

J+S-Kids: Introduction au rugby – Leçon 4

Hors-jeu

Auteur

Philippe Lüthi, chef de discipline J+S Rugby

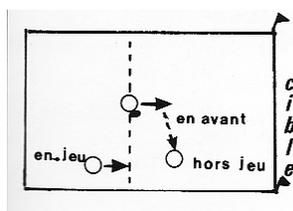
Conditions cadres

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 foot)
 Aspects de sécurité Utiliser des affaires de sport usagées

Objectifs/But d'apprentissage

Découverte et application de la règle du hors-jeu

Indications



Marque: Voir leçon précédente

Droits du joueur: Voir leçon précédente

Tenu: Voir leçon précédente

Hors-jeu: Est hors-jeu tout joueur se trouvant en avant du porteur de la balle, selon une parallèle à la ligne de but. La passe effectuée à un joueur hors-jeu est une faute (un en-avant).

Cette règle engendre une ligne de front entre les deux équipes et impose aux joueurs d'avancer pour marquer.

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 chasseurs. Le jeu est arrêté lorsque tous sont chasseurs.	Formation de deux équipes	Sautoirs
10'	Marmite: Deux groupes: les cuisiniers et les croûtons. Les croûtons baignent au fond de la marmite (couchés sur le sol en boule ou à genoux). Au signal, les cuisiniers sortent tous les croûtons de la marmite le plus rapidement possible. Les croûtons ne se mêlent pas les uns aux autres.	Variante: Remplacer les croûtons par des spaghetti qui peuvent se mélanger dès le départ.	Sautoirs
10'	Lutte à la culotte: Deux joueurs, face à face, appuyés l'un contre l'autre avec les épaules, se tiennent «à la culotte» (mains sur les hanches). Ils tentent de se renverser mutuellement pour appuyer les épaules adverses contre le sol (prises en dessous des épaules).	Remarques: Interdiction d'utiliser les jambes pour faire tomber l'adversaire. Avec des habits fragiles, interdire leur saisie mais demander la prise à bras le corps.	

PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
15'	Béret collectif: Former des groupes de 3 ou 4 joueurs qui se font face et les numéroter. Les groupes appelés luttent pour le ballon et essaient de l'amener dans l'en-but adverse afin de marquer. Les passes se font en arrière (règle du hors-jeu). Les autres règles précédemment utilisées régissent le jeu.	Délimiter des terrains étroits de 5m x 10m Remarques: le ballon est donné par l'enseignant qui peut, en fonction du niveau des joueurs, favoriser un groupe ou l'autre. Plusieurs groupes peuvent être appelés simultanément ou l'un après l'autre.	Sautoirs 4-6 balles
15'	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'enseignant donne le ballon à l'équipe bénéficiaire.	Sautoirs 1 balle

PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5'	Assis en rond, faire circuler un ballon ou plusieurs de main à main, les yeux fermés.		