

OBJECTIF

Changer rapidement la direction du jeu et réagir lors d'un retrait de flag.

CONFIGURATION DE JEU

Espace nécessaire 30 x 40 mètres
Équipement nécessaire Cônes, ballons de rugby, ceintures de flag
Temps suggéré 10 minutes
Taille du groupe Groupes de 10 joueurs

STADES DLTPA (ÂGES/ANNÉES D'ÉCOLE)

SS Âges: 6-8 / Années: 2-3

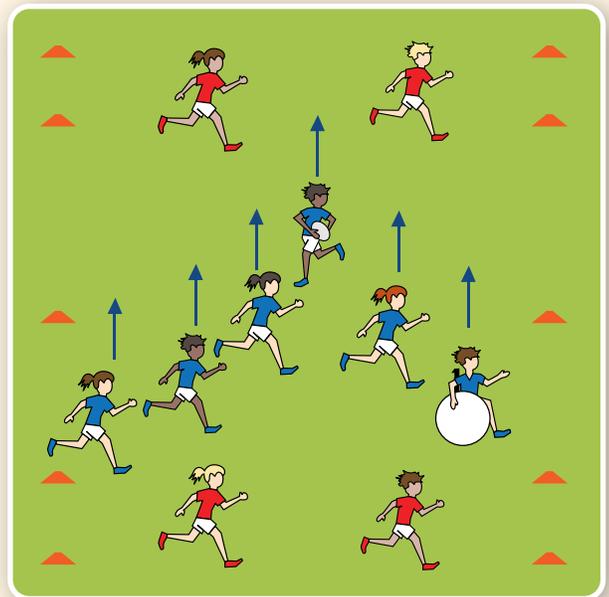
AE Âges: 9-12 / Années: 4-7

HABILITÉS MOTRICES FONDAMENTALES

- Agilité
- Coordination
- La passe
- La réception

RÈGLES DU JEU

- 1 Placez six attaquants au centre de l'espace de jeu et placez deux défenseurs à chaque bout de cet espace.
- 2 L'équipe à l'attaque attaque d'un côté de l'espace de jeu pour tenter de marquer un essai.
- 3 Si un joueur à l'attaque se fait retirer son flag ou si le ballon est échappé, l'équipe à l'attaque se tourne et attaque immédiatement vers la zone défensive opposée. Cela se poursuit pendant une période établie par l'entraîneur.
- 4 Si l'équipe à l'attaque marque un essai, les joueurs en défense doivent faire le tour de cônes placés au centre et retourner dans leur zone défensive avant que l'attaque ne reparte pour marquer à l'autre bout du terrain.
- 5 La défense ne peut pas défendre à l'extérieur de sa zone désignée.
- 6 Si le ballon est échappé ou intercepté, l'attaque se termine là-dessus. L'entraîneur doit assurer une rotation entre l'attaque et la défense.



MODIFICATIONS

- 1 Si les joueurs n'effectuent pas la transition assez rapidement pour la prochaine phase d'attaque de l'autre côté du terrain, criez « FLAG ! » ou « PLAQUÉ ! » avant même qu'un flag soit retiré pour que les joueurs prennent l'habitude de réagir au signal.

PROGRESSIONS

- 1 Variez le ratio d'attaquants et de défenseurs pour créer un plus grand défi ou pour faciliter le succès.
- 2 Laissez aller 2-3 phases pour offrir plus d'occasions aux attaquants de marquer malgré un retrait de flag.

VALIDATION ET CORRECTION

- 1 Encouragez les joueurs à créer des surnombres et d'utiliser l'habileté de cadrage débordement pour mettre des essais.