

J+S-Kids: Introduction au rugby – Leçon 10

Combat collectif (bis)

Auteur

Philippe Lüthi, chef de discipline J+S Rugby

Conditions cadres

Durée de la leçon ≥60 minutes
 Niveau simple moyen difficile
 Âge recommandé 8-10 ans
 Taille du groupe 10-24
 Env. du cours Terrain en herbe (terrain de foot)
 Aspects de sécurité Utiliser des affaires de sport usagées

Objectifs/But d'apprentissage

Application de la collaboration dans le combat

Indications

Marque: Voir leçon précédente

Droits du joueur: Voir leçon précédente

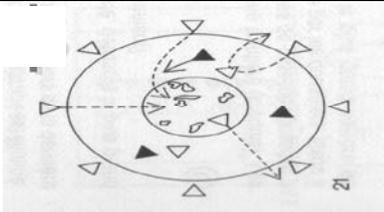
Tenu: Voir leçon précédente

Hors-jeu: Voir leçon précédente

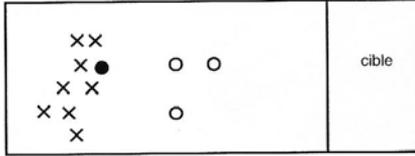
Les 4 règles fondamentales seront employées dans tous les exercices de la partie principale.

Contenu

MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5'	Chasse à l'homme: Un chasseur doit attraper les coureurs en les serrant contre son corps. A chaque réussite, les joueurs attrapés deviennent à leur tour chasseur. Le jeu s'arrête lorsque tous sont chasseurs.	Formation de deux équipes	Sautoirs
10'	Chasseur-plaquage: En un temps donné, les chasseurs (¼ de l'effectif) doivent plaquer le plus grand nombre de joueurs. Comptabiliser les points de chaque chasseur et changer les rôles.	Fixer un mode de déplacement pour les joueurs non-chasseur (marcher, courir avec les pieds liés, marcher à grand pas, etc.) afin de ralentir leur vitesse de déplacement.	Sautoirs
10'	Lard dans la cave: Des ballons déposés dans une zone central représentent le lard que les souris placées à l'extérieur d'une plus grande zone vont devoir venir chercher et ramener chez elles. Les chats défendent la cave en empêchant les souris d'y entrer mais pas d'en sortir. Une souris au sol doit retourner chez elle pour recommencer.	 <p>¼ de l'effectif défend, puis une moitié</p>	Sautoirs Beaucoup de balles

PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
15'	Pas toucher! Jeu en surnombre. Les attaquants doivent marquer l'essai dans la cible sans que les défenseurs (3 fois moins que les attaquants) ne touchent la balle. Remplacement des défenseurs après deux minutes.	Variantes: Modifier la largeur du terrain et le nombre de défenseurs. Au lieu de toucher le ballon, les opposants essaient le récupérer. 	Sautoirs 1 balle



15'	Tournoi de rugby: Deux équipes sur un terrain deux fois plus long que large. L'équipe attaquante essaie de marquer en respectant les règles de la marque, des droits du joueur, du tenu et du hors-jeu. Chaque essai vaut 5 points.	Largeur-référence du terrain = 100 cm par joueur. L'engagement s'effectue par un joueur à l'endroit de la faute ou de la sortie de terrain. Balle au sol, il la touche du pied pour signaler le début du jeu et joue. Former plusieurs équipes de 6 à 8 joueurs. Toutes jouent l'une contre l'autre.	Sautoirs 1 balle
-----	--	--	---------------------

PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5'	Résultats et débat sur le respect des règles pendant le tournoi. Est-ce que la volonté de gagner nous fait oublier les règles? Peut-on le faire? Et pourquoi pas? Etc.		