



## J+S-Kids: Introduction au rugby – Leçon 6

# Découverte du combat

### 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

Découverte des droits du joueur dans le combat

### Indications

**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

### 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
10'	<b>Fourmis:</b> Les joueurs se déplacent dans un espace délimité en se passant des ballons. Au signal, les joueurs en possession de la balle se bloquent et défendent leur balle. Les autres tentent de les récupérer et de marquer le plus vite possible.	Un joueur qui perd sa balle est éliminé et reste sur le bord du terrain.  Plusieurs joueurs peuvent lutter pour récupérer le même ballon	1 balle pour deux
15'	<b>Lutte à genoux:</b> Deux joueurs assis dos à dos se retournent au signal et tentent de se renverser mutuellement pour appuyer les épaules adverses contre le sol. Les prises doivent être appliquées en dessous des épaules, en respect d'un jeu loyal	<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.	



#### PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
15'	<b>Ballon derrière la ligne:</b> Deux 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
15'	<b>Béret collectif:</b> 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 règles de la marque, des droits du joueurs et du tenu régissent le jeu.	Délimiter des terrains étroits de 5m x 10m  <b>Remarques:</b> 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

#### PARTIE FINALE

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