

OBJECTIF

Utilisation de l'espace et de la communication pour maximiser les occasions de marquer.

CONFIGURATION DE JEU

Espace nécessaire : 30 x 40 mètres
 Équipement nécessaire : Cônes, ballons de rugby
 Temps suggéré : 10-20 minutes
 Taille du groupe : Équipes de 5 à 7 joueurs

STADES DLTPA (ÂGES/ANNÉES D'ÉCOLE)

SS Âges: 6-8 / Années: 2-3

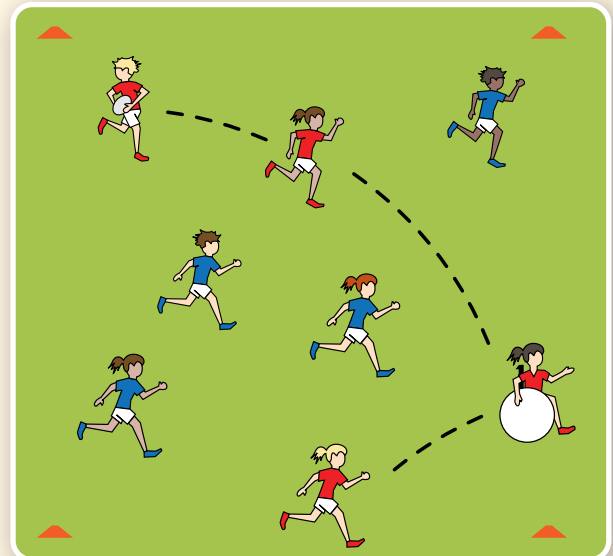
AE Âges: 9-12 / Années: 4-7

HABILITÉS MOTRICES FONDAMENTALES

- Agilité
- Équilibre
- Coordination
- La réception
- Le retrait de flag
- La course
- La passe

RÈGLES DU JEU

- 1 Divisez les joueurs en deux équipes égales et placez-les des deux côtés opposés du terrain.
- 2 Une équipe démarre le jeu avec une passe sans opposition.
- 3 Les joueurs font avancer le ballon en le passant dans n'importe quelle direction.
- 4 Les joueurs ne peuvent pas courir avec le ballon et ils peuvent seulement avancer en faisant des passes.
- 5 Si une passe est échappée, le ballon va à l'autre équipe.
- 6 Les joueurs marquent en aplatissant le ballon au sol dans la zone d'essai.
- 7 Les joueurs en défense ne peuvent pas arracher le ballon des joueurs à l'attaque et ils doivent rester à un bras de distance de l'adversaire quand ils défendent.
- 8 Les joueurs en défense peuvent intercepter une passe, mais ne peuvent pas taper ou faire dévier une passe. Une passe tapée ou déviée ne compte pas comme un revirement.



MODIFICATIONS

- 1 Au besoin, vous pouvez modifier les règles pour que tous les joueurs aient l'occasion de pratiquer les aptitudes de passe et réception. Par exemple, un essai ne compte pas à moins que tous les coéquipiers aient touché au ballon.

PROGRESSIONS

- 1 Créez des plus petits espaces derrière la ligne d'essai qui servent de zones d'essai. Les joueurs peuvent seulement marquer des points en passant à un coéquipier qui est dans la zone d'essai. Les joueurs défensifs ne peuvent pas entrer dans ces zones d'essai.
- 2 Intégrez la règle des trois pas : les joueurs peuvent effectuer trois pas après la réception d'une passe.
- 3 Les joueurs n'ont que trois secondes pour passer.
- 4 Seulement les passes de rugby sont permises, donc aucune passe au-dessus de la tête ou des épaules.

VALIDATION ET CORRECTION

- 1 Les joueurs auront une bonne réussite s'ils font un effort de se déplacer sans le ballon. Assurez-vous que les joueurs se déplacent et se proposent dans l'espace lorsqu'ils n'ont pas le ballon.
- 2 Les courtes passes sont plus efficaces au Ultimate Rugby. Encouragez les joueurs à trouver des espaces plus prêts du porteur de ballon plutôt que de se proposer trop au loin.