

# SCOLA'RUGBY

## Cycle 3

Année 2010 / 2011

« Jouer au rugby en s'évitant »

## PROGRAMMATION DU CYCLE :

### **Séance 1 :**

Relais horloge ; passe à dix ; ultimate rugby ; touché fidjien.

### **Séance 2 :**

Passer vite ; le chat et les souris ; ultimate rugby ; touché fidjien.

### **Séance 3 :**

Les taupes ; lutte individuelle ; 1 contre 1 flag ; touché fidjien.

### **Séance 4 :**

Touch'ballon ; 1 contre 1 flag ; 1+1 contre 1 flag ; Les taupes ; touché fidjien.

### **Séance 5 :**

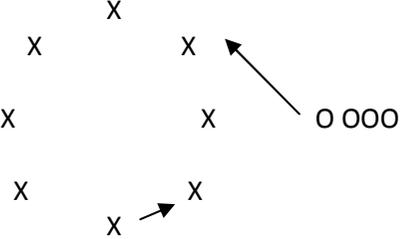
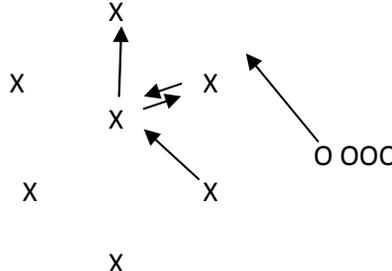
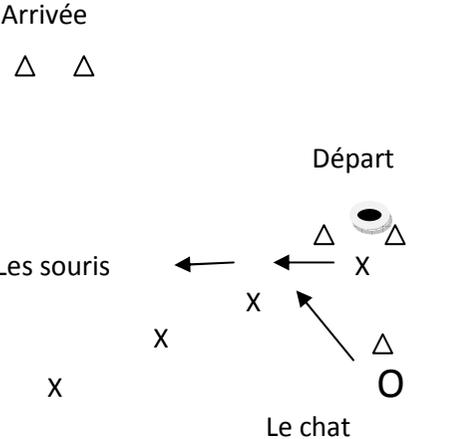
Ultimate rugby ; le chat et les souris ; 1+1 contre 1 flag ; 1+1 contre 1+1 flag ; touché fidjien.

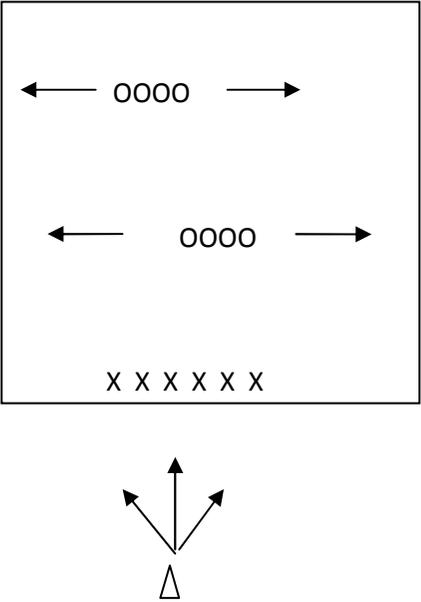
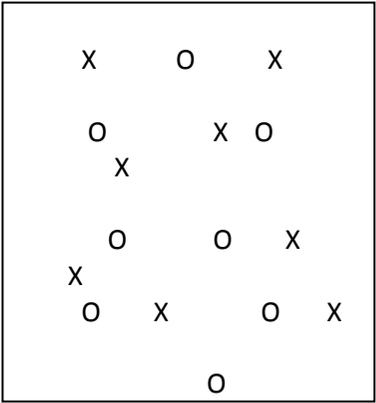
### **Séance 6 :**

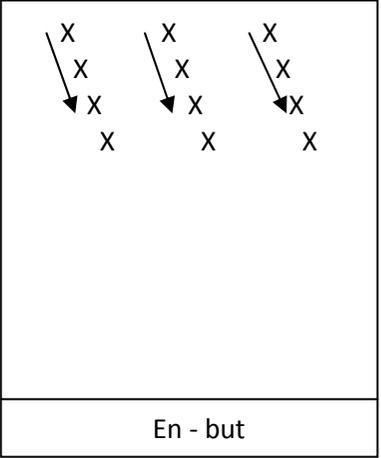
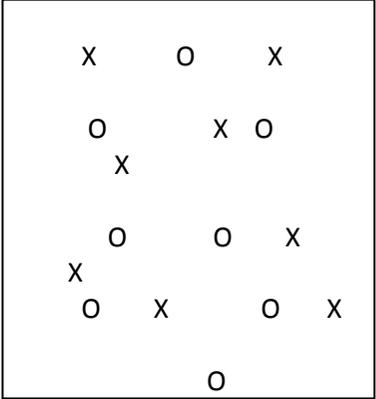
Touch'ballon ; les taupes ; 1+1 contre 1+1 flag ; touché fidjien.

### **Séance 7 :**

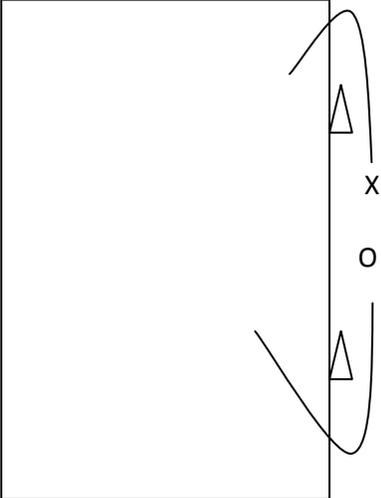
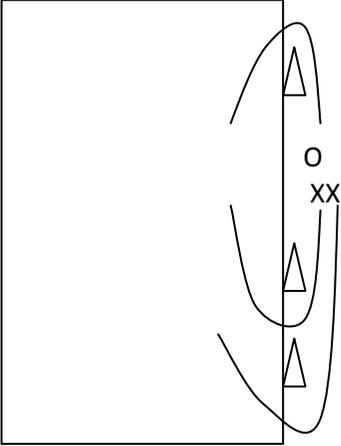
Tournoi de touché fidjien 5 contre 5 ou 6 contre 6. Terrain de 25 à 30 de large.

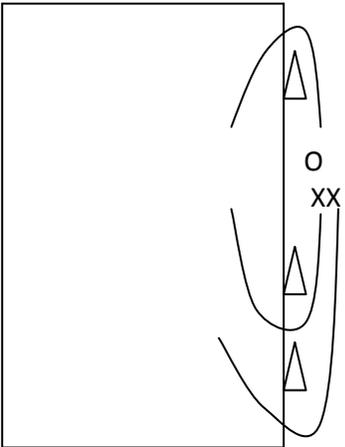
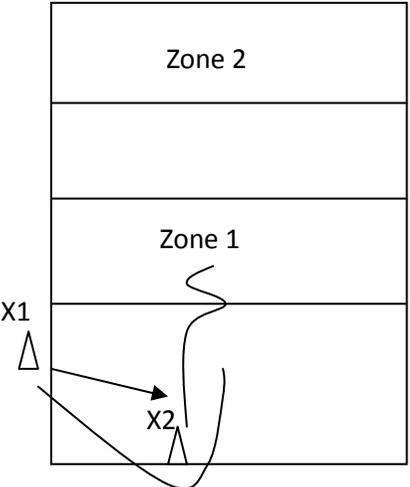
Jeux	dispositifs	consignes	évolutions
<p>- <b>Relais en horloge</b> (20' à 30')</p> <p><b>But :</b> faire le plus de tours d'horloge possible</p> <p>8 joueurs dans le cercle 8 joueurs en colonnes Ballons Plots Chasubles</p>		<p>Pour les X : faire le plus de tours de l'horloge dans le temps imparti (le joueur qui fait la première passe porte une chasuble pour aider à compter).</p> <p>Pour le O : le 1<sup>er</sup> part avec le ballon, fait le tour du cercle, donne le ballon au 2<sup>ème</sup> qui fait le tour du cercle... jusqu'au dernier.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Augmenter ou diminuer le nombre de joueurs.</li> <li>- Mettre un joueur au centre du cercle : Je fais une passe au centre du cercle qui la refait au joueur suivant etc.</li> <li>- Inverser les rôles à chaque passage.</li> </ul> 
<p>- <b>Le chat et la souris</b> (20' à 30')</p> <p><b>But :</b> marquer</p> <p>4 souris 1 chat Ballons Plots Chasubles</p>		<p>Les souris doivent se passer le ballon et le poser entre les 2 plots. La souris en bout de ligne est la seule pouvant marquer l'essai.</p> <p>Dès que la 1<sup>ère</sup> souris ramasse le ballon entre les 2 plots de départ, le chat part en poursuite et tente le toucher le porteur du ballon.</p> <p>Les souris peuvent courir en portant le ballon.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Avancer ou reculer le plot du chat par rapport au départ des souris</li> <li>- Augmenter ou diminuer l'espace entre le départ et l'arrivée.</li> <li>- Inverser les rôles à chaque passage.</li> </ul>

Jeux	dispositifs	consignes	évolutions
<p>- <b>Les taupes</b> (20' à 30')</p> <p><b>But : marquer</b></p> <p>6 joueurs en attaque 4 joueurs en poursuite 2 groupes de 4 taupes Terrain: 15m de large et 20m de long</p> <p>Ballons Plots Chasubles</p>		<p>Pour les X : Chaque joueur a un ballon. Il doit traverser le terrain et marquer le plus vite possible.</p> <p>Pour le O : les taupes se tiennent bras dessus – bras dessous et peuvent bouger ensemble sur les côtés pour gêner les attaquants.</p> <p>Pour les <math>\Delta</math> : ils doivent poursuivre les attaquants et les bloquer.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Augmenter ou diminuer le nombre de joueurs dans les différents rôles.</li> <li>- Inverser les rôles à chaque passage.</li> </ul>
<p>- <b>Touch'ballon</b> (20' à 30')</p> <p><b>But : éliminer les adversaires le plus rapidement possibles.</b></p> <p>2 équipes de 8 Terrain de 15m sur 15m 1 puis 2 puis 3 ballons Plots Chasubles Chronomètre (facultatif)</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pour les X : Ils doivent toucher les adversaires avec le ballon sans le lâcher. Il est interdit de courir avec le ballon. La circulation du ballon ne peut se faire qu'en passes. Lorsqu'un X ne porte pas le ballon, il peut se déplacer dans le terrain.</li> <li>- Pour les O : un joueur touché est éliminé, il sort du terrain et ne jouera que pour la partie suivante</li> <li>- L'équipe qui sort tous les adversaires le plus rapidement a gagné.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Augmenter ou diminuer l'aire de jeu.</li> <li>- Inverser les rôles à chaque passage.</li> </ul>

Jeux	dispositifs	consignes	évolutions
<p>- <b>Passer vite</b> (20' à 30')</p> <p><b>But : aplatir le ballon dans l'en-but.</b></p> <p>Plusieurs équipes composées de 4 ou 5 joueurs. 1 ballon par équipe Plots</p>		<p>Le joueur 1 passe au joueur 2 qui passe au joueur 3... Tous les joueurs de l'équipe touchent le ballon. Pas le droit de courir avec le ballon. Le joueur ayant fait une passe doit courir pour se positionner devant ses partenaires.</p>	<p>- Augmenter ou diminuer le nombre de joueurs.</p>
<p>- <b>Passé à dix</b></p> <p><b>But : effectuer dix passes consécutives sans que le ballon ne tombe, soit intercepter ou sorte en touche.</b></p> <p><b>A chaque fois qu'une équipe fait 10 passes consécutives, elle marque 1 point.</b></p> <p>8 contre 8 Terrain de 15m sur 15m Ballon Plots Chasubles</p>		<p>Pas le droit : De courir avec le ballon De toucher gêner un adversaire De charger le porteur du ballon (2m de distance).</p>	<p>- Augmenter ou diminuer l'aire de jeu. - Inverser les rôles à chaque passage.</p>

Jeux	dispositifs	consignes	Evolutions																														
<p>- <b>Ultimate rugby</b> (20' à 30')</p> <p><b>But : aplatir le ballon dans l'en – but adverse.</b></p> <p>2 équipes de 8 Terrain de 40m sur 25m Ballons Plots Chasubles</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>En but</p> <table style="margin: auto; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 5px;">X</td> <td style="padding: 5px;">O</td> <td style="padding: 5px;">X</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">O</td> <td></td> <td style="padding: 5px;">X</td> <td style="padding: 5px;">O</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">X</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="padding: 5px;">O</td> <td style="padding: 5px;">O</td> <td style="padding: 5px;">X</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">X</td> <td style="padding: 5px;">O</td> <td style="padding: 5px;">X</td> <td style="padding: 5px;">O</td> <td style="padding: 5px;">X</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td style="padding: 5px;">O</td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p>En but</p> </div>	X	O	X			O		X	O		X						O	O	X		X	O	X	O	X			O			<p>Passes vers l'avant autorisées. Le porteur du ballon n'a pas le droit de courir avec le ballon. Les défenseurs doivent se trouver à 2m du porteur du ballon Lorsque le ballon tombe au sol, le jeu continue. Attaquants et défenseurs peuvent ramasser le ballon et jouer. Pour être récupéré par la défense, le ballon doit être intercepté.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diminuer la zone de marque. Par exemple 1 ou 2 carrés de 5m sur 5m.</li> <li>- Autorisation de courir avec le ballon. Dès que le porteur du ballon est touché à 2mains, le ballon est récupéré par l'adversaire.</li> <li>- Les passes se font au pied et pas à la main.</li> </ul>
X	O	X																															
O		X	O																														
X																																	
	O	O	X																														
X	O	X	O	X																													
		O																															
<p>- <b>Lutte avec foulard</b> (20')</p> <p><b>But : attraper le foulard de l'adversaire pour marquer 1 point. Le premier des joueurs à 3 points gagne.</b></p> <p>Terrain : 5m sur 5m Plusieurs terrains à installer Foulards Plots</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 20px; text-align: center; width: 100px; margin: auto;"> <p>X</p> <p>O</p> </div>	<p>Les 2 joueurs ont un foulard dans le dos, accroché au short.</p> <p>OU</p> <p>Les 2 ont un foulard accroché à la cheville.</p> <p>Interdit de donner des coups.</p>	<p>Organiser un petit tournoi.</p>																														

Jeux	dispositifs	consignes	Evolutions
<p>- <b>1 contre 1 flag</b> (15')</p> <p><b>But pour l'attaque : marquer</b> <b>But pour la défense : attraper le foulard.</b></p> <p>Terrain de 15m sur 10m Ballons Plots Foulards</p>		<p>Au « TOP » de l'éducateur, les deux joueurs font le tour du plot et entre dans le terrain. L'éducateur passe le ballon à un des deux joueurs.</p>	<p>- Installer plusieurs plots de couleurs différentes. L'éducateur annonce la couleur du plot que les joueurs devront contourner au lieu du « TOP ».</p> <p>- 1+1 contre 1</p> 

Jeux	dispositifs	consignes	Evolutions
<p>- <b><u>1+1 contre 1</u></b> (20')</p> <p><b>But pour l'attaque : marquer</b> <b>But pour la défense : attraper le foulard.</b></p> <p>Terrain de 15m sur 10m Ballons Plots Foulards</p>		<p>Au « TOP » de l'éducateur, les trois joueurs font le tour du plot et entre dans le terrain. L'éducateur passe le ballon à un des deux joueurs.</p>	<p>- Installer plusieurs plots de couleurs différentes. L'éducateur annonce la couleur du plot que les joueurs devront contourner au lieu du « TOP ».</p>
<p>- <b><u>1+1 contre 1+1</u></b> (20' à 30')</p> <p><b>But pour l'attaque : marquer</b> <b>But pour la défense : attraper le foulard.</b></p> <p>Terrain de 15m sur 10m Ballons Plots Foulards</p>		<p>X1 fait la passe à X2. X2 commence à jouer. X1 fait le tour du plot et joue. Dans la zone 1 se trouve un défenseur qui ne peut pas sortir de sa zone. Dans la zone 2 se trouve un autre défenseur qui ne peut pas sortir de sa zone. Lorsque le porteur du ballon est bloqué, le jeu s'arrête.</p>	

# Touché Fidjien

## Objectifs :

- Donner de la continuité au mouvement après le duel.
- Organiser la circulation des joueurs proches et loin du porteur du ballon.
- Améliorer les formes de jeu groupé et déployé.
- Communiquer en attaque et en défense.

## Comportements attendus :

- Le porteur du ballon joue son duel s'il perçoit un déséquilibre : de potentiel (ex : rapide contre lent), positionnel (ex : défenseur en retard) ou numérique (plus d'attaquant que de défenseur dans sa zone).
- Les soutiens proches convergent vers le porteur du ballon lorsque celui-ci décide d'affronter.
- Les soutiens éloignés du porteur cherchent à occuper au maximum l'espace disponible.
- Le dernier passeur se positionne dans l'axe du porteur du ballon afin de faire rebondir le jeu dans une autre zone du terrain. Ce joueur « axe » permet d'éloigner le ballon de la zone d'affrontement sans risque de se faire bloquer. Le ballon peut alors être transmis vers un espace où le rapport de force est plus favorable à l'attaque.

## Situation :

-12 : 7 contre 7 ; terrain de 25/ 35m (plus grand si le nombre de joueurs augmente).

## Règlement :

- L'équipe attaquante perd le ballon si le porteur se fait toucher par 2 joueurs différents à 2 mains.
- Si le joueur passe le ballon après le premier touché, le compteur redémarre à zéro pour le porteur du ballon suivant.
- Si le porteur du ballon a déjà été touché, il ne peut pas marquer.
- Coup d'envoi et de renvoi sont effectués par un drop. Après essai, l'équipe qui a marqué effectue le coup de pied.
- La ligne de hors jeu se situe au niveau du ballon.