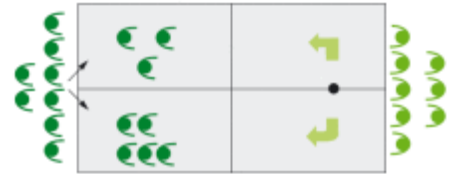


Rugby: Côté faible

Analyser la situation rapidement et trouver la meilleure solution sont des capacités primordiales en rugby. Au cours de cet exercice, les enfants doivent repérer les espaces libres dans les rangs adverses pour tenter d'y marquer un essai.

Marquer en situation de surnombre. Le terrain est divisé en deux dans le sens longitudinal (10 m de large pour chaque demi-terrain). D'un côté les défenseurs, de l'autre les attaquants (8 joueurs par équipe par ex.). Au signal, les défenseurs se séparent en deux groupes inégaux, un à droite, l'autre à gauche. En même temps, les attaquants, divisés en deux groupes de 4, saisissent le ballon placé sur la ligne médiane et choisissent rapidement le côté «faible» pour bénéficier du surnombre. Après 4 attaques par équipe, qui a marqué le plus d'essais?



Source: Cahier pratique «mobile» 27/2007, Philippe Lüthi



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO