

OBJECTIF

S'amuser avec un ballon. (Une variante des courses à relais Rookie Rugby).

CONFIGURATION DE JEU

Espace nécessaire 20 x 20 mètres
Équipement nécessaire Cônes, ballons de rugby, ceintures de flag
Temps suggéré 5 minutes
Taille du groupe N'importe quelle taille

STADES DLTPA (ÂGES/ANNÉES D'ÉCOLE)

EA Âges: 5-6 / Années: K-1

SS Âges: 6-8 / Années: 2-3

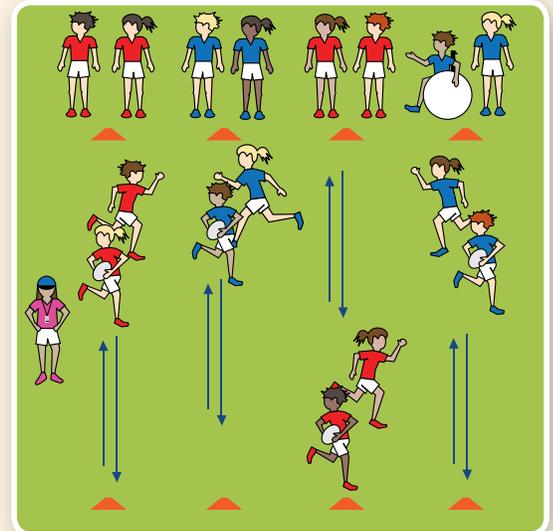
AE Âges: 9-12 / Années: 4-7

HABILITÉS MOTRICES FONDAMENTALES

- Équilibre
- Coordination
- Course

RÈGLES DU JEU

- 1 Créez des files pour la course à relais avec un nombre égal de personnes dans chaque file. La première personne de la file commence avec le ballon de rugby.
- 2 La première personne dans la file se dirige vers son cône au bout de l'espace de jeu et marque un essai avec le ballon de rugby. Il revient ensuite au point de départ.
- 3 Lorsque ce premier joueur est de retour, le deuxième joueur se lie au premier en agrippant la ceinture de flag du premier joueur. Si les joueurs ne portent pas de ceinture de flags, ils peuvent se lier en agrippant le chandail / les hanches / l'épaule du premier joueur. Ce joueur devient la queue du chat. L'équipe doit maintenant travailler en équipe pour aller marquer un essai sur leur cône et revenir au point de départ.
- 4 Chaque fois qu'un joueur ou un groupe de joueurs revient au point de départ, un nouveau joueur doit rejoindre le groupe, allongeant ainsi la queue de chat.
- 5 La première équipe à lier tous les joueurs à la queue du chat et à compléter l'aller-retour gagne.



MODIFICATIONS

- 1 Si les joueurs ne sont pas capables de se lier l'un à l'autre, demandez-leur de compléter la course à relais sans se lier physiquement, mais en restant tout de même très proches. Ils formeront donc un groupe de chats plutôt qu'une queue.

PROGRESSIONS

- 1 Vous pouvez varier le geste que les joueurs doivent effectuer en arrivant au bout du relais, en demandant à chaque joueur de faire le geste avant de retourner au point de départ.
- 2 Créez une course à obstacles d'habiletés à compléter, pour rehausser le défi de la course à relais.

VALIDATION ET CORRECTION

- 1 Le but de cette course à relais est de permettre aux enfants de s'amuser tout en performant une variété d'habiletés de rugby. Surveillez la technique des joueurs et assurez-vous qu'ils effectuent chaque geste correctement.