

## J+S-Kids: Introduction au rugby – Leçon 2

# Droits du joueur

### Auteur

Philippe Lüthi, chef de discipline J+S Rugby

### Conditions cadres

Durée de la leçon ≥60 minutes  
 Niveau  simple  moyen  difficile  
 Âge recommandé 5-7 ans  
 Taille du groupe 10-24  
 Env. du cours Terrain en herbe (terrain de football)  
 Aspects de sécurité Utiliser des affaires de sport usagées

### Objectifs/But d'apprentissage

Application de la règle des droits du joueurs et découverte de la règle du tenu

### Indications

**Marque:** Voir leçon précédente

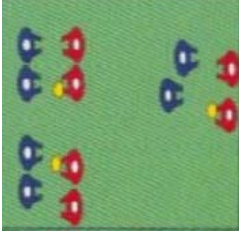
### Droits du joueur:

- Droit d'avancer en portant la balle à la main sans aucune contrainte technique (pas de dribble, pas de limitation dans l'avancée)
- Droit de défier physiquement l'adversaire et d'aller au contact dans les limites de la règle (pas de poing en avant, pas de moulinets de bras, etc.)
- Droit de s'opposer physiquement au porteur de balle (ceinturage, plaquage) dans les limites de la règle (pas de jeu dangereux comme le croche-pied, coup, etc.).

**Tenu:** Le porteur de la balle tenu au sol doit immédiatement lâcher la balle ou la passer, et s'en éloigner afin de laisser la possibilité aux autres joueurs de la jouer. Le porteur du ballon, bloqué par l'adversaire pendant trois secondes, est aussi considéré comme fautif. Cette règle favorise la continuité du jeu et permet «la vie du ballon».

### Contenu

#### MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5'	<b>Chasse à bras le corps:</b> La moitié des joueurs sont chasseurs et doivent attraper les coureurs en les serrant contre leur corps. A chaque réussite, les joueurs changent de rôle.		Sautoirs
15'	<b>Tortue:</b> Par deux. Un joueur à quatre pattes doit résister au chasseur en restant le plus longtemps possible sur ses pattes. Le chasseur tente de retourner la tortue sur le dos le plus rapidement possible.	<b>Cercle:</b> Les couples d'élèves sont répartis en cercle. Après deux combats, les élèves A changent de tapis. Ainsi de suite jusqu'à ce que le tour complet soit effectué.	
10'	<b>Gendarme et voleurs:</b> Délimiter un terrain de 10x10m à 15x15m et former des duos à l'intérieur de chaque équipe. Au signal, les duos de défenseurs tentent de récupérer la balle conservée par les attaquants. Interdiction de faire tomber l'adversaire. Jouer au temps ou changer les rôles dès qu'un duo a perdu la balle. Comptabiliser les points pour l'équipe.		Sautoirs 1 balle pour 4



#### PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
15'	<b>Ballon derrière la ligne:</b> 2 équipes sur un terrain deux fois plus long que large. L'équipe attaquante essaie de marquer derrière la ligne d'en-but en respectant les règles de la marque et des droits du joueur. Chaque essai vaut 5 points.	Largeur-référence du terrain = 50 cm par joueur  L'enseignant donne le ballon à l'équipe bénéficiaire.	Sautoirs  1 balle
10'	<b>Stop ou encore:</b> Même principe que l'exercice précédent en ajoutant la règle du tenu: les joueurs essaient de bloquer l'adversaire plus de 3 secondes ou tentent de le mettre au sol pour récupérer la balle. Au départ et après chaque faute ou sortie de terrain, l'enseignant met la balle en jeu en la présentant aux joueurs.	Largeur-référence du terrain = 50 cm par joueur	Sautoirs  1 balle

#### PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5'	Par 2, A est couché sur le ventre et B lui masse délicatement le dos et les jambes. Changer après 2-3 min.		