

J+S-Kids: Introduction au rugby – Leçon 9

Combat collectif

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 et application de la collaboration dans le combat

Indications

Marque: Voir leçon précédente

Droits du joueur: Voir leçon précédente

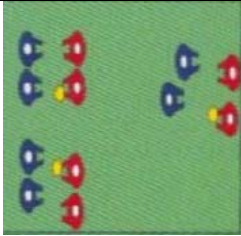
Tenu: Voir leçon précédente

Hors-jeu: Voir leçon précédente

Les 4 règles fondamentales seront employées dans tous les exercices de la partie principale.

Contenu

MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5'	Sangsues: Deux équipes: les sangsues et les promeneurs. Tout le monde se déplace librement. Au premier signal, chaque sangsue s'accroche à un promeneur, à l'arrêt. Au second signal, les promeneurs tentent de gagner l'extérieur du terrain le plus vite possible.	Remarques: Les sangsues ne font pas tomber l'adversaire mais tentent de le retarder. Les promeneurs peuvent porter leur sangsues, plusieurs sangsues peuvent s'accrocher à la même proie.	Sautoirs
10'	Gendarme et voleurs: Délimiter un terrain 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
10'	La forteresse: Les joueurs A défendent la forteresse dans laquelle se trouve le diamant du roi (ballon). Au signal, les joueurs B tentent de récupérer le diamant et de le sortir du terrain le plus vite possible. Les défenseurs peuvent recouvrir le ballon de leur corps, mais pas le soulever. Un défenseur qui sort de la forteresse est éliminé.	Variante: Placer plusieurs ballons	Sautoirs 5 balles

PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
15'	Surnombre 5 x 5: Délimiter différentes zones de 10 mètres de large. Sur les zones 2 et 4 se trouvent les défenseurs (2 et 3). Les attaquants (nombre égal aux défenseurs) essaient de traverser pour aller marquer l'essai en face. Les défenseurs ne peuvent sortir de leur zone.	<p>Pendant que 10 joueurs sont en place, les autres attendent leur tour en se plaçant au départ du jeu.</p>	Sautoirs 2 balles
15'	Batailles de zones: Deux équipes. Diviser le terrain en zones de 5 mètres de largeur. Jeu normal avec, en plus, un point par zone franchie vers l'avant pour les attaquants, et un point pour les défenseurs si le porteur de la balle recule d'une zone. L'essai vaut toujours 5 points. La mise en jeu se fait au milieu, les opposants se tiennent à 5 mètres.	<p>L'enseignant donne le ballon à l'équipe bénéficiaire.</p>	Sautoirs 1 balle

PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5'	Discussion-débat sur le thème; Qu'avez-vous fait pour avancer? Est-ce que cela a fonctionné? Que pourrait-on améliorer? Etc.		