU :

Dans un premier temps, les poules tournent autour des ballons. Les renards sont dans leur terrier. Au signal de l'éducateur, les poules prennent un ballon chacune et doivent échapper aux renards pour aller rapporter le plus vite possible leurs œufs dans le poulailler.

CRITERES DE REUSSITE:

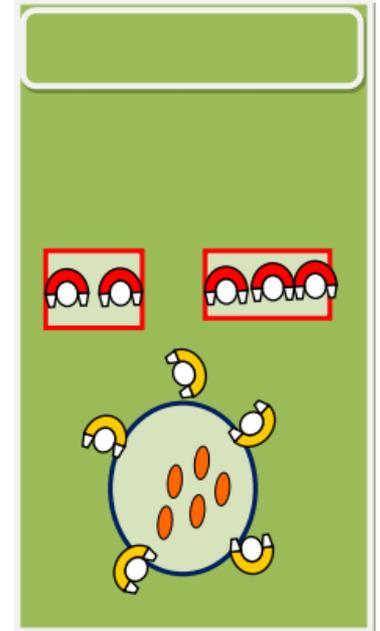
J'ai réussi si :

Pour les poules : si j'ai apporté le ballon dans la cible sans me faire bloquer ou prendre la balle.

Pour les renards : si j'ai bloqué et/ou mis au sol mon partenaire de jeu et récupéré la balle.

EVOLUTIONS :

Un ou plusieurs poulailler
Poulailler plus ou moins proche
Varier le nombre de ballons





Vie du ballon

JEUX IMAGÉS

OBJECTIFS: Améliorer la capacité du joueur à rester debout et/ou à accepter la chute sur plaquage, protéger son ballon et le rendre disponible.

BUT : Ne pas échapper la balle après le plaquage, rendre la balle disponible pour le jeu.

DISPOSITION :

Effectifs :

1 contre 1 + 1 arbitre

Espace :

carré de 3m x 3m environ.

Matériels :

Plots, ballons, chasubles.

LANCEMENT DE JEU :

Dans un 1er temps les joueurs sont placés face à face. Les joueurs sont déjà en contact...

1. Porteurs et opposants placés légèrement de côté, opposant entourant le Ballon.
= *Lutte pour rester debout et rendre la balle disponible immédiatement.*

2. Porteur complètement ceinturé, soit avec seulement une main contre le short =
= *Lutte pour rester debout et rendre la balle disponible après la chute si plaquage.*

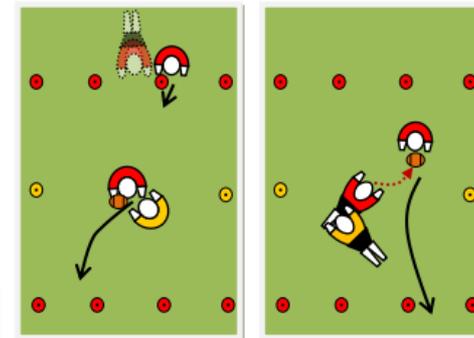
Un joueur a déjà la balle en sa possession. Le jeu démarre au TOP de l'éducateur. Intervention du soutien Offensif après avoir réalisé 2 "passage sur le ventre - relevé". Dans un 1er temps, le porteur doit aller marquer en face de son plot. S'il est plaqué il doit rendre le ballon disponible en le posant DANS SON CAMP.

COMPORTEMENTS ATTENDUS :

- Serrage du ballon contre son torse.
- Fléchir les jambes dans la chute.
- Ne pas se retenir avec les mains.
- Ne pas échapper le ballon.
- Accepter de tomber.
- La plaqueur ACCOMPAGE (la règle) le plaqué au sol.

EVOLUTIONS :

Faire varier les rapports de forces.
Modifier les distances et incertitudes
: - De « déjà en contact » au « 2 joueurs en mouvement avec incertitudes sur qui plaque qui marque !!! = DU SIMPLE AU COMPLEXE !!!

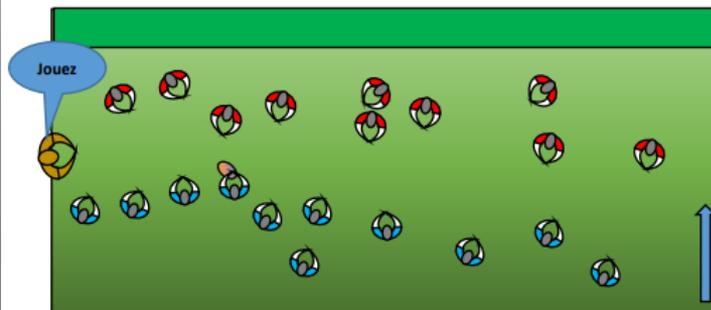
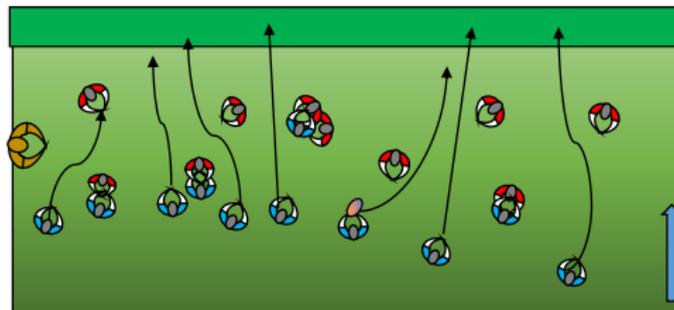


Exercice 10



CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Le jeu en mouvement

Situation collective : utilisation de l'espace

Temps n°1Temps n°2**OBJECTIF:** Jouer avec l'espace**Temps n°1**

Les joueurs sont en jeu libre

Temps n°2Quand l'Educateur **SIFFLE** tous les joueurs essaient de traverser pour aller dans l'en-but.

Les défenseurs plaquent un utilisateur qui essaie de passer

ORGANISATION**Dispositif****But:** prendre l'espace**Effectif:** 10 X 10**Terrain:** 30m x 20m**Matériel:** 1 ballon et 2 jeux de chasubles**RÈGLES:** *La marque:* Pas de cible centrale

Pas besoin de gardien de but - Avancer

INTERVENTIONS

Affirmer la nécessité de passer dans les espaces

Insister sur le démarquage

Evoquer la notion de vitesse et d'appuis

CRITÈRE DE RÉUSSITE

Nombre de joueurs dans l'en-but

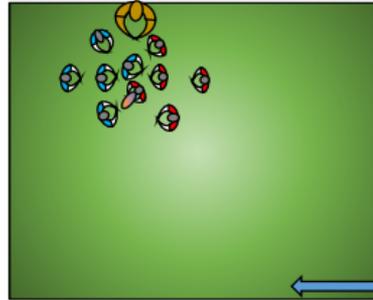


Exercice 11



CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Le jeu en mouvement

Situation collective : participation, avec ou sans ballon au jeu

Temps n°1

OBJECTIF : Utiliser les partenaires proches

Temps n°1

Les joueurs sont en jeu libre

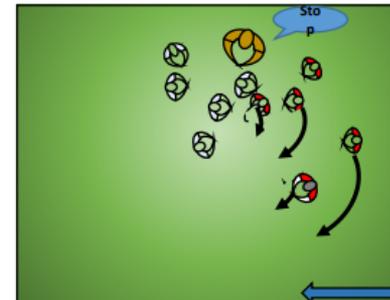
Temps n°2

Lors du blocage, l'Éducateur **STOPPE** tous les joueurs. Les attaquants se déplacent face aux espaces.

Temps n°3

Au signal de l'éducateur le jeu redémarre.

Tous les joueurs sont en mouvement.

Temps n°2**DISPOSITIF**

But: Marquer en évitant les blocages

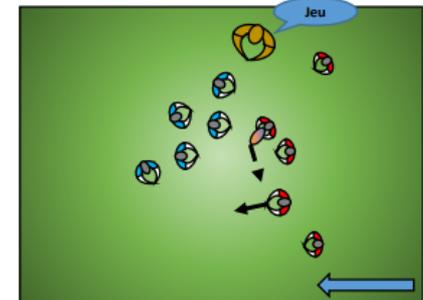
Effectif: 5x5

Terrain: 25m x 30m

Matériel: 1 ballon et 2 jeux de chasubles

RÈGLES: Jeu au contact et le hors-jeu:

Je me replace derrière le porteur du ballon

Temps n°3**COMPOTEMENTS ATTENDUS:**

Les joueurs prennent rapidement l'espace libre

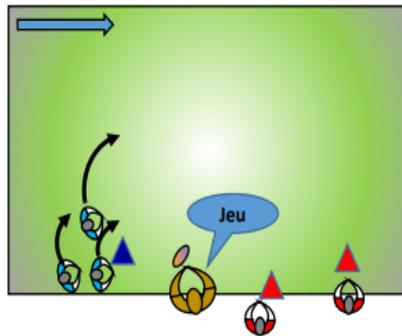
L'essai est marqué rapidement



CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Le jeu en mouvement

Situation effectif réduit : participation, avec ou sans ballon au jeu

Temps n°1



OBJECTIF : Apporter un soutien efficace et utile au porteur de balle

Temps n°1

Les joueurs entrent sur le terrain à « jeu »

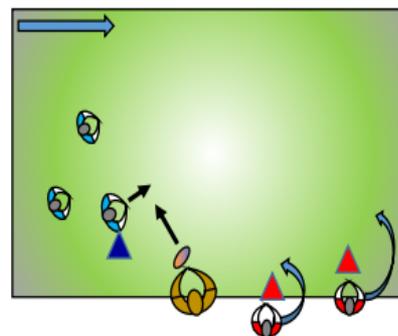
Temps n°2

Les défenseurs entrent sur le terrain à la passe de l'éducateur

Temps n°3

Si blocage « figer » les défenseurs et laisser se replacer les utilisateurs et « jeu »

Temps n°2



DISPOSITIF

But : Marquer en évitant le blocage

Effectif : 3x1+1

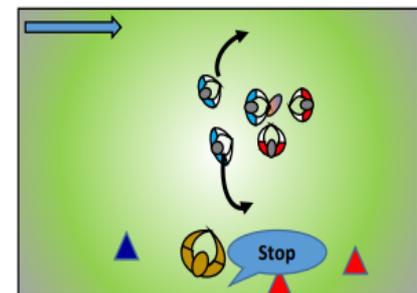
Terrain : 15m x 30m

Matériel : 1 ballon - 2 jeux de chasubles et des plots

RÈGLES

Le hors-jeu : Je me replace derrière le porteur du ballon

Temps n°3



INTERVENTIONS

Insister sur le démarquage

Poser l'exigence du bon choix

Evoquer la notion de vitesse

Evolutions

Réduire le terrain en largeur

Laisser vivre le blocage pour poser les problèmes de l'efficacité du soutien dans le jeu au contact

Exercice 13



CONTENUS D'ENTRAÎNEMENT - Le jeu en mouvement

Situation effectif réduit : apporter un soutien efficace au porteur de balle

OBJECTIF : Apporter un soutien efficace au porteur de balle.

Temps n°1

Les 2 joueurs du centre se font des passes.

Temps n°2

Au signal « JEU », le jeu démarre. Les joueurs du centre du terrain jouent.

Le joueur défenseur ne joue pas le ballon mais ne peut que plaquer le porteur de balle.

Les soutiens entrent sur le terrain.

Le soutien au porteur de balle entre directement, le soutien opposant entre en faisant le tour du plot.

DISPOSITIF

But: Marquer en évitant le blocage

Effectif: (1+1) x (1+1)

Terrain: 10m x 20m

Matériel: 1 ballon - chasubles – plots

Rotation: organiser 3 binômes par terrain mis en place

RÈGLES

Le plaquage: est obligatoirement exécuté avec les 2 bras, il se situe impérativement au niveau de la TAILLE.

CRITÈRES DE RÉUSSITE:

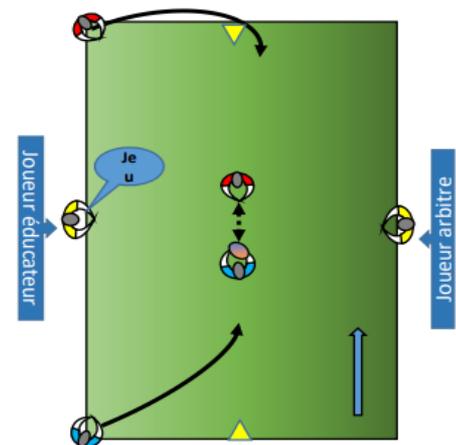
Timing d'intervention
Prise de balle en pleine vitesse
Nombre d'essais marqués
Nombre de passes-relais

INTERVENTIONS AUPRÈS DES JOUEURS**Converger vers le porteur de balle**

Se proposer dans l'espace libre
Anticiper son action par rapport au porteur de balle

EVOLUTIONS

- Agrandir le terrain.
- Le soutien opposant entre au même moment que le soutien du porteur de balle.
- Evolution de la qualité de la défense.



Exercice 14



CONTENUS D'ENTRAÎNEMENT - Le jeu en mouvement

Situation collective : construire un rideau défensif

OBJECTIF: S'organiser en opposition

Temps n°1

Les joueurs sont en jeu libre

Temps n°2

L'éducateur **STOPPE** tous les joueurs

Ensuite les défenseurs marquent chacun un utilisateur sans dépasser le ballon **puis construisent un rideau défensif**

Temps n°3

Au signal de l'éducateur le jeu redémarre.

DISPOSITIF

But: s'organiser défensivement

Effectif: 5x5

Terrain: 25m x 30m

Matériel: 1 ballon et 2 jeux de chasubles

CRITÈRE DE RÉUSSITE

Peu d'essais marqués

RÈGLES: Le hors-jeu – Le plaquage

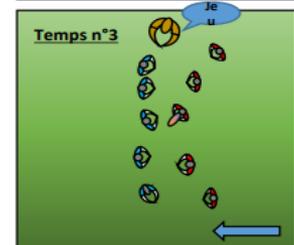
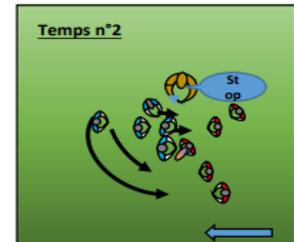
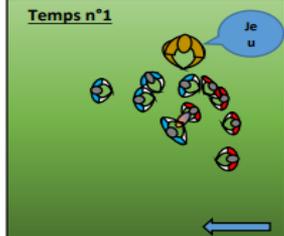
CONSIGNES

Affirmer la notion de défense de la ligne d'essai.

Insister sur le marquage défensif.

Evoquer la notion de vitesse de course et de passe.

Points clés : Rideau défensif = sur la même ligne, en face un défenseur, monter ensemble



Exercice 15



CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Le jeu en mouvement

Situation technique : amélioration du jeu de passes

OBJECTIF: Travail technique de la passe

DISPOSITIF:

Effectif: vagues de 4 joueurs

Matériel: 1 ballon/vague - des plots

Terrain n°1

Démarrage des passes à gauche, remplacement en reculant et passes à droite (faire 3-4 aller/retour) puis changer de poste.

Terrain n°2

Démarrage des passes à droite en course, se replacer en allant faire le tour du plot opposé (chacun à son poste) et enchaîner par des passes à gauche en course.

Terrain n°3

Démarrage course soutenue passer entre les plots et faire une passe en profondeur à son partenaire.

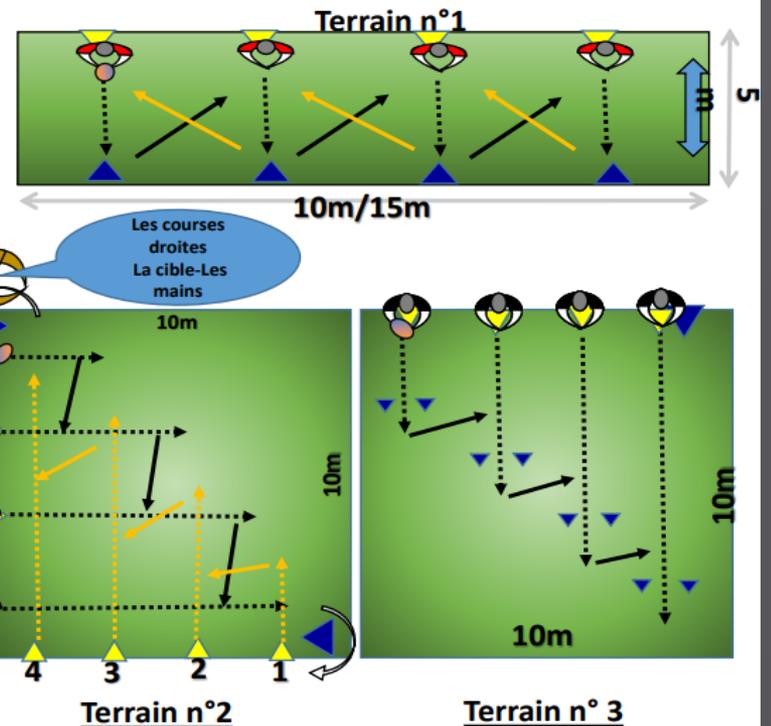
INTERVENTIONS Courir sur l'axe droit devant soi.

Garder les épaules orientées dans l'axe de la course.

Présenter une cible avec les mains.

Aller chercher le ballon – Intercepter la trajectoire de la passe.

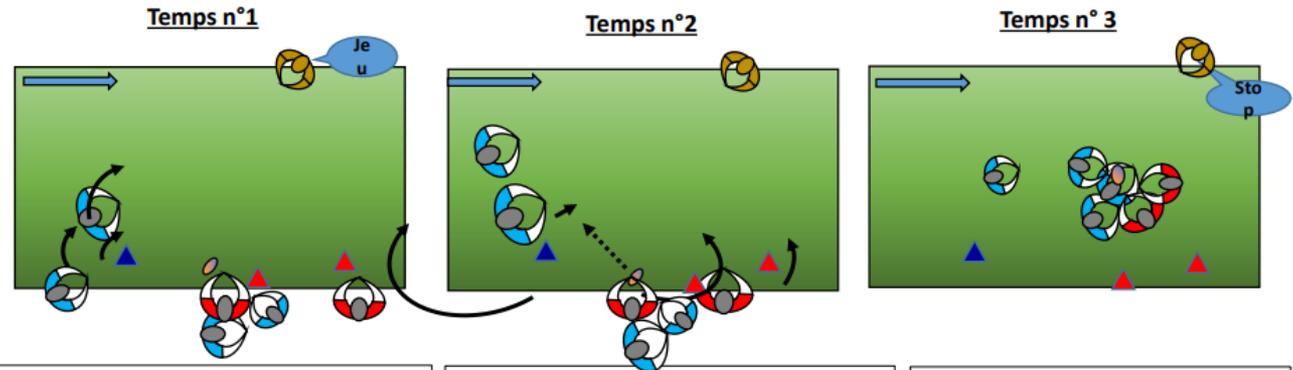
Passer les bras par dessous lors de la passe (balancier).





CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Gestion des luttes & contacts

Situation à effectif réduit : libération du ballon et soutien utile



OBJECTIFS : Maitriser le contact et apporter un soutien efficace.

Temps n°1

Les joueurs utilisateurs entrent sur le terrain à « jeu ».

Temps n°2

Les défenseurs entrent sur le terrain à la passe du défenseur n°1.

Temps n°3

Si blocage « figer » les défenseurs. Laisser se placer les utilisateurs et « jeu »

DISPOSITIF

But: Marquer en évitant le blocage

Effectif: 3+1 x 1+1

Terrain: 10m x 30m

Matériel: 1 ballon - 2 jeux de chasubles et des plots

CONSIGNES

Insister sur la visibilité du ballon

- disponible ou caché ?

Poser l'exigence des attitudes

RÈGLES

Le hors-jeu: Je me replace derrière le porteur du ballon.

EVOLUTIONS

Réduire le terrain en largeur

Laisser vivre le blocage pour poser les problèmes de l'efficacité du soutien dans le jeu au contact.

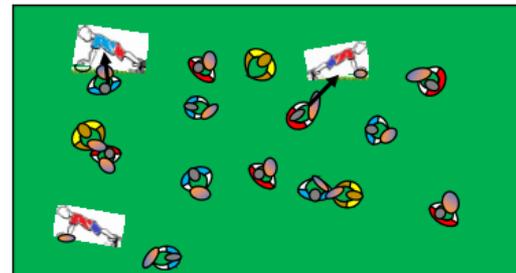


CONTENUS D'ENTRAINEMENT - Les phases ordonnées

Développement des capacités physiques et motrices du joueur

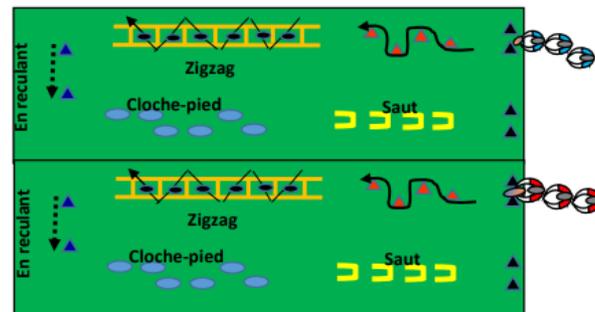
EXERCICE DE GAINAGE

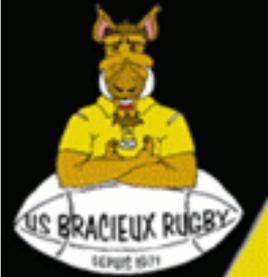
Un ou 2 joueurs (ou +) désignés « Mister Freeze » ; 1 ballon pour chaque joueur sur le terrain.
 Courir dans un espace de 15m X 10m.
 Lorsqu'un joueur est touché par « Mr Freeze », il est « glacé ». Il se met alors en appui sur ses mains sur le ballon et ses pieds (position de gainage). Il sera délivré lorsqu'un partenaire passera sous lui. Durée 5 à 10'



EXERCICE DE MOTRICITÉ

Motricité en aller-retour :
 Course entre les plots (slalom) – maîtrise des appuis dans une échelle (appuis pas chassés) – course en marche arrière - sur un pied puis l'autre (cloche-pied et manipulation autour de la taille - sauts pieds joints)





CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Situation de surnombres

PROBLEMES IDENTIFIES : mauvaise prise d'information et PB vont trop loin

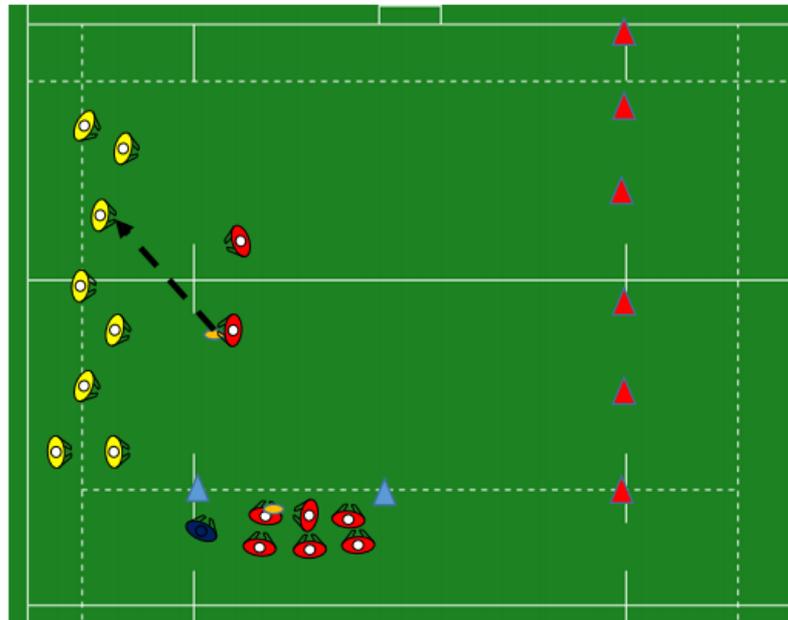
BUT POUR LES JOUEURS : jouer où c'est facile, seul ou collectivement

LANCEMENTS :

L'entraîneur essaie de garder un RF favorable pour l'attaque maxi 8 C 6

Le défenseur passe le ballon ou joue au pied sur un des attaquants
Dès la réception, le jeu commence

Consignes : à chaque essai , 1 défenseur rentre et les attaquants doivent marquer dans l'autre sens de terrain





CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Situation de surnombres

PROBLEMES IDENTIFIES : mauvaise prise d'information et PB vont trop loin

BUT POUR LES JOUEURS : jouer où c'est facile, seul ou collectivement

Ce qu'on attend:

Jouer très vite,
Déplacer le ballon vers les espaces

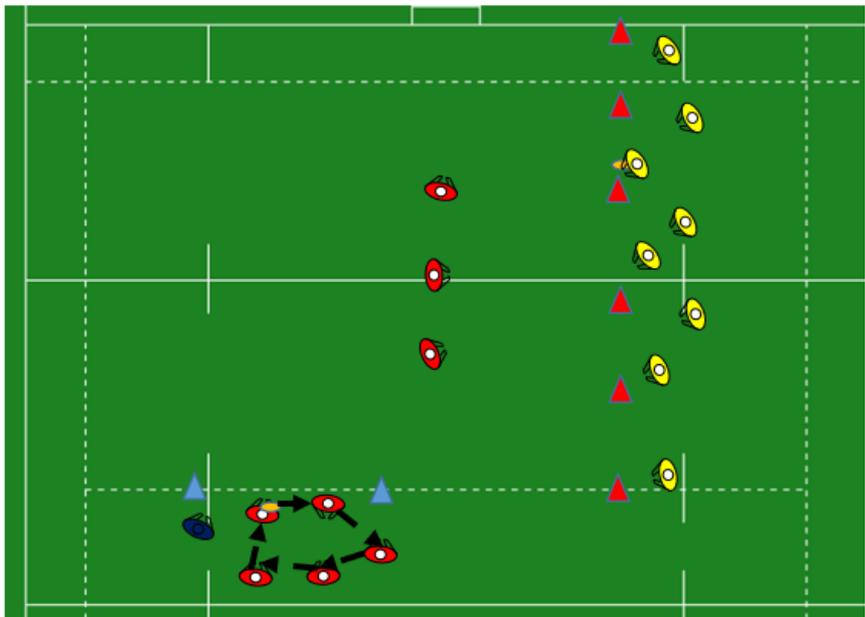
Consignes def:

Arriver à toucher le PB à 2 mains

Si le PB est touché alors perte de balle
Changement d'équipe attaquante
6 attaquants sortent très vite
Et tous les défenseurs rentrent pour jouer

Educateur décompte le temps (à 3 sec le jeu doit reprendre)

Les joueurs en plus se font des passes tant qu'ils ne rentrent pas sur le terrain



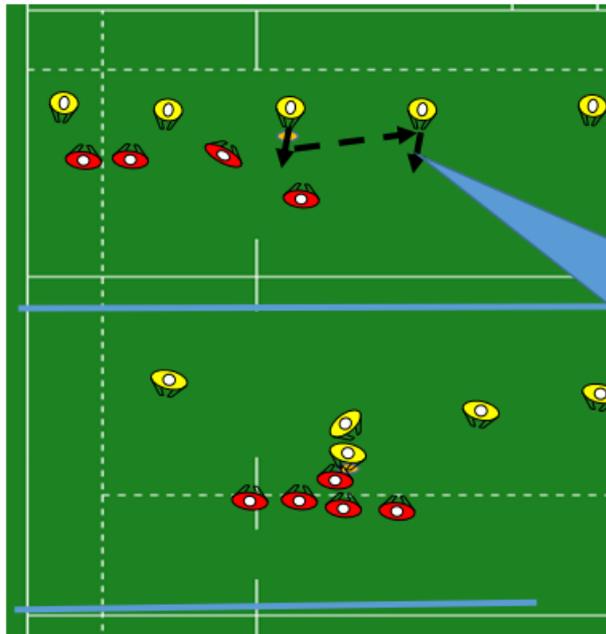


CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Situation de prise de largeur

PROBLEMES IDENTIFIES : PB ne regarde pas l'organisation des défenseurs, court vers les espaces (courses en travers), utilise trop rarement la passe

BUT POUR LES JOUEURS : jouer où c'est facile, seul ou collectivement



Attendus prioritaires :
Chaque attaquant doit chercher à se placer face à un espace, être réparti sur la largeur du terrain

Consignes attaquant :

Le joueur 1^{er} soutien est relayeur
Le PB libère en I ou fait rouler le ballon dans l'axe

Consignes défenseur :

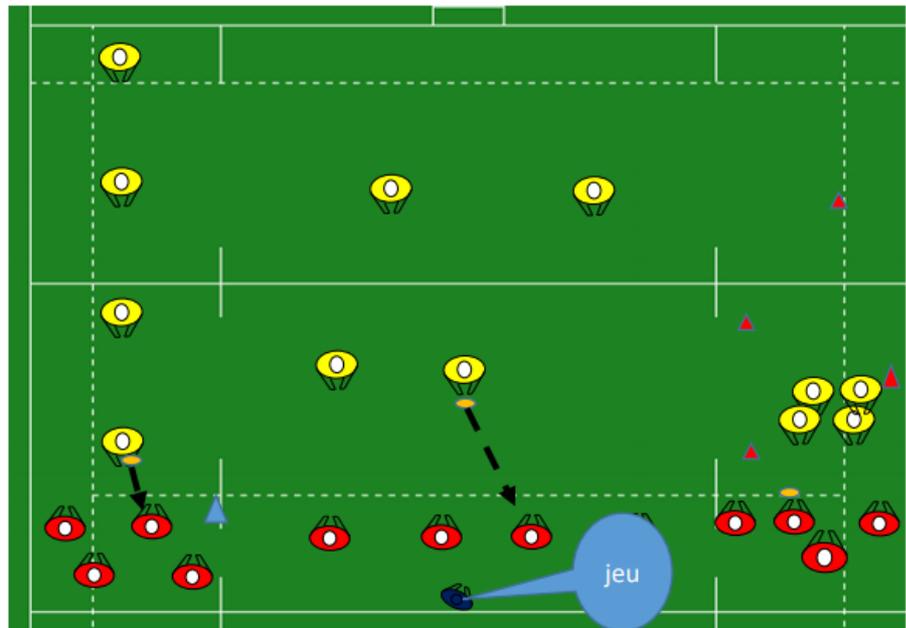
Les défenseurs se tiennent proches les uns / autres distance 1 bras
Dès la 1^{ere} passe, libre
A chaque fois que le PB est ceinturé ou plaqué : pas de conteste au sol,
Par contre le plaqueur restera à genoux +1 def dans l'axe à genoux aussi ;
les autres défenseurs se resserreront autour du placage.



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Perception des espaces de jeu disponible

PROBLEMES IDENTIFIES : mauvaise prise d'information et PB vont trop loin



BUT POUR LES JOEURS : jouer où c'est facile, seul ou collectivement

Ce qu'on attend:

Engager l'avancée très vite où c'est + facile
Jeu dans les 3 couloirs

Consignes def:

Jeu à plaquer ou bloquer les bras et le ballon



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Perception des espaces de jeu disponible

Travail technique : la passe

Travail de la poussée de la jambe (jambe droite/main droite)

Travail de la fin de geste (finir les mains vers la cible)



Organisation

- Le joueur ① recule jusqu'au plot avec le ballon tenu à 2 mains au niveau de ses abdominaux
- Dès qu'il franchi le plot il passe le ballon au joueur ②
- Il suit sa passe jusqu'au joueur ③

Points clés entraîneur

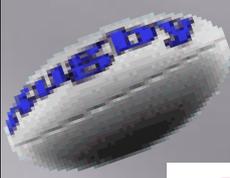
- Vérifier que la distance est suffisamment grande pour que les joueurs poussent avec les jambes
- Les passes sont tendues
- Il n'y a pas de pré-appuis avant la passe
- La jambe de poussée termine devant l'autre (pas de blocage)

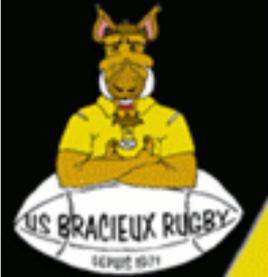
Points clés joueur

- Sentir que la passe part des jambes
- La tête part avant les bras
- Pousser avec la jambe droite pour les passes à droite
- L'armé se fait par l'ouverture du bassin (une fois le plot dépassé)
- Les mains terminent loin vers la cible

Evolutions

- Passer d'un côté à l'autre
- Varié les distances
- Accélérer après la passe



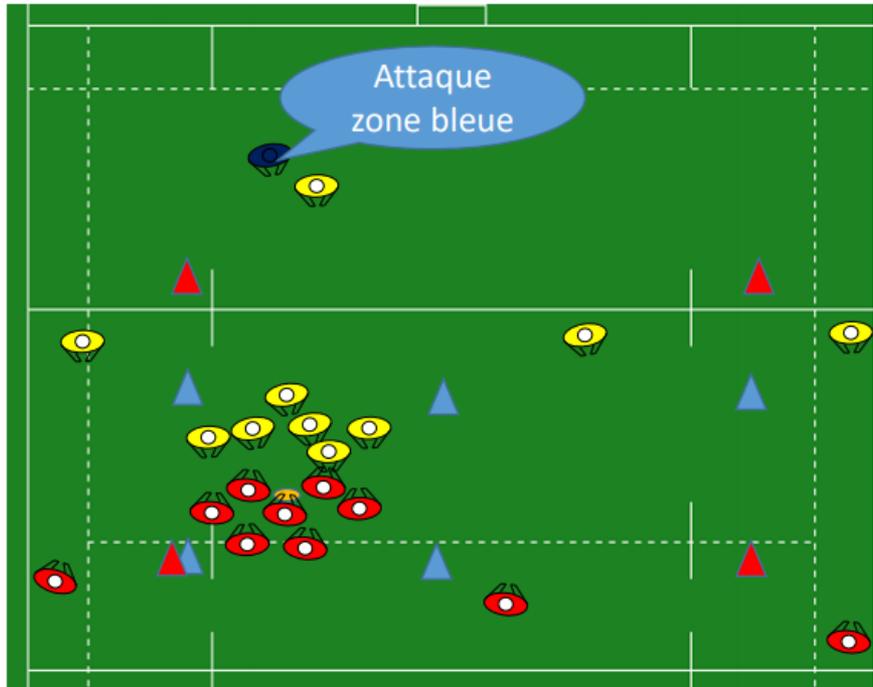


CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Jeu sans ballon – Remplacement des joueurs – Principes d'utilité

PROBLEMES IDENTIFIES : surconcentration des joueurs autour du ballon.

BUT POUR LES JOUEURS : identifier l'utilité de chaque joueur et prise de l'espace



Ce qu'on recherche:

Faire vivre différentes situations aux joueurs, Avec des répartitions dans l'espace différentes (de très concentré autour du ballon à répartir dans la totalité de l'espace)

Faire le bilan avec les joueurs des situations les + facile à jouer, les + efficace pour avancer et marquer

Lancements:

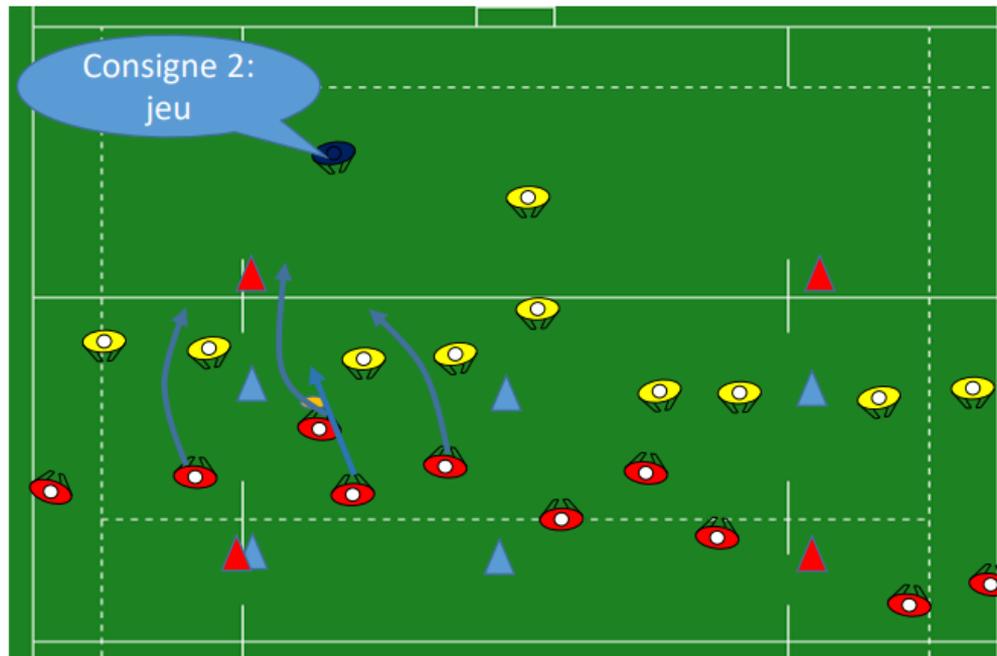
L'entraîneur annonce la zone de répartition de 7 attaquants et 6 défenseurs
Les autres joueurs sont positionnés dans l'espace (couloirs de jeu différents)



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Jeu sans ballon – Remplacement des joueurs – Principes d'utilité

PROBLEMES IDENTIFIES : surconcentration des joueurs autour du ballon
BUT POUR LES JOUEURS : identifier l'utilité de chaque joueur et prise de l'espace



Consigne attaque et défense:

Dès « JEU », tous les joueurs peuvent sortir de leur couloir.

Ce qu'on veut voir:

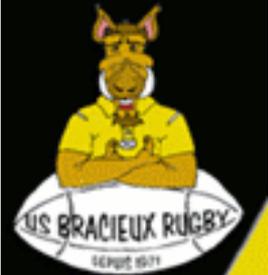
Des joueurs qui attaquent des intervalles, les joueurs qui sont proches du ballon (sont concernés par l'avancée et la vie du ballon)

Les autres doivent chercher à observer les déplacements des défenseurs, et repérer des espaces + facile à attaquer

Les attaquants doivent être connecté entre eux (à distance de passe et répartis dans l'espace)

Volonté de faire émerger 2 groupes de joueurs: cellule vie du ballon (joueurs proches du ballon) et joueurs loin du ballon

Exercice 25

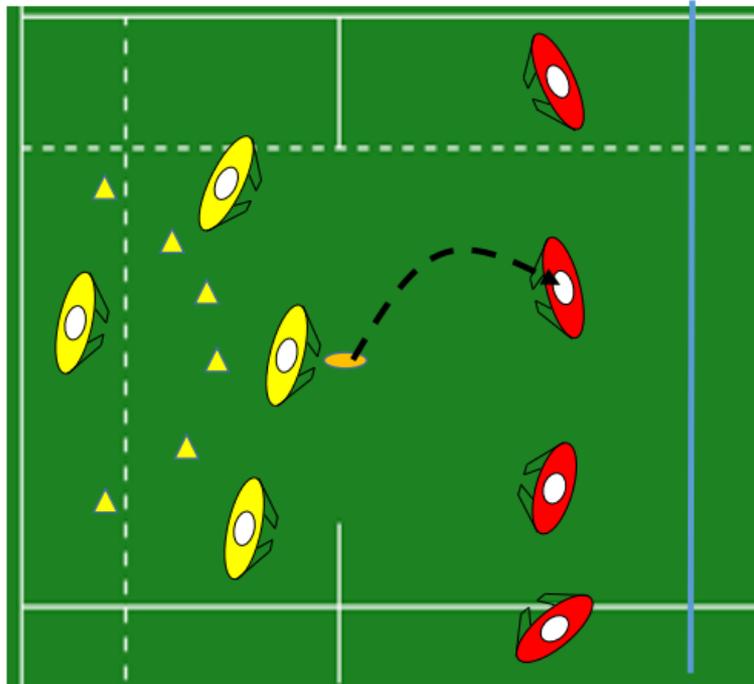


CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Evolution collectif de ligne

OBJECTIF : jeu de handball

BUT POUR LES JOUEURS : pré agir et manipulation



BUT DU JEU :

L'attaque doit arriver à rentrer dans la zone sans se faire toucher pour passer le ballon au gardien.

Si les jaunes interceptent, ils pourront chercher à marquer dans le camp adverse.

Consignes attaque: possibilité de courir avec le ballon et se faire des passes en avant
Si toucher par un défenseur, obligation de ressortir le ballon des 15m

Consignes en défense : hand (repousser les adversaire, toucher le pdb à 2 mains)

Attendus:

Courses sans ballon
Se positionner / largeur disponible
Identifier les tps de départ
Jouer sur les prises de largeur



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Jeu au contact

OBJECTIF(S) :

Rester debout éloigner la balle de l'Op, avancer

BUT POUR LES JOUEURS :

Marquer le plus vite possible sans blocage du ballon ni perte de balle

Terrain : devant une ligne

Durée : 30 mn

Matériel : plots, ballons, chasubles

LANCEMENTS :

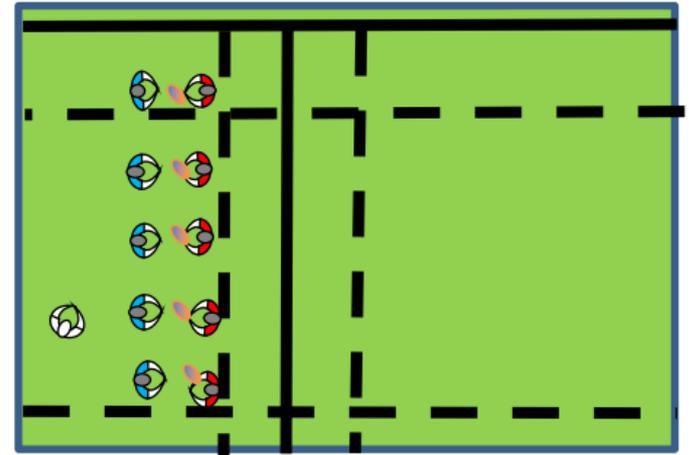
Les opposants ont le ballon ils lancent la balle à l'utilisateur et monte sur lui pour l'empêcher de marquer

CONSIGNES UT :

Aller à l'affrontement sur l'Op

CONSIGNES OP :

Blocage sur le haut du corps



COMPORTEMENTS ATTENDUS :

Utilisateurs : le joueur décale ses appuis afin d'optimiser son équilibre, il abaisse son centre de gravité en fléchissant les jambes. Il écarte son vis-à-vis avec son bras libre et éloigne le ballon de l'autre bras. Il cherche à avancer au contact. Il assure la conservation du ballon.

Le soutien analyse le rapport de force et vient soit :

- Eloigner le ballon de l'adversaire
- Impact son partenaire pour faire avancer



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Circulation offensive

OBJECTIF(S) :

Menacer tout l'espace et se répartir

Effectif : 5x5

Terrain : 1/4 terrain

Durée : 30 mn

Matériel : plots, ballons, chasubles

BUT POUR LES JOUEURS :

Marquer le plus vite possible sans blocage du ballon

LANCEMENTS :

1 Educateur + 2 ballons

L'éducateur met les UT dans l'avancée face à un espace libre

Consignes UT :

La balle de doit pas être bloqué ni toucher le sol

Consignes OP :

Blocage sur le haut du corps

COMPORTEMENTS ATTENDUS

UT : Vitesse dans course et dans transmission
Perçoit l'espace libre et le rapport de force
Joue dans l'espace libre

Fixe son vis-à-vis

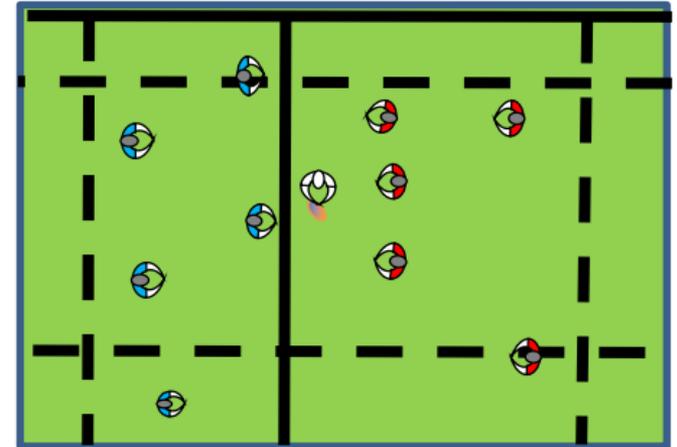
Les soutiens :

Occupent la largeur

Se démarquent

orientent leur course vers le porteur de balle

Communiquent leur présence





CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Circulation défensive

OBJECTIF(S) :

Etre capable de s'organiser en vis-à-vis
Etre capable de presser et faire reculer l'attaqué

Effectif : 2x2

Terrain : 10 M de large

Durée : 30 mn

Matériel : plots, ballons, chasubles

LANCEMENTS :

Le défenseur envoie la balle en l'air, le défenseur entre sur le terrain.

Le défenseur passe la balle à l'attaqué et rentre immédiatement sur le terrain en direction de l'utilisateur

CONSIGNES UT :

Jeu réel

Consignes OP :

Défense réelle

COMPORTEMENTS ATTENDUS

Utilisateurs :

Vitesse dans la course et dans la transmission

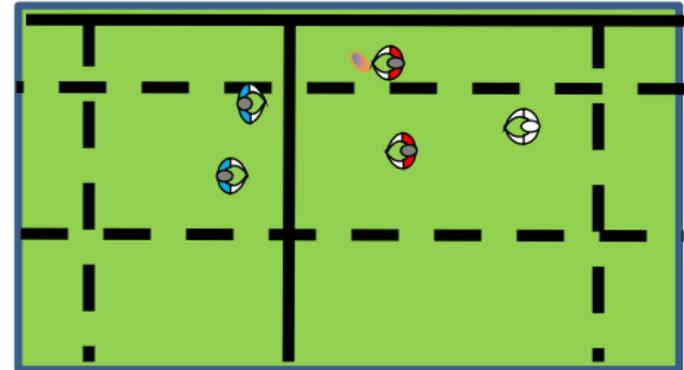
Opposants :

Annonce la montée

Cadre défensivement l'utilisateur (épaule plus trajectoire de course)

Presser l'utilisateur

Plaquer et récupérer





CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Jeu au contact

OBJECTIFS :

Etre capable de conserver la balle
Etre capable de lire le placement adverse et jouer dans l'espace
Etre capable de remettre de l'avancée

BUT POUR LES JOUEURS :

Tenir le plus longtemps le ballon et tenir debout.

Effectif : 18

Terrain : terrain de 15ms /20ms

Durée : 30 mn

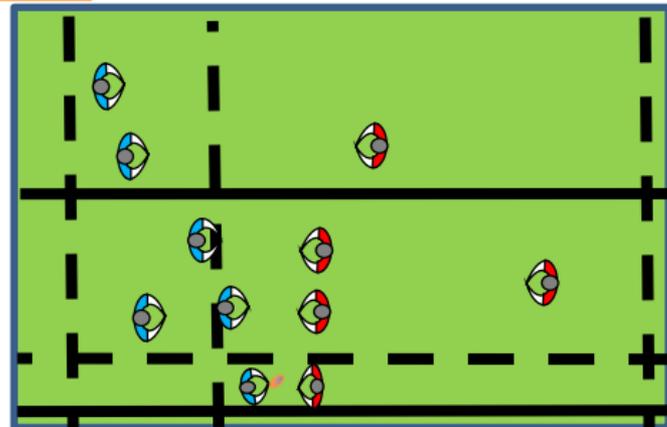
Matériel : plots, ballons, chasubles,

LANCEMENTS:

1 attaquant passe le ballon au J+1
1° les défenseurs attendent que l'attaquant attrape la balle pour monter
2° les défenseurs montent sur le temps de suspension du ballon
3° les défenseurs montent dès que le passeur arme sa passe, ils viennent aussi agir sur le ballon

CONSIGNES OPPOSANTS :

Les opposants défendent en se laissant reculer à l'impacte
Les opposants présents sur les Ut en respectant les différentes façon d'agir
Amener les utilisateurs le plus vite possible au sol



COMPORTEMENTS ATTENDUS :

L'utilisateur fait la passe à son J+1 dans l'avancée puis il vient au soutien.
Le porteur entre au contact de l'adversaire avance et conserve le ballon.
Travail de fréquence pour garder de la vitesse, utilisation d'un bras pour tenir à distance l'adversaire.
Si blocage le soutien vient faire avancer le porteur
Quand porteur passe par le sol il vient traverser le Ruck pour faire reculer la défense
Le joueur Axe vient si pas de pression faire relayeur pour les deux joueurs sur la largeur
Les deux joueurs garde la vitesse d'avancée perçoivent l'espace à jouer et l'utilisent pour aller marquer



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Jeu au contact

OBJECTIF(S) : être capable de résister debout sans perdre le ballon
Être capable d'avancer au contact

Effectif : 18

Terrain : terrain de 5ms / 5 ms

Durée : 30 mn

Matériel : plots, ballons, chasubles,

BUT POUR LES JOUEURS :

Tenir le plus longtemps le ballon et tenir debout.

LANCEMENTS :

1 attaquant passe le ballon au J+1

1° le défenseur attend que l'attaquant attrape la balle pour monter

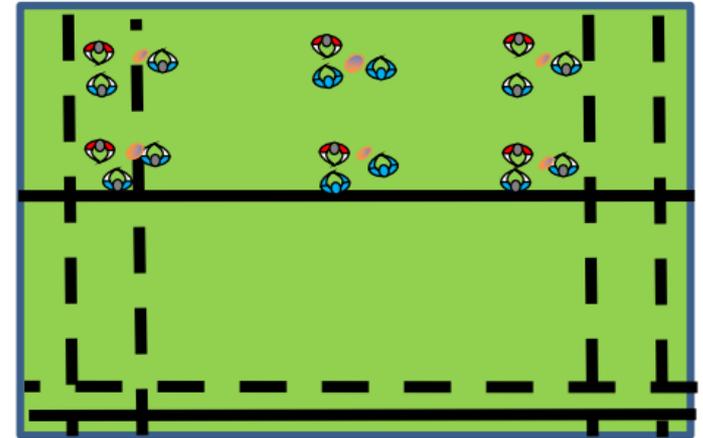
2° le défenseur monte sur le temps de suspension du ballon

3° le défenseur monte dès que le passeur arme sa passe.

CONSIGNES OPPOSANTS :

Respecter les différents lancements de jeu

Agir progressivement sur le ballon afin d'essayer de le récupérer



COMPORTEMENTS ATTENDUS :

Utilisateurs : le joueur décale ses appuis afin d'optimiser son équilibre, il abaisse son centre de gravité en fléchissant les jambes. Il écarte son vis-à-vis avec son bras libre et éloigne le ballon de l'autre main. Il cherche à avancer au contact. Il assure la conservation du ballon.

Le soutien analyse le rapport de force et vient soit :

Eloigner le ballon de l'adversaire

Impact son partenaire pour faire avancer



CONTENUS D'ENTRAINEMENT

Jeu au contact

OBJECTIF(S) :

Rester debout éloigner la balle de l'Op, avancer

BUT POUR LES JOUEURS :

Marquer le plus vite possible sans blocage du ballon ni perte de balle

Terrain : devant une ligne

Durée : 30 mn

Matériel : plots, ballons, chasubles

LANCEMENTS :

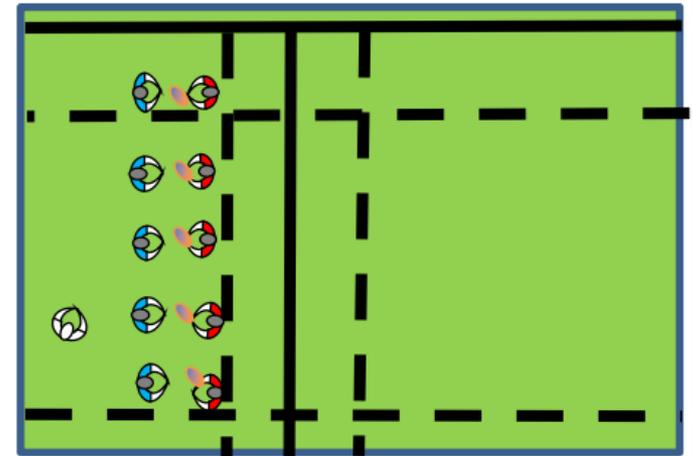
Les opposants ont le ballon ils lancent la balle à l'utilisateur et monte sur lui pour l'empêcher de marquer

CONSIGNES UT :

Aller à l'affrontement sur l'Op

CONSIGNES OP :

Blocage sur le haut du corps

**COMPORTEMENTS ATTENDUS :**

Utilisateurs : le joueur décale ses appuis afin d'optimiser son équilibre, il abaisse son centre de gravité en fléchissant les jambes. Il écarte son vis-à-vis avec son bras libre et éloigne le ballon de l'autre bras. Il cherche à avancer au contact. Il assure la conservation du ballon.

Le soutien analyse le rapport de force et vient soit :

- Eloigner le ballon de l'adversaire
- Impact son partenaire pour faire avancer



Projet de JEU

situation 1

Phase de mouvement général et fixation

Circulation offensive, défensive, gestion des luttes et contacts

Objectif(s)

Dominante :

affectif et relationnel, perceptif et décisionnel

Etre capable :

- d'avancer avec ou sans ballon.
- d'accepter les contacts avec le sol et l'adversaire
- de comprendre et respecter les règles fondamentales
- de plaquer le porteur du ballon

Comportements attendus

Porteur :

- J'avance avec le ballon dans les espaces libres pour franchir les zones.
- Près de l'adversaire, je m'organise pour continuer à faire avancer l'équipe, en passant à un partenaire près de moi qui peut avancer.
- Si je suis début au contact, je m'organise pour que mon équipe conserve le ballon.
- Si je suis au sol, je lâche le ballon vers mes partenaires.

Non Porteur : je me place près du porteur afin de pouvoir recevoir le ballon, pousser, ou protéger (jambes fléchies, dos placé, tête relevée) pour continuer d'avancer.

Opposant direct : je me place en barrage du porteur afin d'empêcher le franchissement des zones et d'avancer moi-même. Je me baisse en regardant la taille, je coïncure, je serre les jambes pour aller au sol avec le porteur.

Opposant en soutien : je me déplace pour être en face des futurs porteurs de ballon, sur les blocages, je pousse (tête placée)

Niveau 1 S2

Dispositif :

Groupe :

6 à 8 par équipe

Espace :

long : de 12 à 16 m

large :

2 fois largeur + 2 en-but

Temps :

séquences de jeu de 2 à 3 min

Matériel : ballon lesté 2kg ou + si nécessaire ou ballon normal.

balles tous les 5 m

But : Marquer plus que l'adversaire

Score : 5 points par essai, 1 point par zone franchie pour le porteur du ballon s'il avance, s'il recule 1 point pour les opposants.

Lancement du jeu : favorisant au départ l'avancée d'un joueur dans un espace libre, les opposants sur la première ligne à 5 m. Retour après essai au milieu, sinon sur la ligne de l'arrêt de jeu.

Critères de réussite :

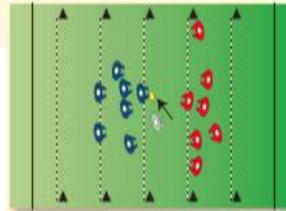
Sur une séquence de jeu 2 à 3 minutes : investissement global à la lutte et peu de lasses observées sur la layouté ou sur le jeu au sol. Les joueurs avancent dans les espaces libres et marquent des essais.

Consignes, règles :

Règles fondamentales

- hors-jeu, en avant, le jeu au sol.

Respect du lancement de jeu, les opposants restent sur une ligne tant que le joueur utilisateur n'a pas reçu le ballon



POUR ÉVALUER – RÉGULER

COMPORTEMENTS OBSERVÉS

- Trop de difficultés à avancer → lancer le jeu face à des opposants moins organisés.
- Joueurs dominants physiquement → Mettre en place des groupes de rivaux en collectif réduit. Utiliser un score par rapport à l'arrêt des dominants, valoriser le blocage collectif.
- Des joueurs partent en contournant, vers l'arrière, vers les touches → Réduire l'espace sur la largeur, insister sur la notion d'avancer en donnant un score plus important.
- Des joueurs se placent en avant du porteur de balle → Insister sur la notion de hors-jeu, score en rapport avec les règles : 2 pts pour les adversaires si hors-jeu.
- Les joueurs se s'opposent pas efficacement → Proposer exercices de renforcement du plaquage.

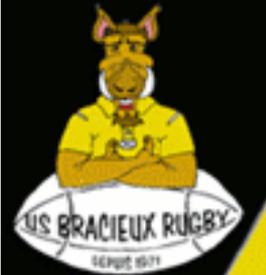
POUR FAIRE ÉVOLUER LA SITUATION

VARIANTES

- Introduire le hors-jeu sur regroupement → Apprentissage des nouvelles règles.
- Augmenter la largeur du terrain → Augmenter progressivement les espaces libres.
- Ne plus compter de points pour les relais, valoriser les plaquages efficaces (qui mettent au sol le porteur) 5 points par essai et 2 pts par plaquage.

EFFETS RECHERCHÉS





Projet de JEU

situation 2

Phase de mouvement général et fixation

Circulation offensive, défensive, gestion des luttes et contacts

Objectif(s)

Dominante :
affectif et relationnel, perceptif

Etre capable :

- d'avancer et faire avancer un partenaire.
- de communiquer avec ses partenaires.
- de plaquer le porteur du ballon.
- d'assurer les tâches de soutien en utilisation et opposition.
- de contre attaquer.
- d'accepter les contacts avec le sol et l'adversaire.

Comportements attendus

Porteur :

- J'avance et fais avancer mon partenaire avant d'être bloqué.
- Si j'arrive au contact, je m'organise (tête , dos , bassin) pour conserver le ballon et le rendre disponible pour mon partenaire.

Non Porteur : je soutiens mon partenaire. S'il se fait prendre avec le ballon, je viens l'aider à le conserver et à l'utiliser.

Opposants :

- J'avance rapidement puis contrôle ma vitesse pour plaquer le porteur avant qu'il passe le ballon.
- Si je ne suis pas fixé par la passe, je vais vite plaquer le partenaire du porteur qui reçoit le ballon.
- Je cherche à récupérer le ballon
- Si je suis à la poursuite, je rattrape très vite mon retard pour pouvoir aider mon partenaire en défense.

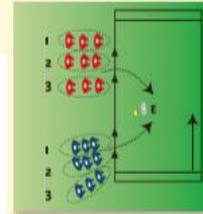
POUR ÉVALUER – RÉGULER

COMPORTEMENTS OBSERVÉS	INTERVENTIONS POSSIBLES
● "Retus" de venir chercher le ballon	→ Utiliser des exercices aidant à résoudre les problèmes affectifs.
● Manque d'implication en situation d'opposant	→ Donner des points pour les plaquages réussis
● Joueurs dominants physiques	→ Faire des groupes de niveau en faisant attention à la numérotation. Si plusieurs groupes interviennent, commencer par faire rentrer les dominants.

Niveau 1 S3

Dispositif :

Groupe :
groupes numérotés de 3 joueurs par équipe (équilibre de forces entre n°1 des 2 équipes, n° 2 ...)



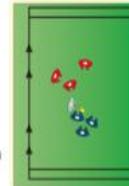
Espace :

larg : env. 10 m
long : env. 15 m

Temps : environ 4 appels par numéro

Matériel : ballon, balises et maillots

But : Marquer (même règle que pour un essai)



Score : 5 pts par essai

Consignes, règles :

Pour tous : respect du règlement, respect des consignes

Critères de réussite :

Les essais sont marqués sans arrêt du ballon.

Lancement du jeu : quand E appelle un numéro, tous les joueurs concernés entrent sur le terrain en passant par les portes (les numéros correspondent à des groupes de force équilibrée). Le ballon peut être donné de main à main, mis au sol, lancé en l'air et à conquérir ...

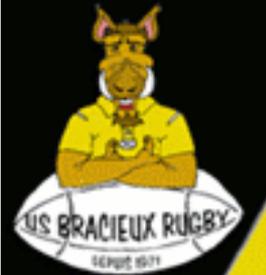
ATTENTION : tout mettre en œuvre pour éviter les courses frontales et dangereuses (E se déplace et coupe les élan par exemple). Possibilité d'appel au secours d'un autre numéro en cours d'action.

POUR FAIRE ÉVOLUER LA SITUATION

VARIANTES	EFFETS RECHERCHÉS
● Varier les effectifs (par numéro de 1 à 4 joueurs) et les placements des portes d'entrée (rapports de force plus avantageux ou plus désavantageux ...)	→ Favoriser l'implication de tous les joueurs et leur faire vivre des rapports d'opposition différents (adversaires à la poursuite, sur le côté, de face ...)
	→ Améliorer les prises de décision, les attitudes proches de l'adversaire

PLAY ▶

+VIDEO



Projet de JEU

situation 3

Phase de mouvement général et fixation

Circulation offensive, défensive, gestion des luttes et contacts

Objectif(s)

Dominante : affectif et relationnel, perceptif et décisionnel

Etre capable :

- d'avancer et de faire avancer un partenaire
- de soutenir le porteur du ballon
- de s'opposer efficacement au porteur du ballon et à ses soutiens
- de plaquer efficacement
- de comprendre et respecter les règles complémentaires (hors jeu sur regroupement)

Comportements attendus

Pour tous : prendre des initiatives

Porteur :

- J'avance avec le ballon dans les espaces libres.
- Avant de ne plus pouvoir avancer, je m'organise pour continuer à faire avancer l'équipe, je passe à un partenaire près de moi qui peut continuer.
- Si je suis au contact, je m'organise pour conserver le ballon et le rendre disponible pour mes partenaires.
- Si je suis au sol, je lâche le ballon vers mes partenaires.

Non Porteur : je me place près du porteur afin de pouvoir recevoir le ballon, pousser, ou protéger (jambe fléchée, dos placé, tête relevée) pour continuer d'avancer.

Opposant direct :

- Je me place en barrage du porteur en avançant,
- Je me baisse en regardant la taille, je ceinture, je serre les jambes pour aller au sol avec le porteur.

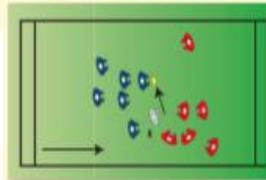
Opposant en soutien : je me replace, afin de revenir opposant direct pour être en face des futurs porteurs de ballon.

Niveau 2 55

Dispositif :

Groupe :
6 à 8 par équipe

Espace :
larg : env. 15 m
long : env. 30m
+ 2 en-but



Temps :

durée = séquence de jeu 2 à 3 mn ;
plusieurs manches

Matériel : ballon lesté 2kg ou = si nécessaire ou ballon normal

But : Marquer plus que l'adversaire

Score : 5 pts par essai plus 1 ou 2 points par relai | donner à un joueur qui avance et me dépasse |

Lancement du jeu : par l'Éducateur favorisant, le combat au départ les 2 équipes proches (env 2m) ; ballon présenté aux joueurs.

Consignes, règles :

- Règles fondamentales : hors jeu, en avant, le jeu au sol
- Respect du lancement de jeu, les opposants se replient tant que le joueur utilisateur n'a pas reçu le ballon.
- Préciser et faire répéter ce qu'est un relai efficace

Critères de réussite :

Les utilisateurs avancent en continuité, le soutien se déplace afin d'être efficace, les blocages restent brefs dans le temps.

POUR ÉVALUER – RÉGULER

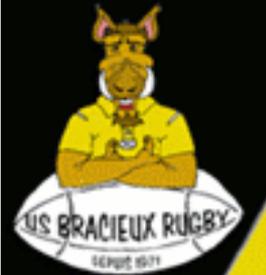
COMPORTEMENTS OBSERVÉS	INTERVENTIONS POSSIBLES
● Des joueurs n'avancent pas avec le ballon	→ Renvier au jeu des zones par niveau → Rappel des principes de l'étape précédente
● Les joueurs passent le plus souvent après contact, beaucoup de blocages	→ Compter les bons relais avant le blocage → Points pour les opposants, à blocage trop long
● Les utilisateurs avancent très facilement	→ Lancement plus difficile en équilibre ou en reculant.

POUR FAIRE ÉVOLUER LA SITUATION

VARIANTES	EFFETS RECHERCHÉS
● Utiliser encore le ballon lesté ou débr d'étape	→ Faciliter l'opposition, le rôle des soutiens
● Lancer le jeu par un joueur sous pression en reculant	→ Plus mettre en difficulté les joueurs dominants ou pour favoriser l'opposition
● La largeur du terrain	→ Augmenter ou diminuer la densité du barrage défensif
● Points pour les relais extérieurs au mouvement	→ Sensibiliser pour le soutien plus efficace
● Début du jeu avec opposants sur et hors du terrain et entrée progressive à l'appel de numéros	→ Décorde pour les opposants
● Points pour l'adversaire si hors jeu sur regroupements	→ Renforcer la connaissance du règlement

PLAY ▶

+VIDEO



Projet de JEU

situation 4

Phase de mouvement général et fixation

Circulation offensive, défensive, gestion des luttes et contacts, relance du mouvement

Objectif(s)

Dominante :

affectif et relationnel, perceptif et décisionnel

Etre capable :

- d'avancer et faire avancer
- de s'organiser avant le contact
- d'éviter le blocage
- de réagir en position de soutien
- de s'opposer au porteur du ballon et à ses soutiens
- de comprendre et respecter les règles complémentaires (hors jeu sur regroupement)

Comportements attendus

Porteur :

- l'avance avec le ballon dans les espaces libres.
- Avant de ne plus pouvoir avancer, je m'organise pour continuer à faire avancer l'équipe, je passe à un partenaire près de moi qui peut continuer.
- Si je ne peux pas éviter le contact, je m'organise pour conserver le ballon et le rendre disponible pour mes partenaires.
- Si je suis au sol, je lâche le ballon vers mes partenaires.

Non Porteur : je me place et me replace à l'intérieur, l'extérieur ou dans l'axe (le dos) du porteur du ballon, afin de pouvoir recevoir le ballon pour continuer d'avancer ou l'aider s'il est bloqué.

Opposant direct :

- Je me place en bannage du porteur en avançant, pour l'amener au sol ou en touche.
- Je me baisse en regardant la taille, je ceinture, je serre les jambes pour aller au sol avec le porteur.

Opposant en soutien : Je me replace, afin de revenir opposant direct pour être en face des futurs porteurs de ballon.

POUR ÉVALUER – RÉGULER

COMPORTEMENTS OBSERVÉS	INTERVENTIONS POSSIBLES
• Des joueurs n'avancent pas avec le ballon	→ libérer au jeu des zones par avance
• Les joueurs passent le plus souvent au contact beaucoup de blocages	→ les opposants n'interviennent pas sur le ballon
• Les réalisateurs avancent très facilement	→ lancement plus difficile en égalité ou en retard.

Niveau 2 S6

Dispositif :

Groupe :

6 à 8 par équipe

Espace :

long : 15 à 20 m

large : 2 fois largeur

+ 2 en - buts

Temps :

séquence de jeu 2 à 3 min ; plusieurs manches

Matériel :

2 ballons

But :

Marquer en utilisant le moins de ballons possibles

Score : Utilisateurs : 5 pts par essai marqué en un temps limité (40 secondes à 1 minute)

Opposants : 1 pt pour chaque ballon remis en jeu par l'éducateur.

Exemple : essai marqué avec 4 ballons remis en jeu :

- utilisateurs : 5 pts
- opposants : 4 pts

2^{ème} manche en inversant les rôles.

Lancement du jeu : Favorisant, l'éducateur (avec au moins 2 ballons) donne le ballon en avançant à un joueur démarqué sans attendre l'organisation des opposants près de l'en-but des utilisateurs (idem après essai), il introduit un nouveau ballon à chaque blocage (+ de 2s) dans une situation favorisant, un joueur le lui rapporte obligatoirement le 1^{er} ballon.

Consignes, règles :

- Règles fondamentales : hors-jeu, en avant, le jeu au sol, pas de jeu au pied.
- Les opposants ne récupèrent pas le ballon
- Respect du lancement de jeu, les opposants se replient tant que le joueur utilisateur n'a pas reçu le ballon. Après blocage, un joueur rapporte le ballon à E.

Critères de réussite :

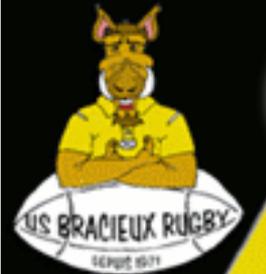
Les utilisateurs avancent en continuant, le soutien se déplace afin d'être efficace, les blocages restent brefs dans le temps (valeur essai la plus grande possible). Score par rapport au nombre de ballons utilisés.

POUR FAIRE ÉVOLUER LA SITUATION

VARIANTES	EFFETS RECHERCHÉS
• Utiliser encore le ballon laissé au début d'étape	→ faciliter l'opposition, la rôle des soutiens
• Utiliser 4 à 5 ballons par équipe	→ Evaluer d'une manière plus objective
• Lancer le jeu par un joueur sous pression ou retard	→ Pour mettre en difficulté les joueurs dominants ou pour favoriser l'opposition
• Augmenter la largeur de terrain	→ Diminuer le densité de passes sur le bannage défilant
• Mettre en place un système de zones sur l'organisation lors des blocages	→ Renforcer les aspects décisionnels et techniques
• Points pour l'adhésion à hors-jeu sur regroupements	→ Renforcer la connaissance du règlement sur regroupements

PLAY ▶

+VIDEO

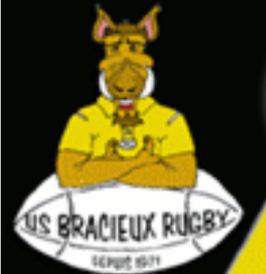


REGLEMENT MOINS DE 8 ANS Toucher + 2 secondes

Saison 2020- 2021

NOMBRE DE JOUEURS	5 contre 5	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure (9 joueurs maximum par équipe)	
TERRAIN	30m (en but non compris) X 20m	
BALLON	Taille 3	
TEMPS DE JEU	Voir tableau	
ARBITRAGE	1 joueur de moins de 12 à moins de 18 ans formé et 1 éducateur-accompagnant (chargé de la sécurité) ou un éducateur.	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi.	
	Au coup de sifflet de l'arbitre, le joueur de l'équipe fautive pose immédiatement le ballon au sol afin de rendre celui-ci disponible pour l'équipe adverse sinon sanction : CF à l'endroit de la faute ou 5 mètres de plus ou remplacement en cas de fautes répétées	
UTILISATEURS	Lorsque le porteur de balle est touché à 2 mains simultanément entre la taille et les épaules, l'arbitre annonce : "Toucher", "1", "2"	
	Le porteur de balle "touché" a 2 secondes pour faire une passe, sans obligation de s'arrêter.	
	Le ballon est transmis au-delà des 2 secondes : ballon à l'opposant = CF - adversaires à 5m	
OPPOSANTS	Le joueur "touché" n'a plus le droit de jouer le ballon au pied : ballon à l'opposant = CF - adversaires à 5m	
	L'opposant doit toucher le porteur de balle à 2 mains simultanément entre la taille et les épaules	
	Les opposants ne peuvent pas jouer le ballon dans les mains du porteur de balle	
	Les opposants peuvent récupérer le ballon sur interception ou sur ballon au sol pour contre-attaquer	
	Le toucher + 2 secondes = un plaquage - Le toucheur ne doit plus intervenir avant d'être revenu dans son camp, les soutiens défensifs ne doivent pas interférer avec le jeu tant que le touché n'a pas fait sa passe = CF - adversaires à 5 m	
CONSIGNES ARBITRAGE	Valider le toucher = les deux mains simultanément + hauteur du toucher (entre la taille et les épaules) Communication verbale de l'arbitre : "Toucher", "1", "2" (audible pour tout le monde) puis coup de sifflet immédiat	
MARQUE	Essai = 5 points. Un joueur touché dans l'en-but peut marquer. Un joueur touché avant l'en-but à 2 secondes pour marquer ou passer.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain - Possibilité de jouer rapidement	CF à 5m de toute ligne Adversaires à 5m
COUP DE RENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai - Possibilité de jouer rapidement	Un CF peut être joué de plusieurs façons :
COUP DE RENVOI DES 22 METRES	A 5m de l'en-but. Si sur jeu au pied, le ballon rentre dans l'en-but, l'adversaire peut l'aplatir et bénéficier d'un coup de renvoi à 5m de la ligne d'en but.	- pour soi-même après avoir botté le ballon (ballon au sol ou quittant les mains), - en coup de pied tombé (drop) ou - en coup de pied de volée
EN-AVANT	A l'endroit de la faute, A 5 mètres de toute ligne	
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	A l'endroit de la sortie. Si le ballon sort en ballon mort sur jeu au pied, le ballon revient à l'équipe adverse à l'endroit du coup de pied.	CF accordé à moins de 5 mètres de sa ligne de but possibilité de taper directement en touche = gain de terrain mais remise en jeu (cf) à l'équipe adverse
TOUCHE DIRECTE	Autorisée depuis son en-but et dans une zone de 5m devant celui-ci Dans le cas contraire : à l'endroit où le jeu au pied a été réalisé.	
TRANSFORMATION DROP TIR AU BUT	NON	

HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY à XV CATEGORIE C SONT APPLICABLES



Règlement

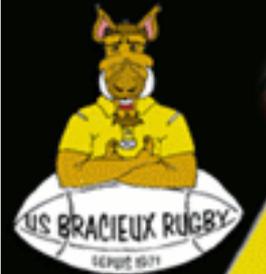


REGLEMENT MOINS DE 8 ANS Jouer au contact

Saison 2020 – 2021

NOMBRE DE JOUEURS	5 contre 5	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure (9 joueurs maximum par équipe)	
TERRAIN	30m (en but non compris) X 20m	
BALLON	Taille 3	
TEMPS DE JEU	Voir tableau	
ARBITRAGE	1 joueur de moins de 12 à moins de 18 ans formé et 1 éducateur-accompagnant (chargé de la sécurité) ou un éducateur.	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récurrence, exclusion définitive du tournoi.	
	Au coup de sifflet de l'arbitre, le joueur de l'équipe fautive pose immédiatement le ballon au sol afin de rendre celui-ci disponible pour l'équipe adverse sinon sanction : CF à l'endroit de la faute ou 5 mètres de plus ou remplacement en cas de fautes répétées Passage en force : un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté – Sanction : CF	
UTILISATEURS	Le porteur du ballon ne doit pas engager son buste vers l'avant au moment du contact avec l'adversaire (pas de tête à la même hauteur) – CF- adversaires à 5 m	
	Le porteur de balle plaqué doit immédiatement, transmettre son ballon ou libérer celui-ci à plus d'un mètre de lui : CF - adversaires à 5m Si le ballon au sol est injouable : ballon à l'opposant : CF - adversaires à 5m	
OPPOSANTS	L'opposant peut plaquer le porteur de balle mais il n'a pas le droit de le bloquer par une prise au-dessus de la taille ni de lui arracher le ballon dans les mains et/ou les bras	
	Le plaquage est effectué obligatoirement avec les 2 bras. Il doit être impérativement effectué entre la taille et les pieds (attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire) : du CF à l'exclusion temporaire avec remplacement du joueur.	
	Les opposants peuvent récupérer le ballon une fois qu'il a été libéré mais ils ne doivent pas le jouer dans les mains du porteur : Sanction : CF – adversaires à 5m Les soutiens défensifs doivent arriver par leur camp avant de jouer le ballon	
CONSIGNES ARBITRAGE	Sanctionner immédiatement le plaqueur gênant la transmission du ballon : du CF à l'exclusion temporaire avec remplacement du joueur.	
	Ne pas sanctionner le joueur plaqué dont le ballon a touché le sol et qui fait sa passe immédiatement.	
MARQUE	Essai = 5 points. Un joueur plaqué à proximité de la ligne de but peut marquer un essai si son action se fait dans le même mouvement	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain – Possibilité de jouer rapidement	CF à 5m de toute ligne Adversaires à 5m Un CF peut être joué de plusieurs façons : - pour soi-même après avoir botté le ballon (ballon au sol ou quittant les mains), - en coup de pied tombé (drop) ou - en coup de pied de volée CF accordé à moins de 5 mètres de sa ligne de but possibilité de taper directement en touche = gain de terrain mais remise en jeu (cf) à l'équipe adverse
COUP DE RENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai - Possibilité de jouer rapidement	
COUP DE RENVOI DES 22 METRES	A 5m de l'en-but. Si sur jeu au pied, le ballon rentre dans l'en-but, l'adversaire peut l'aplatir et bénéficier d'un coup de renvoi à 5m de la ligne d'en but.	
EN-AVANT	A l'endroit de la faute, A 5 mètres de toute ligne	
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	A l'endroit de la sortie. Si le ballon sort en ballon mort sur jeu au pied, le ballon revient à l'équipe adverse à l'endroit du coup de pied.	
TOUCHE DIRECTE	Autorisée depuis son en-but et dans une zone de 5m devant celui-ci Dans le cas contraire : à l'endroit où le jeu au pied a été réalisé.	
TRANSFORMATION DROP TIR AU BUT	NON	

HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY À XV CATEGORIE C SONT APPLICABLES



Règlement



REGLEMENT MOINS DE 10 ANS Toucher + 2 secondes

Saison 2020 -2021

NOMBRE DE JOUEURS	5 contre 5	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure (9 joueurs maximum par équipe)	
TERRAIN	30m (en but non compris) X 25m	
BALLON	Taille 3	
TEMPS DE JEU	Voir tableau	
ARBITRAGE	1 joueur de moins de 12 à moins de 18 ans formé et 1 éducateur-accompagnant (chargé de la sécurité) ou un éducateur.	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi.	
	Au coup de sifflet de l'arbitre, le joueur de l'équipe fautive pose immédiatement le ballon au sol afin de rendre celui-ci disponible pour l'équipe adverse sinon sanction : CF à l'endroit de la faute ou 5 mètres de plus ou remplacement en cas de fautes répétées	
UTILISATEURS	Lorsque le porteur de balle est touché à 2 mains simultanément entre la taille et les épaules, l'arbitre annonce : "Toucher", "1", "2"	
	Le porteur de balle "touché" a 2 secondes pour faire une passe, sans obligation de s'arrêter.	
	Le ballon est transmis au-delà des 2 secondes : ballon à l'opposant = CF - adversaires à 5m	
OPPOSANTS	L'opposant doit toucher le porteur de balle à 2 mains simultanément entre la taille et les épaules	
	Les opposants ne peuvent pas jouer le ballon dans les mains du porteur de balle	
	Les opposants peuvent récupérer le ballon sur interception ou sur ballon au sol pour contre-attaquer	
	Le toucher + 2 secondes = un plaquage - Le toucheur ne doit plus intervenir avant d'être revenu dans son camp, les soutiens défensifs ne doivent pas interférer avec le jeu tant que le touché n'a pas fait sa passe - CF - adversaires à 5 m	
CONSIGNES ARBITRAGE	Si l'action de "toucher" l'opposant n'est pas faite à 2 mains simultanément entre la taille et les épaules, le jeu continue. L'arbitre peut annoncer "Jouez" en cas de litige	
MARQUE	Essai = 5 points. Un joueur touché dans l'en-but peut marquer. Un joueur touché avant l'en-but à 2 secondes pour marquer ou passer.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain - Possibilité de jouer rapidement	CF à 5m de toute ligne Adversaires à 5m Un CF peut être joué de plusieurs façons : - pour soi-même après avoir botté le ballon (ballon au sol ou quittant les mains), - en coup de pied tombé (drop) ou - en coup de pied de volée CF accordé à moins de 5 mètres de sa ligne de but possibilité de taper directement en touche = gain de terrain mais remise en jeu (cf) à l'équipe adverse
COUP DE RENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai - Possibilité de jouer rapidement	
COUP DE RENVOI DES 22 METRES	A 5m de l'en-but. Si sur jeu au pied, le ballon rentre dans l'en-but, l'adversaire peut l'aplatir et bénéficier d'un coup de renvoi à 5m de la ligne d'en-but.	
EN-AVANT	A l'endroit de la faute , à 5 mètres de toute ligne	
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	A l'endroit de la sortie. Si le ballon sort en ballon mort sur jeu au pied, le ballon revient à l'équipe adverse à l'endroit du coup de pied.	
TOUCHE DIRECTE	Autorisée depuis son en-but et dans une zone de 5m devant celui-ci Dans le cas contraire : à l'endroit où le jeu au pied a été réalisé.	
TRANSFORMATION DROP TIR AU BUT	NON	

HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY à XV CATEGORIE C SONT APPLICABLES



REGLEMENT MOINS DE 10 ANS

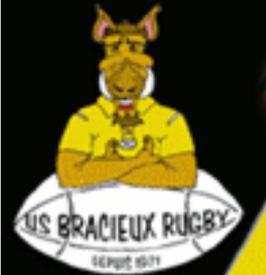
Jouer au contact

Saison 2020-2021

Règlement

NOMBRE DE JOUEURS	5 contre 5	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure (9 joueurs maximum par équipe)	
TERRAIN	30m (en but non compris) X 25m	
BALLON	Taille 3	
TEMPS DE JEU	Voir tableau	
ARBITRAGE	1 joueur de moins de 12 à moins de 18 ans formé et 1 éducateur-accompagnant (chargé de la sécurité) ou un éducateur.	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi.	
	Au coup de sifflet de l'arbitre, le joueur de l'équipe fautive pose immédiatement le ballon au sol afin de rendre celui-ci disponible pour l'équipe adverse sinon sanction : CF à l'endroit de la faute ou 5 mètres de plus ou remplacement en cas de fautes répétées	
	Passage en force : un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté – Sanction : CF	
UTILISATEURS	Le porteur du ballon ne doit pas engager son buste vers l'avant au moment du contact avec l'adversaire (pas de tête à la même hauteur) – CF- adversaires à 5 m	
	Le porteur de balle plaqué doit immédiatement, transmettre son ballon ou libérer celui-ci à plus d'un mètre : CF - adversaires à 5m	
	Si le ballon est injouable : ballon à l'opposant : CF - adversaires à 5m	
OPPOSANTS	L'opposant peut plaquer le porteur de balle mais il n'a pas le droit de le bloquer par une prise au-dessus de la taille ni de lui arracher le ballon dans les mains et/ou les bras	
	Le plaquage est effectué obligatoirement avec les 2 bras. Il doit être impérativement effectué entre la taille et les pieds (attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire) : du CF à l'exclusion temporaire avec remplacement du joueur.	
	Les opposants peuvent récupérer le ballon une fois qu'il a été libéré mais ils ne doivent pas le jouer dans les mains du porteur : Sanction : CF – adversaires à 5m	
	Les soutiens défensifs doivent arriver par leur camp avant de jouer le ballon	
CONSIGNES ARBITRAGE	Ne pas sanctionner le joueur plaqué dont le ballon a touché le sol et qui fait sa passe immédiatement.	
	Sanctionner immédiatement le plaqueur gênant la transmission du ballon : du CF à l'exclusion temporaire avec remplacement du joueur.	
MARQUE	Essai = 5 points. Un joueur plaqué à proximité de la ligne de but peut marquer un essai si son action se fait dans le même mouvement	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain - Possibilité de jouer rapidement	CF à 5m de toute ligne Adversaires à 5m
COUP DE RENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai - Possibilité de jouer rapidement	Un CF peut être joué de plusieurs façons : - pour soi-même après avoir botté le ballon (ballon au sol ou quittant les mains), - en coup de pied tombé (drop) ou - en coup de pied de volée CF accordé à moins de 5 mètres de sa ligne de but possibilité de taper directement en touche = gain de terrain mais remise en jeu (cf) à l'équipe adverse
COUP DE RENVOI DES 22 METRES	A 5m de l'en-but. Si sur jeu au pied, le ballon rentre dans l'en-but, l'adversaire peut l'aplatir et bénéficier d'un coup de renvoi à 5m de la ligne d'en but.	
EN-AVANT	A l'endroit de la faute, A 5 mètres de toute ligne A l'endroit de la sortie.	
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	Si le ballon sort en ballon mort sur jeu au pied, le ballon revient à l'équipe adverse à l'endroit du coup de pied.	
TOUCHE DIRECTE	Autorisée depuis son en-but et dans une zone de 5m devant celui-ci Dans le cas contraire : à l'endroit où le jeu au pied a été réalisé.	
TRANSFORMATION DROP TIR AU BUT	NON	

HORMIS CES DISPOSITIONS, LES REGLES DU RUGBY à XV CATEGORIE C SONT APPLICABLES

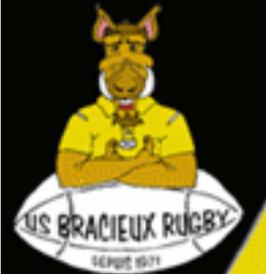


Règlement



REGLEMENT MOINS DE 10 ANS JEU à X Saison 2020-2021

NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à 10	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure	
TERRAIN	56 mètres (en-but non compris) X 40 mètres	
BALLON	Taille 3	
TEMPS DE JEU	Voir tableau	
ARBITRAGE	1 joueur de moins de 12 à moins de 18 ans formé et 1 éducateur-accompagnant (chargé de l'arbitrage de la mêlée et de la sécurité) ou un éducateur.	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi. Passage en force : un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté – Sanction : CF Le plaquage, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement effectué entre la taille et les pieds . Toute prise au-dessus ou sans engager les 2 bras sera sanctionnée. Attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire. Le porteur du ballon ne doit pas engager son buste vers l'avant au moment du contact avec l'adversaire (pas de tête à la même hauteur) – CF - adversaires à 5 m Un joueur qui se rend coupable d'un plaquage dangereux doit être systématiquement exclu par l'arbitre (2 minutes) avec remplacement. Les projections et la cuillère sont strictement interdites et doivent être sanctionnées.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain	Coup de pied tombé Adversaires à 5 mètres
COUP DE RENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai	Le ballon doit franchir les 5 mètres - Possibilité de jouer rapidement
COUP DE RENVOI « 22m »	A 10 mètres de l'en-but	Coup franc Adversaires à 5 mètres
EN AVANT ou ballon injouable	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne	Mêlée éducative sans impact : 3+2 contre 3+2 Poussée autorisée dans l'axe, limitée au gain du ballon (ballon derrière les pieds d'une des premières lignes). Liaisons des joueurs de 1 ^{ère} ligne (cf. règles du jeu à XV). Lignes de hors-jeu à 5 mètres. Les joueurs « +2 » sont en place des 3 ^{èmes} lignes ailes, liés au pilier main intérieure ou short et main extérieure au maillot, debout, sans action de poussée. Ils ne peuvent faire action de jeu qu'à la fin de la mêlée. L'éducateur-accompagnant donne les 3 commandements pour la formation de la mêlée éducative sans impact : 1. FLEXION – 2. LIEZ – 3. PLACEMENT Le demi de mêlée introduira sans délai le ballon. L'éducateur-accompagnant interviendra immédiatement en cas d'instabilité de la mêlée : CF. Son adversaire se place soit à ses côtés sans suivre la progression du ballon, soit derrière sa mêlée, dans l'axe. Talonnage autorisé. Pas de possibilité de regagner le ballon. Gain du ballon = fin de la poussée. Fin de mêlée = quand le demi de mêlée lève le ballon du sol. La mêlée n'est jamais rejouée. Liaisons incorrectes, mauvaise posture : CF Mêlée tournée ou quand une faute n'est pas décelée et ballon injouable ou sécurité oblige : CP Franc en faveur de l'équipe ayant introduit le ballon en mêlée
PENALITE	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne	Remplacée par le Coup franc
COUP FRANC	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne	Adversaires à 5 mètres - Pas de choix de la mêlée - CF accordé à moins de 10 mètres de sa ligne de but possibilité de taper directement en touche = gain de terrain mais lancer à l'équipe adverse
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	A l'endroit de la sortie, à 5 mètres minimum de la ligne d'en-but.	Touche = Conquête disputée. 1 lanceur, 2, 3 ou 4 sauteurs et 1 relayeur. Pour les opposants, 1 vis-à-vis à chacun des participants bénéficiant de la remise en jeu (lanceur, sauteurs et relayeur). Pas d'aide au sauteur. Début de l'alignement à 3 mètres. Fin de l'alignement déterminée par le dernier joueur attaquant de l'alignement (Verrouilleur). Le joueur opposé au lanceur à 2 mètres de l'alignement (largeur et profondeur). Les relayeurs à 2 mètres en profondeur de l'alignement. Remise en jeu rapide autorisée, avec respect des lignes de hors-jeu. Non-participants à 5 mètres.
TOUCHE DIRECTE	Frappe au-delà des 10 mètres : à l'endroit de la frappe	
	Frappe dans l'en-but ou à moins de 10 mètres : à l'endroit de la sortie	
AU COUP DE SIFFLET DE L'ARBITRE, LE JOUEUR DE L'EQUIPE FAUTIVE POSÉ IMMEDIATEMENT LE BALLON AU POINT DE FAUTE SINON SANCTION (CPF OU 5M DE +, OU REMPLACEMENT EN CAS DE FAUTES REPETÉES) - 5 ESSAIS D'ECART A N'IMPORTE QUEL MOMENT : SCORE ACQUIS DEFINITIVEMENT ET REEQUILIBRAGE OBLIGATOIRE DE QUELQUE MANIERE QUE CE SOIT.		
HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY à XV CATEGORIE C SONT APPLICABLES (le jeu au pied est autorisé)		



Règlement

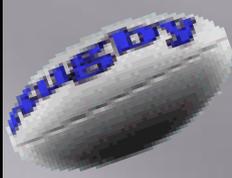
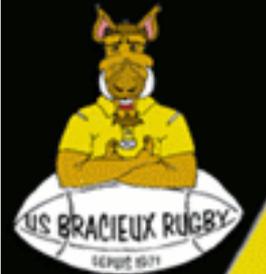


REGLEMENT MOINS DE 12 ANS Toucher + 2 secondes

Saison 2020-2021

NOMBRE DE JOUEURS	5 contre 5	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure (9 joueurs maximum par équipe)	
TERRAIN	56m (en but non compris) X 30m	
BALLON	Taille 4	
TEMPS DE JEU	Voir tableau	
ARBITRAGE	1 joueur de moins de 12 à moins de 18 ans formé et 1 éducateur-accompagnant (chargé de la sécurité) ou un éducateur.	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi. Au coup de sifflet de l'arbitre, le joueur de l'équipe fautive pose immédiatement le ballon au sol afin de rendre celui-ci disponible pour l'équipe adverse sinon sanction : CF à l'endroit de la faute ou 5 mètres de plus ou remplacement en cas de fautes répétées	
UTILISATEURS	Lorsque le porteur de balle est touché à 2 mains simultanément entre la taille et les épaules, l'arbitre annonce : "Toucher", "1", "2"	
	Le porteur de balle "touché" a 2 secondes pour faire une passe, sans obligation de s'arrêter.	
	Le ballon est transmis au-delà des 2 secondes : ballon à l'opposant = CF - adversaires à 5m	
OPPOSANTS	Le joueur "touché" n'a plus le droit de jouer le ballon au pied : ballon à l'opposant = CF - adversaires à 5m	
	L'opposant doit toucher le porteur de balle à 2 mains simultanément entre la taille et les épaules	
	Les opposants ne peuvent pas jouer le ballon dans les mains du porteur de balle	
	Les opposants peuvent récupérer le ballon sur interception ou sur ballon au sol pour contre-attaquer	
CONSIGNES ARBITRAGE	Le toucher + 2 secondes = un plaquage - Le toucheur ne doit plus intervenir avant d'être revenu dans son camp, les soutiens défensifs ne doivent pas interférer avec le jeu tant que le touché n'a pas fait sa passe = CF - adversaires à 5 m	
	Si l'action de "toucher" l'opposant n'est pas faite à 2 mains simultanément entre la taille et les épaules, le jeu continue. L'arbitre peut annoncer "Jouez" en cas de litige	
MARQUE	Valider le toucher = les deux mains simultanément + hauteur du toucher (entre la taille et les épaules) : Communication verbale de l'arbitre : "Toucher", "1", "2" (audible pour tout le monde) puis coup de sifflet immédiat	
ESAI	Essai = 5 points. Un joueur touché dans l'en-but peut marquer. Un joueur touché avant l'en-but à 2 secondes pour marquer ou passer.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain - Possibilité de jouer rapidement	CF à 5m de toute ligne Adversaires à 5m
COUP DE RENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai - Possibilité de jouer rapidement	Un CF peut être joué de plusieurs façons :
COUP DE RENVOI DES 22 METRES	A 5m de l'en-but. Si sur jeu au pied, le ballon rentre dans l'en-but, l'adversaire peut l'aplatir et bénéficier d'un coup de renvoi à 5m de la ligne d'en but.	- pour soi-même après avoir botté le ballon (ballon au sol ou quittant les mains), - en coup de pied tombé (drop) ou - en coup de pied de volée
EN-AVANT	A l'endroit de la faute, A 5 mètres de toute ligne	
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	A l'endroit de la sortie. Si le ballon sort en ballon mort sur jeu au pied, le ballon revient à l'équipe adverse à l'endroit du coup de pied.	CF accordé à moins de 5 mètres de sa ligne de but possibilité de taper directement en touche = gain de terrain mais remise en jeu (cf) à l'équipe adverse
TOUCHE DIRECTE	Autorisée depuis son en-but et dans une zone de 5m devant celui-ci Dans le cas contraire : à l'endroit où le jeu au pied a été réalisé.	
TRANSFORMATION DROP TIR AU BUT	NON	

HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY A XV CATEGORIE C SONT APPLICABLES



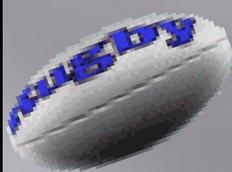
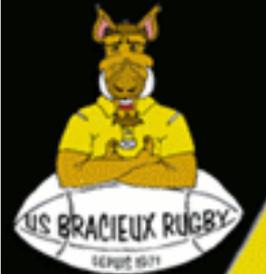
Règlement



REGLEMENT MOINS DE 12 ANS
Jouer au contact
Saison 2020-2021

NOMBRE DE JOUEURS	5 contre 5	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure (9 joueurs maximum par équipe)	
TERRAIN	56m (en but non compris) X 30m	
BALLON	Taille 4	
TEMPS DE JEU	Voir tableau	
ARBITRAGE	1 joueur de moins de 12 à moins de 18 ans formé et 1 éducateur-accompagnant (chargé de la sécurité) ou un éducateur.	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi.	
	Au coup de sifflet de l'arbitre, le joueur de l'équipe fautive pose immédiatement le ballon au sol afin de rendre celui-ci disponible pour l'équipe adverse sinon sanction : CF à l'endroit de la faute ou 5 mètres de plus ou remplacement en cas de fautes répétées	
	Passage en force : un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté – Sanction : CF	
UTILISATEURS	Le porteur du ballon ne doit pas engager son buste vers l'avant au moment du contact avec l'adversaire (pas de tête à la même hauteur) Sanction : CF- adversaires à 5 m	
	Le porteur de balle plaqué doit immédiatement, transmettre son ballon ou libérer celui-ci à plus d'un mètre : CF - adversaires à 5m	
OPPOSANTS	Si le ballon est injouable : ballon à l'opposant : CF - adversaires à 5m	
	L'opposant peut plaquer le porteur de balle mais il n'a pas le droit de le bloquer par une prise au-dessus de la taille ni de lui arracher le ballon dans les mains et/ou les bras	
	Le plaquage est effectué obligatoirement avec les 2 bras. Il doit être impérativement effectué entre la taille et les pieds (attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire) : du CF à l'exclusion temporaire avec remplacement du joueur.	
	Les opposants peuvent récupérer le ballon une fois qu'il a été libéré mais ils ne doivent pas le jouer dans les mains du porteur : Sanction : CF – adversaires à 5m	
	Les soutiens défensifs doivent arriver par leur camp avant de jouer le ballon	
CONSIGNES ARBITRAGE	Ne pas sanctionner le joueur plaqué dont le ballon a touché le sol et qui fait sa passe immédiatement.	
	Sanctionner immédiatement le plaqueur gênant la transmission du ballon : du CF à l'exclusion temporaire avec remplacement du joueur.	
MARQUE	Essai = 5 points. Un joueur plaqué à proximité de la ligne de but peut marquer un essai si son action se fait dans le même mouvement	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain - Possibilité de jouer rapidement	CF à 5m de toute ligne Adversaires à 5m Un CF peut être joué de plusieurs façons : - pour soi-même après avoir botté le ballon - (ballon au sol ou quittant les mains), - en coup de pied tombé (drop) ou - en coup de pied de volée CF accordé à moins de 5 mètres de sa ligne de but possibilité de taper directement en touche = gain de terrain mais remise en jeu (cf) à l'équipe adverse
COUP DE RENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai - Possibilité de jouer rapidement	
COUP DE RENVOI DES 22 METRES	A 5m de l'en-but. Si sur jeu au pied, le ballon rentre dans l'en-but, l'adversaire peut l'aplatir et bénéficier d'un coup de renvoi à 5m de la ligne d'en-but.	
EN-AVANT	A l'endroit de la faute, A 5 mètres de toute ligne A l'endroit de la sortie.	
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	Si le ballon sort en ballon mort sur jeu au pied, le ballon revient à l'équipe adverse à l'endroit du coup de pied.	
TOUCHE DIRECTE	Autorisée depuis son en-but et dans une zone de 5m devant celui-ci Dans le cas contraire : à l'endroit où le jeu au pied a été réalisé.	
TRANSFORMATION DROP TIR AU BUT	NON	

HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY à XV CATEGORIE C SONT APPLICABLES



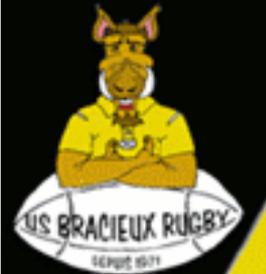
Règlement



REGLEMENT MOINS DE 12 ANS JEU à X

Saison 2020-2021

NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à 10	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure	
TERRAIN	56m (en-but non compris) X 45m	
BALLON	Taille 4	
TEMPS DE JEU	Voir tableau	
ARBITRAGE	1 joueur de moins de 12 à moins de 18 ans formé et 1 éducateur-accompagnant (chargé de l'arbitrage de la mêlée et de la sécurité) ou un éducateur.	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire.	
	Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi.	
PLAQUAGE	Passage en force : un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté – Sanction : CF Le plaquage, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement entre la taille et les pieds Toute prise au-dessus ou sans engager les 2 bras sera sanctionnée. Attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire. Le porteur du ballon ne doit pas engager son buste vers l'avant au moment du contact avec l'adversaire (pas de tête à la même hauteur) – CF- adversaires à 5 m	
	Un joueur qui se rend coupable d'un plaquage dangereux doit être systématiquement exclu par l'arbitre (2 minutes) avec remplacement. Les projections et la cuillère sont strictement interdites et doivent être sanctionnées.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain	Coup de pied tombé Adversaires à 5 mètres Le ballon doit franchir les 5 mètres - Possibilité de jouer rapidement
COUP DE RENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai	
COUP DE RENVOI « 22m »	A 10 mètres de l'en-but	Coup franc Adversaires à 5 mètres
EN AVANT ou ballon injouable	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne	Mêlée éducative sans impact : 3+2 contre 3+2 Poussée autorisée dans l'axe, limitée au gain du ballon (ballon derrière les pieds d'une des premières lignes). Liaisons des joueurs de 1 ^{ère} ligne (cf. règles du jeu à XV). Lignes de hors-jeu à 5 mètres. Les joueurs « +2 » sont en place des 3 ^{èmes} lignes ailes, liés au pilier main intérieure au short et main extérieure au maillot, debout, sans action de poussée. Ils ne peuvent faire action de jeu qu'à la fin de la mêlée. L'éducateur-accompagnant donne les 3 commandements pour la formation de la mêlée éducative sans impact : 1. FLEXION – 2. LIEZ – 3. PLACEMENT Le demi de mêlée introduira sans délai le ballon. L'éducateur-accompagnant interviendra immédiatement en cas d'instabilité de la mêlée : CF. Son adversaire se place soit à ses côtés sans suivre la progression du ballon soit derrière sa mêlée, dans l'axe. Talonnage autorisé. Pas de possibilité de regagner le ballon. Gain du ballon = fin de la poussée. Fin de mêlée = quand le demi de mêlée lève le ballon du sol. La mêlée n'est jamais rejouée. Liaisons incorrectes, mauvaise posture : CF Mêlée tournée ou quand une faute n'est pas décelée et ballon injouable ou sécurité oblige : CF en faveur de l'équipe ayant introduit le ballon en mêlée
PENALITE	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne	Remplacée par le Coup franc
COUP FRANC	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne	Adversaires à 5 mètres - Pas de choix de la mêlée - CF accordé à moins de 10 mètres de sa ligne de but possibilité de taper directement en touche = gain de terrain mais lancer à l'équipe adverse
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	A l'endroit de la sortie, à 5 mètres minimum de la ligne d'en-but.	Touche = Conquête disputée. 1 lanceur, 2, 3 ou 4 sauteurs et 1 relayeur. Pour les opposants, 1 vis-à-vis à chacun des participants bénéficiant de la remise en jeu (lanceur, sauteurs et relayeur). Pas d'aide au sauteur.
TOUCHE DIRECTE	Frappe au-delà des 10 mètres : à l'endroit de la frappe	Début de l'alignement à 3 mètres. Fin de l'alignement déterminée par le dernier joueur attaquant de l'alignement (Verrouilleur). Le joueur opposé au lanceur à 2 mètres de l'alignement (largeur et profondeur). Les relayeurs à 2 mètres en profondeur de l'alignement.
	Frappe dans l'en-but ou à moins de 10 mètres : à l'endroit de la sortie	Remise en jeu rapide autorisée, avec respect des lignes de hors-jeu. Non-participants à 5 mètres.
AU COUP DE SIFFLET DE L'ARBITRE, LE JOUEUR DE L'EQUIPE FAUTIVE POSE IMMEDIATEMENT LE BALLON AU POINT DE FAUTE SINON SANCTION (CPF OU SM DE «, OU REPLACEMENT EN CAS DE FAUTES REPETEES) 5 ESSAIS D'ECART A N'IMPORTE QUEL MOMENT : SCORE ACQUIS DEFINITIVEMENT ET REEQUILIBRAGE OBLIGATOIRE DE QUELQUE MANIERE QUE CE SOIT.		
HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY à XV CATEGORIE C SONT APPLICABLES (le jeu au pied est autorisé)		



REGLEMENT MOINS DE 14 ANS

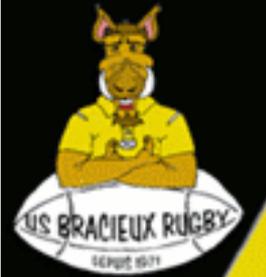
Toucher + 2 secondes

Saison 2020-2021

NOMBRE DE JOUEURS	7 contre 7	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure (13 joueurs maximum par équipe)	
TERRAIN	56m (en but non compris) X 45m	
BALLON	Taille 4	
TEMPS DE JEU	Voir tableau	
ARBITRAGE	2 joueurs arbitres formés et 1 éducateur accompagnant présent sur le terrain (chargé de la sécurité) ou « 1 arbitre mineur en cours de formation » et 1 jeune-joueur arbitre formé ET un référent en arbitrage présent sur le terrain (chargé de la sécurité)	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi. Au coup de sifflet de l'arbitre, le joueur de l'équipe fautive pose immédiatement le ballon au sol afin de rendre celui-ci disponible pour l'équipe adverse sinon sanction : CF à l'endroit de la faute ou 5 mètres de plus ou remplacement en cas de fautes répétées	
UTIUSATEURS	Lorsque le porteur de balle est touché à 2 mains simultanément entre la taille et les épaules, l'arbitre annonce : "Toucher", "1", "2"	
	Le porteur de balle "touché" a 2 secondes pour faire une passe, sans obligation de s'arrêter.	
	Le ballon est transmis au-delà des 2 secondes : ballon à l'opposant = CF - adversaires à 5m	
OPPOSANTS	Le joueur "touché" n'a plus le droit de jouer le ballon au pied : ballon à l'opposant = CF - adversaires à 5m	
	L'opposant doit toucher le porteur de balle à 2 mains simultanément entre la taille et les épaules	
	Les opposants ne peuvent pas jouer le ballon dans les mains du porteur de balle	
	Les opposants peuvent récupérer le ballon sur interception ou sur ballon au sol pour contre-attaquer	
Le toucher + 2 secondes = un plaquage - Le toucheur ne doit plus intervenir avant d'être revenu dans son camp, les soutiens défensifs ne doivent pas interférer avec le jeu tant que le touché n'a pas fait sa passe = CF - adversaires à 5 m		
Si l'action de "toucher" l'opposant n'est pas faite à 2 mains simultanément entre la taille et les épaules, le jeu continue. L'arbitre peut annoncer "Jouez" en cas de litige		
CONSIGNES ARBITRAGE	Valider le toucher = les deux mains simultanément + hauteur du toucher (entre la taille et les épaules): Communication verbale de l'arbitre : "Toucher", "1", "2" (audible pour tout le monde) puis coup de sifflet immédiat	
MARQUE	Essai = 5 points. Un joueur touché dans l'en-but peut marquer. Un joueur touché avant l'en-but à 2 secondes pour marquer ou passer.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain - Possibilité de jouer rapidement	CF à 5m de toute ligne Adversaires à 5m Un CF peut être joué de plusieurs façons : - pour soi-même après avoir botté le ballon (ballon au sol ou quittant les mains), - en coup de pied tombé (drop) ou - en coup de pied de volée CF accordé à moins de 5 mètres de sa ligne de but possibilité de taper directement en touche = gain de terrain mais remise en jeu (cf) à l'équipe adverse
COUP DE RENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai - Possibilité de jouer rapidement	
COUP DE RENVOI DES 22 METRES	A 5m de l'en-but. Si sur jeu au pied, le ballon rentre dans l'en-but, l'adversaire peut l'aplatir et bénéficier d'un coup de renvoi à 5m de la ligne d'en-but.	
EN-AVANT	A l'endroit de la faute, A 5 mètres de toute ligne	
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	A l'endroit de la sortie. Si le ballon sort en ballon mort sur jeu au pied, le ballon revient à l'équipe adverse à l'endroit du coup de pied.	
TOUCHE DIRECTE	Autorisée depuis son en-but et dans une zone de 5m devant celui-ci Dans le cas contraire : à l'endroit où le jeu au pied a été réalisé.	
TRANSFORMATION DROP TIR AU BUT	NON	

HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY à XV CATEGORIE C SONT APPLICABLES

Rugby éducatif saison 2020/2021 MAJ du 28/08/20



REGLEMENT MOINS DE 14 ANS

Jouer au contact

Saison 2019-2020

NOMBRE DE JOUEURS	7 contre 7	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure (13 joueurs maximum par équipe)	
TERRAIN	56m (en but non compris) X 45m	
BALLON	Taille 4	
TEMPS DE JEU	Voir tableau	
ARBITRAGE	2 jeunes-joueurs arbitres formés et 1 éducateur-accompagnant présent sur le terrain (chargé de la sécurité) ou « 1 arbitre mineur en cours de formation » et 1 jeune-joueur arbitre formé ET un référent en arbitrage présent sur le terrain (chargé de la sécurité)	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi. Au coup de sifflet de l'arbitre, le joueur de l'équipe fautive pose immédiatement le ballon au sol afin de rendre celui-ci disponible pour l'équipe adverse sinon sanction : CF à l'endroit de la faute ou 5 mètres de plus ou remplacement en cas de fautes répétées Passage en force : un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté – Sanction : CF	
UTILISATEURS	Lorsque le porteur de balle est en contact avec l'adversaire (debout ou au sol), il doit transmettre le ballon immédiatement. Le porteur du ballon ne doit pas engager son buste vers l'avant au moment du contact avec l'adversaire (pas de tête à la même hauteur) – CF- adversaires à 5 m Le porteur de balle plaqué doit immédiatement, transmettre son ballon ou libérer celui-ci à plus d'un mètre : CF - adversaires à 5m Si le ballon est injouable : ballon à l'opposant : CF - adversaires à 5m	
OPPOSANTS	L'opposant peut plaquer le porteur de balle mais il n'a pas le droit de le bloquer par une prise au-dessus de la taille ni de lui arracher le ballon dans les mains et/ou les bras Le plaquage est effectué obligatoirement avec les 2 bras. Il doit être impérativement effectué entre la taille et les pieds (attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire) : du CF à l'exclusion temporaire avec remplacement du joueur. Les opposants peuvent récupérer le ballon une fois qu'il a été libéré mais ils ne doivent pas le jouer dans les mains du porteur : CF – adversaires à 5m Les soutiens défensifs doivent arriver par leur camp avant de jouer le ballon	
CONSIGNES ARBITRAGE	Ne pas sanctionner le joueur plaqué dont le ballon a touché le sol et qui fait sa passe immédiatement. Sanctionner immédiatement le plaqueur gênant la transmission du ballon : du CF à l'exclusion temporaire avec remplacement du joueur.	
MARQUE	Essai = 5 points. Un joueur plaqué à proximité de la ligne de but peut marquer un essai si son action se fait dans le même mouvement	
DÉFAUCE EN JEU	Art. 2	Commentaire 2
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain	CF à 5m de toute ligne Adversaires à 5m Un CF peut être joué de plusieurs façons : - pour soi-même après avoir botté le ballon (ballon au sol ou quittant les mains), - en coup de pied tombé (drop) ou - en coup de pied de volée
COUP DE RENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai	
COUP DE RENVOI DES 22 METRES	A 5m de l'en-but. Si sur jeu au pied, le ballon rentre dans l'en-but, l'adversaire peut l'aplatir et bénéficier d'un coup de renvoi à 5m de la ligne d'en but.	
EN-AVANT	à l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne À l'endroit de la sortie	
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	Si le ballon sort en ballon mort sur jeu au pied, le ballon revient à l'équipe adverse à l'endroit du coup de pied.	
TOUCHE DIRECTE	Autorisée depuis son en-but et dans une zone de 5m devant celui-ci Dans le cas contraire : à l'endroit où le jeu au pied a été réalisé.	
TRANSFORMATION DROP TIR AU BUT	NON	



Règlement

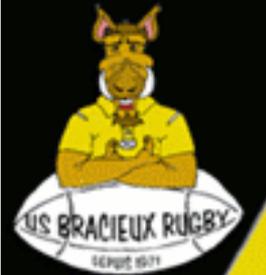


REGLEMENT MOINS DE 14 ANS

Jeu à X

Saison 2020-2021

NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à 10	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les arrêts de jeu et/ou sur blessure (15 joueurs maximum par équipe)	
TERRAIN	Terrain normal	
BALLON	Taille 4	
TEMPS DE JEU	Voir tableau	
ARBITRAGE	2 joueurs arbitres formés et 1 éducateur-accompagnant présent sur le terrain (chargé de l'arbitrage de la mêlée et de la sécurité) ou « 1 arbitre mineur en cours de formation » et 1 jeune-joueur arbitre formé ET un référent en arbitrage présent sur le terrain (chargé de l'arbitrage de la mêlée et de la sécurité)	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 2 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi. Passage en force : un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté – Sanction : P	
PLAQUAGE	Le plaquage, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement effectué entre la taille et les pieds . Toute prise au-dessus ou sans engager les 2 bras sera sanctionnée. Attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire. Le porteur du ballon ne doit pas engager son buste vers l'avant au moment du contact avec l'adversaire (pas de tête à la même hauteur) – Sanction : P adversaires à 10 m Un joueur qui se rend coupable d'un plaquage dangereux doit être systématiquement exclu par l'arbitre (2 minutes) avec remplacement. Les projections et la cuillère sont strictement interdites et doivent être sanctionnées.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Rugby à XV catégorie C – (Précision : Le botteur doit attendre que tous les joueurs adverses soient derrière la ligne des 10 m)	
COUP DE RENVOI Après essai	Rugby à XV catégorie C	
COUP DE RENVOI « 22m »	Rugby à XV catégorie C	
EN AVANT ou ballon injouable	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne	<p>Joueurs et Joueuses titulaires du passeport joueur de devant. Mêlée éducative sans impact : 3 + 2 contre 3 + 2 Poussée autorisée dans l'axe, limitée au gain du ballon (ballon derrière les pieds d'une des premières lignes). Liaisons des joueurs de 1^{ère} ligne et de 2^{ème} ligne (cf. règles du jeu à XV). Lignes de hors-jeu à 5 mètres. L'éducateur-accompagnant donne les 3 commandements pour la formation de la mêlée éducative sans impact : 1. FLEXION – 2. LIEZ – 3. PLACEMENT Le demi de mêlée introduira sans délai le ballon. L'éducateur-accompagnant interviendra immédiatement en cas d'instabilité de la mêlée : CF. Son adversaire se place soit à ses côtés sans suivre la progression du ballon soit derrière sa mêlée, dans l'axe. Talonnage autorisé. Pas de possibilité de regagner le ballon. Gain du ballon = fin de la poussée. Fin de mêlée = quand le demi de mêlée lève le ballon du sol. La mêlée n'est jamais rejouée. Liaisons incorrectes, mauvaise posture : CF Mêlée tournée ou quand une faute n'est pas décelée et ballon injouable ou sécurité oblige : CF en faveur de l'équipe ayant introduit le ballon en mêlée Équipe à effectif incomplet : mêlée à 3 Contre 3</p>
PENALITE	Rugby à XV catégorie C – Pas de choix de la mêlée quelle que soit la faute	
COUP FRANC	Rugby à XV catégorie C – Pas de choix de la mêlée quelle que soit la faute	
SORTIE EN TOUCHE	Règlement à XV catégorie C, sauf dispositions particulières ci-contre	<p>Touche = Conquête disputée. 1 lanceur, 2, 3 ou 4 sauteurs et 1 relayeur. Pour les opposants, 1 vis-à-vis à chacun des participants bénéficiant de la remise en jeu (lanceur, sauteurs et relayeur). Pas d'aide au sauteur.</p>
<p>AU COUP DE SIFFLET DE L'ARBITRE, LE JOUEUR DE L'EQUIPE FAUTIVE POSE IMMEDIATEMENT LE BALLON AU POINT DE FAUTE SINON SANCTION (CF OU 5M DE +, OU REMPLACEMENT EN CAS DE FAUTES REPETEES) 5 ESSAIS D'ECART A N'IMPORTE QUEL MOMENT : SCORE ACQUIS DEFINITIVEMENT ET REEQUILIBRAGE OBLIGATOIRE DE QUELQUE MANIERE QUE CE SOIT.</p>		
<p>HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY À XV CATEGORIE C SONT APPLICABLES (le jeu au pied est autorisé)</p>		



REGLEMENT MOINS DE 14 ANS

Jeu à XV

Saison 2020-2021

NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à 15 (suivant le calendrier national M14 et M15F) Possibilité de jouer en effectif incomplet : Règlement rugby à XV FFR : sur le terrain, au minimum 11 joueurs dont 5 en mêlée (titulaires du passeport joueur de devant). Illimités pendant les arrêts de jeu (23 joueurs maximum par équipe) et/ou sur blessure	
REPLACEMENTS		
TERRAIN	Terrain normal	
BALLON	Taille 4	
TEMPS DE JEU ET PAUSES	Voir tableau	
ORGANISATION TYPE	Triangulaire, quadrangulaire ou match sec	
ARBITRAGE	2 joueurs arbitres formés et 1 éducateur-accompagnant présent sur le terrain (chargé de l'arbitrage de la mêlée et de la sécurité) ou « 1 arbitre mineur en cours de formation » et 1 joueur arbitre formé ET un référé en arbitrage présent sur le terrain (chargé de l'arbitrage de la mêlée et de la sécurité)	
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 5 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi. Passage en force : un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté – Sanction : P	
PLAQUAGE	Le plaquage, exécuté obligatoirement avec les 2 bras , doit être impérativement effectué entre la taille et les pieds Toute prise au-dessus ou sans engager les 2 bras sera sanctionnée. Attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire. Le porteur du ballon ne doit pas engager son buste vers l'avant au moment du contact avec l'adversaire (pas de tête à la même hauteur) – Sanction : P adversaires à 10 m Un joueur qui se rend coupable d'un plaquage dangereux doit être systématiquement exclu par l'arbitre (2 minutes) avec remplacement. Les projections et la cuillère sont strictement interdites et doivent être sanctionnées.	
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?
COUP D'ENVOI	Rugby à XV catégorie C - (Précision : Le botteur doit attendre que tous les joueurs adverses soient derrière la ligne des 10 m)	
COUP D'ENVOI Après essai		
COUP DE RENVOI « 22m »	Rugby à XV catégorie C	
EN AVANT ou ballon injouable	à l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne	<p>Joueurs et Joueuses titulaires du passeport joueur de devant. Mêlée éducative sans impact en formation 3+4+1. Poussée autorisée dans l'axe, limitée au gain du ballon (ballon derrière les pieds d'une des premières lignes). Talonnage autorisé - Pas de possibilité de regagner le ballon. Le ballon doit être joué sans délai. Lignes de hors-jeu à 5 mètres. L'éducateur-accompagnant donne les 3 commandements pour la mêlée éducative sans impact : 1. FLEXION – 2. LIEZ – 3. PLACEMENT Le demi de mêlée introduira sans délai le ballon. L'éducateur-accompagnant interviendra immédiatement en cas d'instabilité de la mêlée : CF. Pour le 9 adverse, règlement à 15 Catégorie C. La mêlée n'est jamais rejouée. Mêlée tournée ou quand une faute n'est pas décelée et ballon injouable ou sécurité oblige : CF en faveur de l'équipe ayant introduit le ballon en mêlée Équipe à effectif incomplet : obligation d'égalité numérique : Mêlée à 7 = 3 - 4 Mêlée à 6 = 3 - 2 - 1 Mêlée à 5 = 3 - 2</p>
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	Règlement à XV Catégorie C	Règlement à XV Pas d'aide au sauteur
TOUCHE DIRECTE		
TIR AU BUT		
PENALITE - COUP FRANC	Rugby à XV catégorie C	
DROP		
TRANSFORMATION (temps arrêté)	Sur Pénalité et Coup Franc pas de choix de la mêlée quelle que soit la faute	
<p>AU COUP DE SIFFLET DE L'ARBITRE, LE PORTEUR DU BALLON LE POSE IMMEDIATEMENT AU POINT DE FAUTE SINON SANCTION (DU CF AU REPLACEMENT) 5 ESSAIS D'ECART A N'IMPORTE QUEL MOMENT : SCORE ACQUIS DEFINITIVEMENT POUR L'EQUIPE ET REEQUILIBRAGE OBLIGATOIRE DE QUELQUE MANIERE QUE CE SOIT.</p> <p>HORMIS CES DISPOSITIONS SPECIFIQUES, LES REGLES DU RUGBY à XV CATEGORIE C SONT APPLICABLES</p>		

Rugby éducatif saison 2020/2021 MAJ du 28/08/20



POINTS CLÉS POUR PLAQUER EN SÉCURITÉ

ZONE D'APPROCHE

- MAÎTRISE DES APPUIS : FRÉQUENCE / AMPLITUDE
- POSITION EN MIROIR : tête haute / regard sur la cible = la taille - position des bras et des mains (attitude boxeur)

ZONE DE CONTACT

- DOS PLACÉ - VARIATION DE LA FRÉQUENCE D'APPUIS :
Flexion des jambes (genoux en avant des pointes de pied) - léger déséquilibre avant sur les avants-pieds
 - PLACEMENT DU CÔTÉ FORT : PIED - ÉPAULE
- Regard porté sur la hanche à impacter / Épaule face à la hanche / Pied de la jambe forte placé entre les pieds du porteur de balle

IMPACT

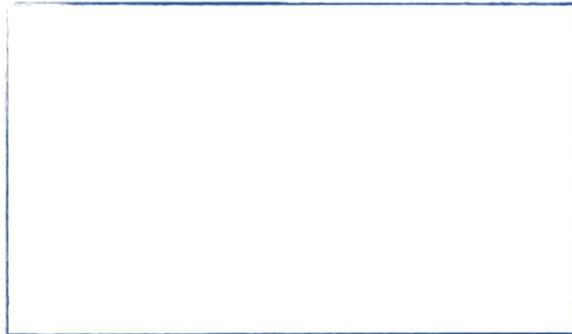
- ENGAGEMENT ÉPAULE ET APPUI FORT : alignement pied - bassin - tronc - tête - mains
- SIMULTANÉMENT : Placement de la tête contre la hanche de l'adversaire (bon côté et oreille collée) - Saisie des cuisses avec les bras et les mains + poussée explosive partant du pied fort

CHUTE ET CONTINUITÉ

DANS LA CHUTE, RESTER ACTIF, SE RETROUVER SUR LE PLAQUÉ TOUT EN CONSERVANT
UN ANCRAGE AU SOL AVEC LES PIEDS POUR SE RELEVER



1 CONTRE 1 / SE POSITIONNER EN MIROIR



MATÉRIEL :

Plots / Ballons / Terrain souple d'une largeur de 4-5m

OBJECTIF :

Effectuer un cadrage défensif

DÉROULEMENT :

1er temps : le porteur se déplace latéralement en fréquence /
L'opposant suit à distance réduite /

Au signal : le plaqueur engage le plaquage

ÉVOLUTION :

Distance du porteur

Voir changer d'orientation (1/4 tour) par le porteur

POINTS CLÉS :

Tête haute / regard sur la cible -taille

Position des bras et des mains (attitude boxeur)

Dos placé-Variation fréquence et amplitude des appuis :
- Flexion des jambes (genoux en avant des pointes de pied)
- Léger déséquilibre avant sur pointes de pied

Engagement épaule et appui fort

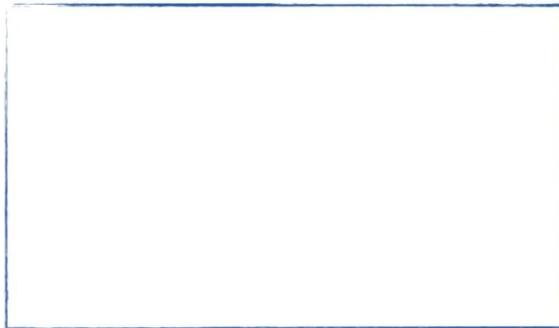
Placement de la tête sur la hanche de l'adversaire
(bon coté et oreille collée)

Simultanément : saisie des cuisses avec les bras et mains /
poussée explosive partant du pied fort

Rester actif ,conserver ou se remettre sur ces appuis,
se retrouver sur le plaqué



3 CONTRE 3



MATÉRIEL :
Terrain délimité par des plots ou lignes
ballons

OBJECTIF :
Pour les opposants :
plaquer pour récupérer le ballon

DÉROULEMENT :

L'un des opposants lance le ballon à l'un des 3 utilisateurs
Dès la réception du ballon par l'utilisateur, le jeu est lancé :

- Les **U**tilisateurs s'organisent pour aller marquer le plus rapidement possible
- Les **O**pposants doivent défendre en plaquant pour arrêter la progression du ballon :

01 intervient à la réception du ballon par l'**U**tilisateur

02 intervient quand le ballon franchit la ligne de **01**

03 intervient quand le ballon franchit la ligne de **02**

ÉVOLUTION :

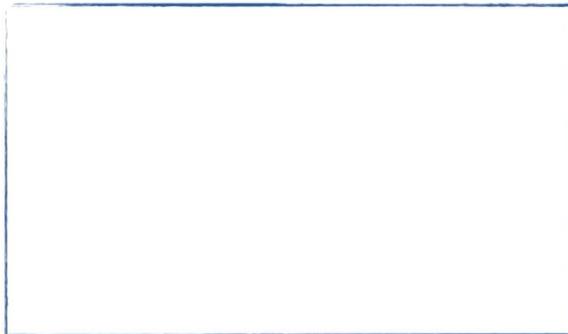
La défense est modulable :

- Les opposants ne défendent pas en poursuite
- Les opposants défendent en poursuite

Le temps de départ des utilisateurs ou des opposants, le placement initial des opposants et des utilisateurs peuvent varier pour donner des repères différents



5 CONTRE 5 / JEU AU CONTACT



DIMENSIONS TERRAIN :
M8 = 30 X 20 / M10 = 30 X 25 / M12 = 56 X 30

OBJECTIFS :
Utilisateurs :
- Marquer
- Avancer en continuité

Opposants :
- Défendre en équipe
- Plaquer
- Récupérer le ballon sans blocage et sans arrachage

POINTS CLÉS :

Organisation défensive collective

- Former une ligne défensive (2 ou 3 joueurs)
- Communiquer pour ne pas les plaquer à 2 simultanément

Position en miroir

- Tête haute
- Regard sur la cible (la taille)

Axe fort

- Pied de la jambe forte en avant entre les pieds du plaqué
- Alignement : pied – jambe – bassin – tronc – épaule – tête/regard – mains

Impact

- Regard porté sur la hanche à impacter
- Placement de l'épaule forte face à la hanche ciblée

Liaisons

- Ceinturer avec les deux bras
- Entre la taille et les pieds



Ce qu'il faut faire ... et surtout ne pas faire

Pré-placage
Attitude positive



Pré-placage
Attitude négative



Placage
Attitude positive



Placage
Attitude négative



Arrachage



Blocage



Placage + Arrachage



Placage + Blocage



Placage simultané



Placage à deux



Pick and Go positif



Pick and Go négatif





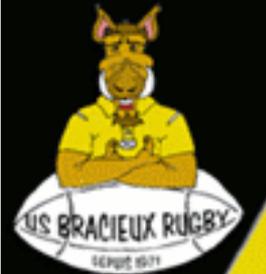
Thème : Plaquage Arracheur-bloqueur



Thèmes :	Trial sur le plaquage 2019-20 – Cat. C, C' et D	
Objectif(s) :	Déterminer, analyser et détecter les attitudes du porteur de balle (et de ses soutiens) et des opposants	
Message :	Éviter au maximum les possibilités de choc tête contre tête	
Public :	Tous les arbitres – Arbitrage catégories C, C' et D	
Durée :	40 minutes	
Moyens :	- lieu	Dans les 22 mètres
	- supports	Terrain + chasubles + plots

Déroulé de l'animation :

Phase	Durée	Descriptions	Observables
Intro	5min	<p>Présentation de la séance et de ses objectifs : Explication du déroulement de la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Changement d'arbitre pour chaque cas // Les cas peuvent aussi s'enchaîner dans une seule et même action • Les observateurs sont au courant des consignes • 2 formateurs • 2 équipes de 6 joueurs. 	
Partie 1	13 min	<p>1 vs 1</p> <p>Cas 1 : Porteur de balle vient au contact de l'opposant, lequel bloque directement les bras et le haut du corps du porteur. → Pénalité pour le porteur (Plaquage haut)</p> <p>Cas 2 : Porteur de balle vient au contact de l'opposant, lequel a une attitude « positive » d'arrachage et arrache le ballon sans que personne n'aille au sol → Jeu</p> <p>Cas 3 : Porteur de balle vient au contact de l'opposant, lequel tente d'arracher le ballon. Le porteur sous pression met un genou au sol (ou va au sol) avant que l'arrachage ne soit complété → Management « Lâchez couleur ou arracheur » ou pénalité pour porteur (Arracheur ne relâche pas)</p>	<p>Les bras du porteur doivent être libres pour jouer le ballon (dans le cadre d'un port du ballon conventionnel)</p> <p>Le défenseur qui vient attaquer haut avec une attitude différente de l'arrachage doit être pénalisé</p> <p>Si passage par le sol, l'arracheur doit être considéré comme l'assistant-plaqueur dans les autres catégories.</p> <p>Com orale prépondérante (cas 3)</p>
Partie 2	13 min	<p>1 porteur de balle vs 1 + 1</p> <p>Dans chaque cas ci-dessous, insister sur le fait que les soutiens à l'utilisateur ne doivent pas venir au contact.</p> <p>Cas 1 : Porteur de balle vient au contact de l'opposant 1 qui tente de plaquer et reste debout. L'opposant 2 vient bloquer le porteur de ballon au-dessus de la taille. → Pénalité pour le porteur (Plaquage haut)</p> <p>Cas 2 : Porteur de balle vient au contact de l'opposant 1 qui tente de plaquer et reste debout. L'opposant 2 vient avec une attitude « positive » d'arrachage et parvient à terminer son geste. Turnover. → Jeu</p> <p>Cas 3 : Porteur de balle vient au contact de l'opposant 1 qui tente de plaquer et reste debout. L'opposant 2 vient avec une attitude « positive » d'arrachage, mais ne parvient pas à compléter son geste avant que le porteur de balle ne passe par le sol. → Management « Lâchez couleur ou arracheur » ou pénalité pour porteur (Arracheur ne relâche pas)</p>	<p>Idem que précédemment</p> <p>Lecture de la situation avec un plaqueur supplémentaire (probablement le cas que nous aurons le plus)</p> <p>Com orale prépondérante (cas 3)</p>
Partie 3	9 min	<p>1 porteur de balle + 1 soutien vs 1 + 1</p> <p>Le porteur de balle vient au contact de l'opposant 1 qui tente de plaquer sans que le plaquage ne soit accompli (avec ou sans passage au sol de l'opposant 1). Aussitôt, l'opposant 2 vient tenter d'arracher le ballon et le soutien offensif vient au contact des joueurs encore debout. → Annonce rapide du maul + arbitrage de la phase de maul</p>	<p>Équité sur la lutte « debout » remise en cause → annonce rapide du maul remet un peu de sens sur celle-ci</p> <p>Vigilance néanmoins sur l'approche de l'opposant debout</p>



Thème : Plaquage Attitudes au contact



Thèmes :	Trial sur le plaquage 2019-20 – Cat. C, C' et D	
Objectif(s) :	Déterminer, analyser et détecter les attitudes du porteur de balle et de l'opposant	
Message :	Éviter au maximum les possibilités de choc tête contre tête	
Public :	Tous les arbitres – Arbitrage catégories C, C' et D	
Durée :	30 minutes	
Moyens :	- lieu	Dans les 22 mètres
	- supports	Terrain + chasubles + plots

Déroulé de l'animation :

Phase	Durée	Descriptions	Observables
Intro	5min	<p>Présentation de la séance et de ses objectifs :</p> <p>Explication du déroulement de la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Changement d'arbitre à chaque cas // Les cas peuvent aussi s'enchaîner dans une seule et même action • Les observateurs sont au courant des consignes • 2 formateurs • 2 équipes de 6 joueurs. 	
Partie 1	15min	<p>Utilisateurs camp défendant</p> <p>Cas 1 : Porteur de balle et plaqueur avec bonnes attitudes (le plaqueur est directement en bas et le porteur essaye de rester debout au contact) → Jeu</p> <p>Cas 2 : Porteur de balle OK et plaqueur reste haut (le plaqueur va attaquer directement le haut du corps du porteur de balle et au-dessus de la taille (sorte de bloqueur)) → Pénalité pour le porteur</p> <p>Cas 3 : Porteur non-OK et plaqueur OK (porteur du ballon va directement au sol sans être plaqué) → Pénalité pour l'opposant</p> <p>Dans les cas où les têtes se retrouveraient au même niveau, pénalité contre celui qui fait que les 2 têtes se retrouvent au même niveau.</p>	<p>Porteur de balle : épaules au-dessus des hanches et ne pas aller vers le sol.</p> <p>Plaqueur : attaque en-dessous de la taille</p>
Partie 2	10min	<p>Proche de la ligne – utilisateurs camp attaquant</p> <p>Le porteur de balle peut aller directement vers le sol UNIQUEMENT pour marquer.</p> <p>Réaliser deux cas consécutivement (sans débriefing entre les deux) : lors du premier, le joueur fait un touché à terre ; lors du second, il ne fait pas de touché à terre.</p> <p>→ Si essai marqué : OK → Si essai non-marqué : Pénalité pour les opposants</p>	<p>Proximité immédiate de la ligne</p> <p>Possibilité de touché à terre</p> <p>Attention à la double poussée</p>



Thème : Plaquage Plaquage à 2

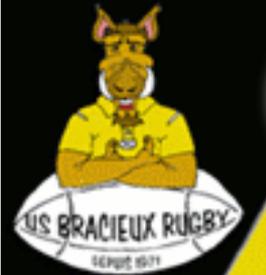


Thèmes :	Trial sur le plaquage 2019-20 – Cat. C, C' et D	
Objectif(s) :	Déterminer, analyser et détecter les attitudes du porteur de balle et des opposants	
Message :	Interdiction de plaquer à deux si SIMULTANEITE des actions des opposants	
Public :	Tous les arbitres – Arbitrage catégories C, C' et D	
Durée :	20 minutes	
Moyens :	- lieu	Dans les 22 mètres
	- supports	Terrain + chasubles + plots

Déroulé de l'animation :

Phase	Durée	Descriptions	Observables
Intro	4min	<p>Présentation de la séance et de ses objectifs : Explication du déroulement de la séance :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Changement d'arbitre pour chaque cas • Les observateurs sont au courant des consignes • 2 formateurs • 2 équipes de 6 joueurs. 	
Partie 1	8min	<p>Plaquage à 2 – Jeu courant</p> <p>Lancement de jeu : Ruck, puis jeu normal.</p> <p>Lors d'une seule et même action, réaliser successivement :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Un plaquage à 2 SANS SIMULTANEITE des actions défensives ; → Jeu se poursuit - Un plaquage à 2 AVEC SIMULTANEITE des actions défensives → Pénalité pour l'équipe utilisatrice <p><i>Introduire la notion de retour intérieur très probable, avec influence sur placement et déplacement.</i></p>	<p>Probabilité de choc tête/tête entre les deux défenseurs</p> <p>Temps d'action ne permettant pas au « deuxième » plaqueur de choisir où placer sa tête</p>
Partie 2	8min	<p>Plaquage à 2 – Proche ligne</p> <p>Lancement de jeu : ruck proche de la ligne de but.</p> <p>Le relayeur attend un soutien lancé qui arrive très proche du ruck. Des défenseurs proches de la zone viennent également plaquer SIMULTANEMENT à deux ce joueur lancé arrivant dans l'intervalle entre ceux-ci. → Pénalité pour l'équipe utilisatrice</p> <p><i>Si sans cette faute, un essai aurait probablement été marqué, il faut accorder un essai de pénalité (notamment si le deuxième plaqueur est « haut »)</i></p>	<p>Défense très compliquée proche des lignes</p> <p>Profondeur de l'éventuel premier joueur à recevoir la passe</p>





Documentation

'apprentissage

