

# SÉANCE N°5

## SITUATION « COMBAT »

**Thème :** Lutter individuellement

**Objectifs :**

- S'engager au placage
- Appropriation de la règle du tenu
- Se remettre dans l'action le plus vite possible
- Maintenir une action malgré la contrainte

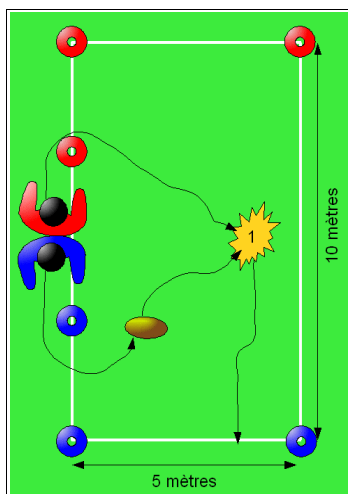
**But :** Mettre au sol un joueur qui cherche à avancer et récupérer le ballon

### ORGANISATION

**Matériel :** Plots, 1 ballon par atelier

**Effectif :** 1 x 1 + arbitre

**Espace :** Un rectangle de 10 x 5 mètres



### DESCRIPTION

L'attaquant et le défenseur sont positionnés sur le côté du terrain. Le ballon est au sol dans le terrain.

Au signal « jeu » (donné par l'arbitre), les joueurs font chacun le tour d'un plot latéral avant d'entrer dans le terrain. L'attaquant ramasse le ballon et essaye d'aller marquer à la ligne opposée. Le défenseur essaye de le plaquer.

Une fois au sol, le ballon doit être lâché par le plaqué. Les 2 joueurs se relèvent le plus vite possible pour se saisir du ballon et aller marquer derrière la ligne adverse (obligation d'être sur ses 2 pieds pour pouvoir jouer le ballon)

Fin de l'action lorsqu'un essai est marqué ou que le porteur de balle est sorti du terrain

**Simplification:**

Au départ, le ballon est dans les mains de l'attaquant. Le jeu démarre quand l'attaquant fait rouler le ballon dans le terrain

**Complexification:**

Idem lancement « simplification » mais c'est le défenseur qui fait rouler le ballon dans le terrain avant d'aller faire le tour du plot

### COMPORTEMENTS ATTENDUS

**Pour l'attaquant :**

- Tomber en conservant le contrôle du ballon. Le libérer « proprement »
- Vite se relever après placage pour disputer le ballon

**Pour le défenseur :**

- Se baisser pour viser la ceinture avec son épaule
- Coller l'oreille sur le dos de l'attaquant
- Serrer fort les bras au niveau des cuisses
- Pousser avec les jambes
- Vite se relever après placage pour récupérer le ballon

# SÉANCE N°5

## SITUATION «COOPÉRATION»

**Thème :** Voir et utiliser les espaces laissés libres par la défense

**Objectifs :**

- Respecter les règles fondamentales (la marque, les droits des joueurs, le tenu et le hors-jeu)
- Utiliser l'espace laissé libre pour franchir plus facilement la défense
- Venir soutenir le porteur du ballon pour aller marquer

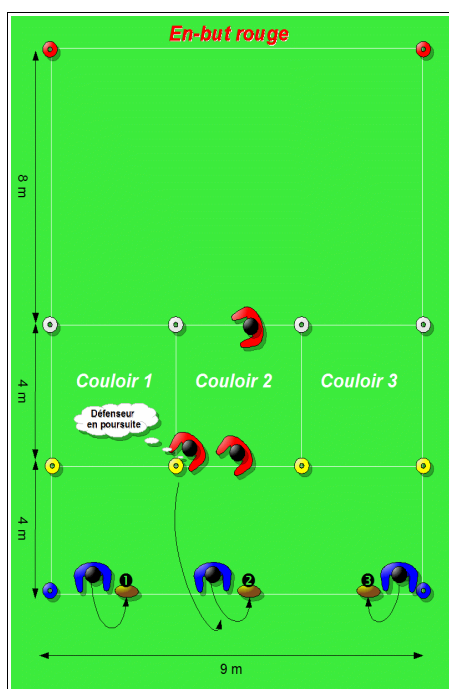
**But :** Aller marquer un essai en utilisant les espaces libres.

### ORGANISATION

**Matériel :** Plots (4 couleurs différentes par atelier), 3 ballons par atelier

**Effectif :** 2 équipes de 3 enfants

**Espace :** Un rectangle de 9 m de large sur 16 m de long.



### DESCRIPTION

Les attaquants sont placés sur la ligne bleue et tournent le dos aux défenseurs. Les défenseurs choisissent un couloir à occuper (sur le schéma : couloir 2). L'un des défenseurs ira se placer sur la ligne jaune de ce couloir et un autre sur la ligne blanche. Le dernier devra aller toucher la ligne bleue avant d'intervenir en poursuite des attaquants.

*Ce défenseur en poursuite réduit le temps de décision et d'action des attaquants. On pourra augmenter ou réduire sa course pour augmenter ou réduire en conséquence le temps imparti.*

Au signal « JEU » de l'enseignant, les attaquants se retournent et utilisent le ballon qui est situé devant le couloir occupé par les défenseurs. Les 2 autres ballons ne sont pas utilisés.

Le ballon ne peut changer de couloir que par une passe.

Le troisième défenseur s'élance également au signal de l'arbitre.

Les défenseurs ne peuvent quitter leur couloir que lorsque les attaquants ont fait une passe.

**Simplification:**

Les défenseurs ne peuvent quitter leur couloir qu'à partir du moment où les attaquants ont franchi une porte jaune.

**Complexification:**

Les défenseurs peuvent agir dès que le ballon est touché par les utilisateurs.

### COMPORTEMENTS ATTENDUS

**Pour le porteur de balle :**

- S'engager vers l'avant
- Jouer avec un partenaire démarqué pour permettre au ballon de continuer à avancer

**Pour les soutiens en attaque :**

- Ne pas se positionner hors-jeu (en avant du porteur de balle)
- Se mettre à distance de passe (pas trop loin) pour permettre une transmission aisée
- Se mettre dans un espace sans défenseur (notion de démarquage)