Rideau haut avance controlee

Rugby • Collège 4e/3e • CA4

Objectif

Monter ensemble pour bloquer les porteurs

But

Conceder 4 franchissements max en 6 min

Thème

Défendre en avançant et en limitant la progression adverse

Organisation et rôles

Deux equipes et 1 arbitre-chronometreur; inversion roles toutes les 6 min — 9 élèves, dont 8 en action et 1 observateurs.

Sécurité

Jeu au toucher niveau poitrine, pas de plaquage, zones degagees

Consigne

Zone 30x20 m. 4 attaquants contre 4 defenseurs. A chaque remise en jeu, la ligne defensive doit monter des que la passe part. Un franchissement vaut 1 point pour l attaque. Victoire si la defense concede 4 points ou moins en 6 min.

Critères de réalisation

- Monter ensemble a l impulsion de passe
- Garder epaules face au jeu
- Parler pour glisser

Critère de réussite

≤ 4 franchissements en 6 min

Matériel

12 plots, 1 ballon, 1 chronometre

Variables de différenciation

- Terrain 25–35 m
- Toucher une main ou deux mains
- Durée 5–8 min