Montée défensive à 2

Rugby • Lycée Seconde/Première • CA4

Objectif

Coordonner la montée défensive par binôme

But

Arrêter 4 attaques sur 6

Thème

Organiser une défense collective (montée, glissée, cadrage)

Organisation et rôles

Binômes changeants toutes les 3 actions. — 4 élèves, dont 4 en action et 0 observateurs.

Sécurité

Plaquage simulé ou toucher au buste uniquement.

Consigne

2 défenseurs face à 2 attaquants. Les défenseurs doivent monter ensemble et fermer l’espace.

Critères de réalisation

- Montée simultanée
- Communication entre défenseurs
- Fermeture de l’intervalle

Critère de réussite

≥ 4 arrêts sur 6

Matériel

1 ballon, 6 plots

Variables de différenciation

- Largeur 8–12 m
- Distance départ 5–8 m
- Nb répétitions 6–10