

OBJECTIF

Travailler sur l'habileté de retrait du flag en ligne défensive.

CONFIGURATION DE JEU

Espace nécessaire 10 x 10 mètres
Équipement nécessaire Cônes, ballons de rugby, ceintures de flag
Temps suggéré 10 minutes
Taille du groupe N'importe quelle taille

STADES DLTPA (ÂGES/ANNÉES D'ÉCOLE)

EA Âges: 5-6 / Années: K-1

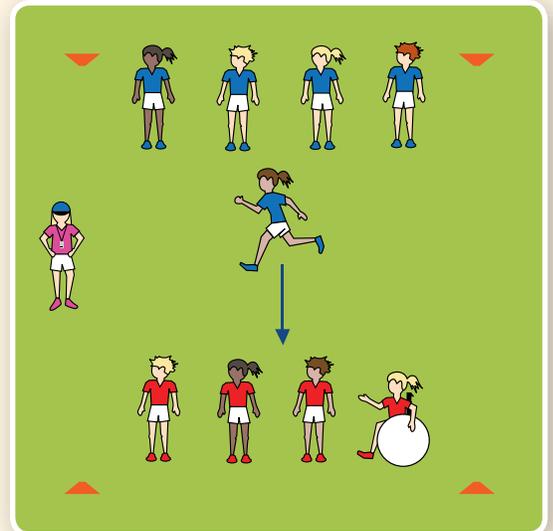
SS Âges: 6-8 / Années: 2-3

HABILITÉS MOTRICES FONDAMENTALES

- Agilité
- Course
- Retrait de flag

RÈGLES DU JEU

- 1 Créez deux équipes de nombres égaux. Mettez une équipe à chaque bout de l'espace de jeu et alignez les joueurs côte à côte à une distance de bras.
- 2 Commencez avec une équipe en défense et assurez-vous que chaque joueur de l'autre équipe a un ballon de rugby et une ceinture de flag.
- 3 L'équipe défensive appelle un joueur de son choix. Ce joueur se déplace ensuite avec son ballon de rugby vers la ligne et tente de franchir la ligne sans se faire retirer son flag. Les joueurs dans la ligne défensive tentent de retirer son flag avant qu'il ne réussisse à traverser.
- 4 Si un joueur franchit la ligne sans se faire enlever un flag, il retourne à son équipe d'origine. Si l'un de ses deux flags est retiré, il se joint à l'équipe défensive.
- 5 Continuez jusqu'à ce que tous les joueurs à l'attaque fassent partie de l'équipe défensive, puis commencez une nouvelle partie en inversant les rôles des deux équipes.



MODIFICATIONS

- 1 Pour les joueurs plus jeunes, ajoutez plus que deux flags par ceinture pour augmenter les chances de se faire arracher leur flag.

PROGRESSIONS

- 1 L'entraîneur peut appeler les noms des joueurs ou en appeler plusieurs en même temps qui doivent traverser.
- 2 L'entraîneur peut aussi appeler le nom d'un joueur en défense pour créer différents types de scénarios (p. ex. 1v1, 2v1, 3v1, etc.).

VALIDATION ET CORRECTION

- 1 Assurez-vous que les joueurs en défense suivent le mouvement des hanches des joueurs à l'attaque lorsqu'ils tentent de retirer les flags.
- 2 Assurez-vous que les porteurs de ballon courent avec deux mains sur le ballon et qu'ils ne protègent pas leurs flags.