Montée en ligne 3c3

Rugby • Lycée Seconde/Première • CA4

Objectif

Maintenir une ligne défensive en 3 contre 3

But

Limiter les franchissements à 2 sur 8 attaques

Thème

Organiser une défense collective (montée, glissée, cadrage)

Organisation et rôles

Groupes de 6, rotation après 4 attaques. — 6 élèves, dont 6 en action et 0 observateurs.

Sécurité

Contacts limités, plaquages simulés.

Consigne

3 attaquants face à 3 défenseurs. Les défenseurs doivent avancer alignés et glisser sur les passes.

Critères de réalisation

- Alignement constant
- Glissade coordonnée
- Communication entre joueurs

Critère de réussite

≤ 2 franchissements sur 8 attaques

Matériel

1 ballon, 8 plots

Variables de différenciation

- Largeur 12–18 m
- Nb passes max 3–5
- Durée séquence 4–6 s