

### VOCABULAIRE CLÉ

**Passer:** faire circuler le ballon d'un joueur à l'autre

**Plaquage-touché :** touchéon agressif sur le porteur du ballon, en dessous de l'épaule

**Triangle de plaquage:** trois défenseurs impliqués dans le plaquage

**Évitement:** utilisation du jeu de jambes pour battre un adversaire

**Marquer:** un essai qui vaut un point

**En jeu :** après un plaquage-touché, en étant plus proche de sa ligne de but que du triangle de plaquage, derrière le pied arrière du triangle de plaquage

### RÈGLES

**Passer:** ne doit pas se faire vers l'avant, c'est-à-dire vers la ligne de but où l'on veut marquer

**Plaquage-touché :** doit se faire en dessous des épaules, après quoi il faut former un triangle de plaquage

**Passé courte :** après un plaquage-touché, le porteur du ballon rend le ballon et l'attaquant suivant doit le saisir et faire une passe ou un coup de pied dans les trois pas

**Comment marquer:** en possession du ballon, le plaquer au sol après la ligne de but

### COMPÉTENCES

**Passer :** Regarder la cible et pousser le ballon vers la cible, avec les mains qui suivent jusqu'à la cible

**Évitement :** Changer de direction ou de vitesse pour éviter d'être touché

### PRISE DE DÉCISION

**Comment déjouer un adversaire:** utiliser l'esquive et la passe pour désorganiser un défenseur

**Attaque :** avancer dans l'espace, pénétrer la ligne de défense, recycler le ballon à partir du plaquage-touché

**Défense :** priver les attaquants de temps et d'espace, récupérer le ballon en effectuant sept plaquages-touchés ou en interceptant le ballon

### CONNAISSANCES

**Lien avec le rugby à XV:** en attaque, le rugby consiste à aller de l'avant là où il n'y a pas de défenseurs, de sorte que le Rugby T1 favorise la transmission du ballon dans l'espace et, en cas de plaquage-touché, favorise les équipes qui se réorganisent et jouent rapidement

### VALEURS

**Travail d'équipe:** jouer pour toute l'équipe

**Respect:** valoriser toutes les personnes impliquées

**Plaisir:** jouer pour apprécier le jeu

**Discipline:** être honnête, loyal et respecter les règles

**Esprit sportif:** jouer pour gagner mais pas à n'importe quel prix

### VOCABULAIRE CLÉ

**Passer:** faire circuler le ballon d'un joueur à l'autre

**Plaquage-touché :** touché non agressif sur le porteur du ballon, en dessous de l'épaule

**Triangle de plaquage:** trois défenseurs impliqués dans le plaquage

**En-avant:** le ballon tombe vers l'avant

**Marquer:** un essai qui vaut un point

**En jeu :** après un plaquage-touché, en étant plus proche de sa ligne de but que du triangle de plaquage, derrière le pied arrière du triangle de plaquage

**Mêlées :** trois joueurs liés ensemble se tiennent face à trois joueurs liés de l'autre équipe

### RÈGLES

**Passer:** ne doit pas se faire vers l'avant, c'est-à-dire vers la ligne de but où l'on veut marquer. Les passes en avant et en-avants conduisent à une mêlée.

**Plaquage-touché :** doit se faire en dessous des épaules, après quoi vous il faut former un triangle de plaquage

**Passé courte :** après un plaquage-touché, le porteur du ballon rend le ballon et l'attaquant suivant doit le saisir et faire une passe ou un coup de pied dans les trois pas

**Comment marquer :** en possession du ballon, le plaquer au sol après la ligne de but

### COMPÉTENCES

**Passer :** Regarder la cible et pousser le ballon vers la cible, avec les mains qui suivent jusqu'à la cible

**Évitement :** Changer de direction ou de vitesse pour éviter d'être touché

### PRISE DE DÉCISION

**Comment déjouer un adversaire:** utiliser l'esquive et la passe pour désorganiser un défenseur

**Attaque :** avancer dans l'espace, pénétrer la ligne de défense, recycler le ballon à partir du plaquage-touché

**Défense :** priver les attaquants de temps et d'espace, récupérer le ballon en effectuant sept plaquages-touchés ou en interceptant le ballon

### CONNAISSANCES

**Lien avec le rugby à XV:** en attaque, le rugby consiste à aller de l'avant là où il n'y a pas de défenseurs, de sorte que le Rugby T1 favorise la transmission du ballon dans l'espace et, en cas de plaquage-touché, favorise les équipes qui se réorganisent et jouent rapidement

### VALEURS

**Travail d'équipe:** jouer pour toute l'équipe

**Respect:** valoriser toutes les personnes impliquées

**Plaisir:** jouer pour apprécier le jeu

**Discipline:** être honnête, loyal et respecter la règle

**Esprit sportif:** jouer pour gagner mais pas à n'importe quel prix

## VOCABULAIRE CLÉ

**Passer:** faire circuler le ballon d'un joueur à l'autre

**Plaquage-touché :** touchéon agressif sur le porteur du ballon, en dessous de l'épaule

**Triangle de plaquage:** trois défenseurs impliqués dans le plaquage

**En-avant:** le ballon tombe vers l'avant

**Marquer:** un essai qui vaut un point

**En jeu :** après un plaquage-touché, en étant plus proche de sa ligne de but que du triangle de plaquage, derrière le pied arrière du triangle de plaquage

**Mêlées :** trois joueurs liés ensemble se tiennent face à trois joueurs liés de l'autre équipe

## RÈGLES

**Passer:** ne doit pas se faire vers l'avant, c'est-à-dire vers la ligne de but où l'on veut marquer Les passes en avant et en-avants conduisent à une mêlée

**Plaquage-touché :** doit se faire en dessous des épaules, menant à un triangle de plaquage

**Passé courte :** après un plaquage-touché, le porteur du ballon rend le ballon et l'attaquant suivant doit le saisir et faire une passe ou un coup de pied dans les trois pas

**Comment marquer:** en possession du ballon, le plaquer au sol après la ligne de but

**Botter:** peut botter n'importe où, mais les joueurs ne peuvent pas se disputer le ballon en l'air Tout coup de pied qui va directement en touche entraîne une passe libre à 2m à l'intérieur dans l'axe du coup de pied

## COMPÉTENCES

**Passer :** Regarder la cible et pousser le ballon vers la cible, avec les mains qui suivent jusqu'à la cible

**Évitement :** Changer de direction ou de vitesse pour éviter d'être touché

**Botter:** lâcher sur le pied, la pointe du pied pointant vers la cible

## PRISE DE DÉCISION

**Comment déjouer un adversaire:** utiliser l'esquive et la passe pour désorganiser un défenseur

**Attaque :** avancer dans l'espace, pénétrer la ligne de défense, recycler le ballon à partir du plaquage-touche, gérer le territoire

**Défense :** priver les attaquants de temps et d'espace, récupérer le ballon en effectuant sept plaquages-touchés ou en interceptant le ballon

**Jeu arrêté :** exploiter les espaces des mêlées et des alignements

## CONNAISSANCES

**Lien avec le rugby à XV:** en attaque, le rugby consiste à aller de l'avant là où il n'y a pas de défenseurs, de sorte que le Rugby T1 favorise la transmission du ballon dans l'espace et, en cas de plaquage-touche, favorise les équipes qui se réorganisent et jouent rapidement

## VALEURS

**Travail d'équipe:** jouer pour toute l'équipe

**Respect:** valoriser toutes les personnes impliquées

**Plaisir:** jouer pour apprécier le jeu

**Discipline:** être honnête, loyal et respecter les règles

**Esprit sportif:** jouer pour gagner mais pas à n'importe quel prix

## VOCABULAIRE CLÉ

**Passer:** faire circuler le ballon d'un joueur à l'autre

**Plaquage-touché :** touchéon agressif sur le porteur du ballon, en dessous de l'épaule

**Triangle de plaquage:** trois défenseurs impliqués dans le plaquage

**En-avant:** le ballon tombe vers l'avant

**Marquer:** un essai qui vaut un point

**En jeu :** après un plaquage-touché, en étant plus proche de sa ligne de but que du triangle de plaquage, derrière le pied arrière du triangle de plaquage

**Mêlées :** trois joueurs liés ensemble se tiennent face à trois joueurs liés de l'autre équipe

## RÈGLES

**Passer:** ne doit pas se faire vers l'avant, c'est-à-dire vers la ligne de but où l'on veut marquer Les passes en avant et en-avants conduisent à une mêlée

**Plaquage-touché :** doit se faire en dessous des épaules, menant à un triangle de plaquage

**Passé courte :** après un plaquage-touché, le porteur du ballon rend le ballon et l'attaquant suivant doit le saisir et faire une passe ou un coup de pied dans les trois pas

**Comment marquer:** en possession du ballon, le plaquer au sol après la ligne de but

**Botter:** peut botter n'importe où, mais les joueurs ne peuvent pas se disputer le ballon en l'air Tout coup de pied qui va directement en touche entraîne une passe libre à 2m à l'intérieur dans l'axe du coup de pied

## COMPÉTENCES

**Passer :** Regarder la cible et pousser le ballon vers la cible, avec les mains qui suivent jusqu'à la cible

**Évitement :** Changer de direction ou de vitesse pour éviter d'être touché

**Botter:** lâcher sur le pied, la pointe du pied pointant vers la cible

## PRISE DE DÉCISION

**Comment déjouer un adversaire:** utiliser l'esquive et la passe pour désorganiser un défenseur

**Attaque :** avancer dans l'espace, pénétrer la ligne de défense, recycler le ballon à partir du plaquage-touche, gérer le territoire

**Défense :** priver les attaquants de temps et d'espace, récupérer le ballon en effectuant sept plaquages-touchés ou en interceptant le ballon

**Jeu arrêté :** exploiter les espaces des mêlées et des alignements

## CONNAISSANCES

**Lien avec le rugby à XV:** en attaque, le rugby consiste à aller de l'avant là où il n'y a pas de défenseurs, de sorte que le Rugby T1 favorise la transmission du ballon dans l'espace et, en cas de plaquage-touche, favorise les équipes qui se réorganisent et jouent rapidement

## VALEURS

**Travail d'équipe:** jouer pour toute l'équipe

**Respect:** valoriser toutes les personnes impliquées

**Plaisir:** jouer pour apprécier le jeu

**Discipline:** être honnête, loyal et respecter les règles

**Esprit sportif:** jouer pour gagner mais pas à n'importe quel prix