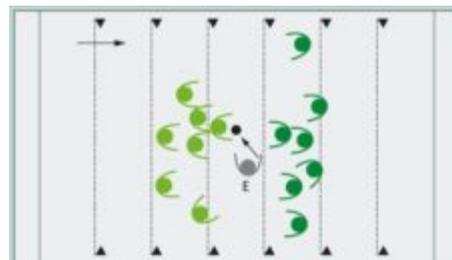


Rugby à l'école – Jeux à effectif réduit: Bataille des zones

Deux équipes s'affrontent durant cet exercice et doivent progresser sur le terrain pour marquer des points.

Deux équipes de cinq à six élèves. Un point par zone franchie vers l'avant pour les attaquants; un point pour les défenseurs si le porteur du ballon recule d'une zone.

La mise en jeu se fait au milieu, les opposants se tiennent à cinq mètres. Un essai vaut cinq points.



Variantes

- Un point pour deux zones franchies.
- Points de zone uniquement pour la défense.

Conseil: Au début de chaque action (essai, faute, remise en jeu), les équipes sont alignées de chaque côté de la zone.

Règles

- Marque: Pour marquer, le joueur doit déposer (aplatir) le ballon dans l'en-but adverse (sur ou derrière la ligne), avec ses mains, ses bras, ou avec la partie supérieure de son corps (sauf la tête). Il doit y avoir un contact momentané joueur/ballon/sol pour que l'essai soit validé. L'essai rapporte cinq points.
- Droit d'avancer en portant le ballon à la main sans aucune contrainte technique (dribble, nombre de pas, etc.). Droit de défier et de s'opposer physiquement à son adversaire et d'aller au contact dans la limite de ses devoirs. Devoir de ne pas faire mal, de ne pas se laisser faire mal, de ne pas se faire mal.
- Tenu: Le porteur du ballon tenu au sol doit immédiatement lâcher le ballon ou le passer, et s'en éloigner afin de laisser la possibilité aux autres joueurs de le jouer (pas de jeu au sol). Le porteur du ballon, bloqué par l'adversaire pendant trois secondes, est considéré comme fautif. Cette règle favorise la continuité du jeu et permet «la vie du ballon».
- Hors-jeu: Tout joueur se trouvant en avant du porteur du ballon, selon une parallèle à la ligne de but, est hors du jeu et ne peut pas faire action de jeu. La passe effectuée à un joueur hors-jeu est une faute (un en-avant).

Organisation

- Terrain: largeur = 1 mètre par élève, longueur = sept zones contigües de 5 mètres.
- Sautoirs pour les équipes.

Source: Philippe Lüthi, chef de sport J+S Rugby et enseignant d'éducation physique; Mario Bucciarelli, expert J+S Rugby et entraîneur en LNA



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO