

## OBJECTIF

Se familiariser avec le ballon de rugby et pratiquer le temps de réaction.

## CONFIGURATION DE JEU

Espace nécessaire 15 x 15 mètres  
Équipement nécessaire Cônes, ballons de rugby  
Temps suggéré 10 minutes ou 5 tours  
Taille du groupe N'importe quelle taille

## STADES DLTPA (ÂGES/ANNÉES D'ÉCOLE)

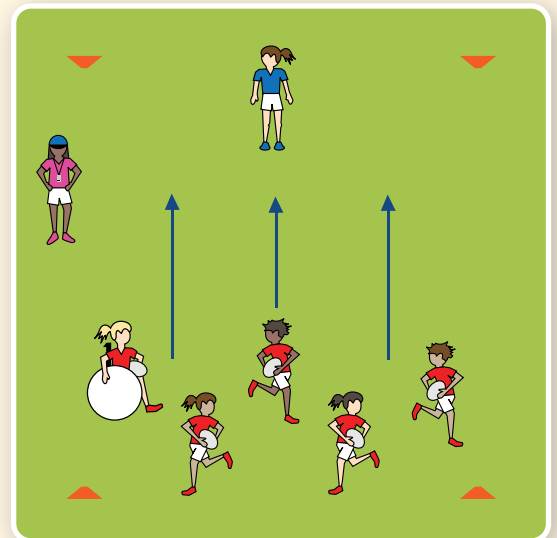
**EA** Âges: 5-6 / Années: K-1

## HABILETÉS MOTRICES FONDAMENTALES

- Coordination
- Course

## RÈGLES DU JEU

- 1 Créez un espace de jeu et sélectionnez un joueur qui agira comme « soleil » au bout de l'espace de jeu. Tous les autres joueurs sont alignés à l'autre bout, chacun avec un ballon de rugby entre les mains.
- 2 Lorsque le « soleil » est dos au jeu, c'est le silence. Pour se retourner et faire face au groupe, il crie « 1...2...3...SOLEIL! », se retournant au mot « soleil ».
- 3 Les joueurs avec les ballons de rugby essaient de se rapprocher le plus possible du « soleil » lorsqu'il a le dos au jeu.
- 4 Le « soleil » peut se retourner à n'importe quel moment en criant « 1...2...3...SOLEIL ». Quand le soleil fait face au jeu, les joueurs doivent faire la statue. Tous les joueurs surpris en mouvement devront retourner à la ligne de départ.
- 5 Le premier joueur à toucher au « soleil » avec son ballon de rugby gagne et devient le « soleil » au tour suivant.



## MODIFICATIONS

- 1 Si vous avez de grands écarts d'âges et d'habiletés, créez deux lignes de départ, en plaçant les jeunes plus expérimentés à la ligne de départ qui est plus au loin.

## PROGRESSIONS

- 1 Variez la façon dont les joueurs ont le droit d'avancer. Selon votre commande, les joueurs pourraient avoir à avancer en courant, en marchant, en sautillant, en rampant, etc.

## VALIDATION ET CORRECTION

- 1 Assurez-vous que les joueurs tiennent le ballon de rugby dans les deux mains en tout temps.