

# SÉANCE N°1

**Thème :** Découverte de l'activité

**Objectifs :**

- Entrer dans l'activité
- Découvrir les 2 premières règles fondamentales du rugby dans l'ordre suivant :
  1. La marque
  2. Les droits et devoirs des joueurs

**But :**

- Pour les porteurs de balle (au moment du signal) = aller marquer un essai.
- Pour les défenseurs = empêcher les porteurs d'aller marquer.

## SITUATION N°1

### ORGANISATION

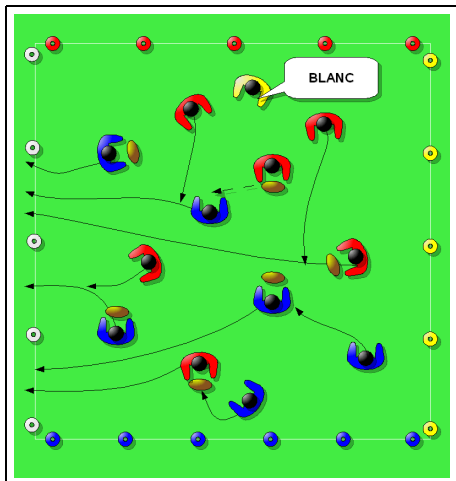
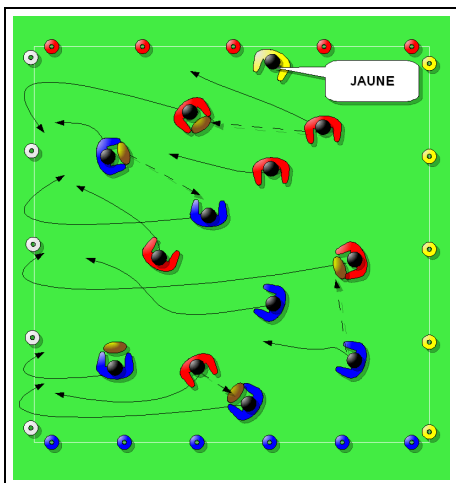
**Matériel :** Plots (4 couleurs différentes), chasubles et 6 ballons

**Effectif :** de 6 x 6 à 10 x 10

**Espace :** Un carré de 20 mètres de côté. Chaque côté est matérialisée par une couleur différente.

**But :**

- Pour les porteurs de balle (au moment du signal) = aller marquer un essai
- Pour les défenseurs = empêcher les porteurs d'aller marquer.



### ÉVOLUTION N°1

Découverte de la marque.

L'enseignant annonce une couleur de ligne (ex: « Blanc »).

À cette annonce, les porteurs de balle devront aller marquer un essai derrière cette couleur.

Après avoir découvert la marque sans opposition de défenseurs, nous intégrons ceux-ci.

A l'annonce de la couleur, les « non porteurs de balle » deviennent défenseurs et essaient de toucher les porteurs de balle avec leur 2 mains.

### ÉVOLUTION N°2

*Les défenseurs ne peuvent pas toujours s'opposer rapidement et le nombre d'essais est important. Il faut donc remédier à ce problème et aider l'opposition.*

A l'annonce de la couleur, les porteurs de balle font le tour de la couleur annoncée avant d'aller marquer à la couleur opposée.

Les défenseurs ne peuvent intervenir qu'au retour des attaquants.

*Par exemple ici, l'enseignant annonce « BLANC ». Les porteurs de balle doivent toucher la ligne blanche avant d'aller marquer derrière la ligne jaune. Les opposants ne peuvent intervenir qu'après cette première étape (toucher la ligne annoncée).*

## VARIANTES

Comme cette situation facilite maintenant la tâche des défenseurs on peut amener les 3 variantes suivantes :

1. Chaque défenseur ne peut toucher qu'un seul attaquant. Cette variante oblige chaque défenseur à s'investir car elle empêche un défenseur à intervenir plusieurs fois dans la même action.
2. On peut demander aux défenseurs d'aller toucher les lignes de touche (sur les côtés) avant d'intervenir. Cela crée momentanément un espace libre au milieu du terrain et incite ainsi les porteurs de balle à s'engager vers l'avant.
3. On peut aussi faire varier la taille du carré :
  - En l'agrandissant, on augmente les espaces et on favorise plutôt l'attaque. En le diminuant, on facilite les contacts et on favorise la défense.
  - En la diminuant, on favorise la défense en diminuant les espaces libres.

Le contact étant fondamental en rugby. Il est intéressant d'accroître l'engagement des défenseurs dans leurs interventions. On leur demandera progressivement de :

- toucher les porteurs des ballons
- les accrocher
- les ceinturer
- les plaquer (si le placage à antérieurement été travaillé)

## ATTENTION

**Un joueur accroché ou ceinturé devra s'arrêter de courir pour des raisons de sécurité.**

En effet, si le joueur accroché ne s'arrête pas, il y a des risques de blessures au niveau des doigts. Par contre si le joueur ceinturé ne s'arrête pas, les deux joueurs chuteront ensemble (placage). Un joueur ceinturé devra donc s'arrêter.