

Le Challenge du Petit Treize

*"Des enfants bien dans
leur corps, bien dans leur vie"*



SOMMAIRE

Le Rugby à XIII: Une vraie leçon de vie...

Le Challenge Petit Treize, c'est quoi?

Témoignages et articles du Challenge Petit Treize

Le Projet Pédagogique

Le Cycle d'initiation :

Séance 1

Séance 2

Séance 3

Séance 4

Séance 5

Séance 6

Jeux de mise en train

Jeux de lutte

FÉDÉRATION FRANÇAISE DE RUGBY À XIII

Exercices de remédiations à Petit Treize:

Le placage

La passe

Le tenu

Règles du jeu, Règlement, Feuille d'engagement

Les Conseillers Techniques à contacter



Le Rugby à XIII: Une vraie leçon de vie



Fondamentalement lié à des notions importantes comme le **respect d'autrui**, la **convivialité**, le **sens de l'effort**, le **RUGBY à XIII** s'associe également aux valeurs primordiales que sont l'**HYGIENE DE VIE ET LA SANTE**.

Le **RUGBY à XIII** par le **CHALLENGE DU PETIT XIII** se positionne comme un moyen éducatif fort auprès des enfants.

Le « Challenge du Petit XIII » constitue donc pour les petits rugbymen qui y participeront, une véritable **leçon de vie sur le plan sportif, social mais aussi sur le plan personnel**.

LA NOTION DE RESPECT D'AUTRUI

Sport d'équipe par excellence, fondé sur l'organisation du groupe, la poursuite d'un objectif commun, le respect d'autrui, le sens de la solidarité, le RUGBY à XIII est source d'émotions partagées avec les partenaires, les adversaires, les arbitres et leur environnement.

LES VALEURS SANS CESSE REAFFIRMEES

Le **Rugby à XIII** développe ainsi chez ses pratiquants le goût de l'effort, de la loyauté, du respect. Les qualités physiques, techniques et mentales qu'il demande, constituent une véritable **école de vie**. Il véhicule les notions de courage et d'abnégation, met en valeur l'égalité des chances, en offrant à tous la possibilité de pratiquer ce sport, quel que soit son physique, son sens tactique, son âge ou ses qualités physiques.

LA SÉCURITÉ : PROTECTION, ANTICIPATION, PRÉVENTION.

Le « tenu », règle spécifique du **Rugby à XIII**, diminue les risques physiques. Il y a moins de blessures. L'importance de la technicité, l'engagement contrôlé font de ce sport, un jeu plus sécurisé. Grâce à ses règles strictes, le joueur est protégé, il peut anticiper.

MA SANTÉ, MA VIE, JE JOUE XIII RUGBY !

Au cours du cycle d'apprentissage et des tournois, les problèmes liés à la santé et à l'hygiène de vie seront abordés autour des questions telles que :

- Comment prendre soin de mon corps, me sentir bien dans mon corps grâce au Rugby à XIII
- Comment trouver un équilibre entre performance sportive et alimentation
- Comment mettre en pratique les conseils diététiques que j'ai reçus.

Un joueur International ou d'Elite pourra évoquer avec les enfants son **HYGIENE DE VIE** : son entraînement, sa vie de sportif de haut niveau, son alimentation...



Le Challenge Petit Treize, c'est quoi ?



La Fédération Française de Rugby à XIII organise tous les ans un challenge de rugby à XIII en dehors du temps scolaire. Baptisé « **Le Challenge du Petit Treize** », il s'adresse à des enfants scolarisés en cycle 3 (CE2, CM1 et CM2).

OBJECTIFS

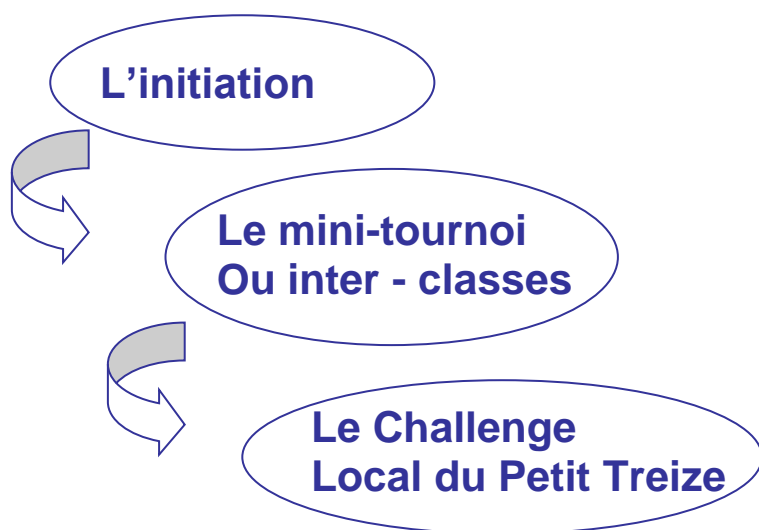
Sensibiliser les enseignants, les responsables de centres de loisirs et de centres sociaux, les enfants et leur famille au rugby à XIII.

Mettre en avant les valeurs éducatives et pédagogiques de ce sport.

Favoriser la passerelle entre l'école et le club.

LE PRINCIPE

Il est proposé 4 étapes :



L'INITIATION

Au sein des écoles, l'initiation est menée par les enseignants. Ils peuvent bénéficier du soutien technique d'éducateurs de la Fédération Française de Rugby à XIII et matériel, pour mettre en place des cycles de formation de 3 à 6 séances auprès d'enfants de CE2, CM1 et CM2.

Il en est de même dans les centres de loisirs et les centres sociaux.

Chaque enfant reçoit un **passoport** sur lequel sera validée sa participation aux différentes étapes du Challenge.

LE MINI-TOURNOI ou INTER-CLASSES

Après les séances de formation, un mini-tournoi est organisé au sein de la structure en fonction du nombre de classes ou d'équipes engagées dans le projet.

Les équipes sont obligatoirement mixtes.

LE CHALLENGE LOCAL

Toutes les structures qui ont mis en place une initiation peuvent constituer des équipes pour participer au challenge local.

Organisé par une ligue régionale ou un comité départemental, le challenge local rassemble des équipes mixtes (présence d'au moins une fille ou un garçon), de 7 joueurs minimum.

Les enfants sont encadrés par des enseignants bénévoles ou/et des parents, éducateurs qui devront se munir des autorisations parentales. Un exemplaire type sera fourni par la Fédération Française de Rugby à XIII.



Le Projet Pédagogique



Le rugby à XIII est un sport collectif de contacts et d'évitement, dont le but est de marquer un essai en portant le ballon et/ou en faisant une passe arrière à un partenaire mieux placé.

La forme du ballon, l'espace arrière, la conservation de la balle par chances successives, lui confère l'originalité d'une activité aux règles simples, à la portée de tous les enfants, filles et garçons.

Au plan scolaire, il entre dans le domaine des activités de coopération et d'opposition.

SA SPÉCIFICITÉ : LE TENU

Le rugby à XIII permet au joueur plaqué au sol, ou bloqué debout, de garder le ballon et de le remettre en jeu pour son équipe par un geste technique que l'on appelle **le tenu**.

Chaque équipe en possession du ballon a droit à 6 tenus consécutifs.

Cette règle, essence même du jeu, permet de répondre de façon nouvelle aux enjeux de la formation.

SES VALEURS ÉDUCATIVES :

C'est lors des séances d'initiation au rugby à XIII que les enfants vont pouvoir montrer qu'ils sont capables de s'engager lucidement dans l'action, en toute sécurité et en choisissant des stratégies adaptées tout en contrôlant leurs émotions.

L'approche pédagogique du rugby à XIII doit permettre aux enfants de formuler un projet d'action, de les aider à le mettre en place tout en les engageant sur le résultat. Les critères observables permettront de mesurer les progrès réalisés et d'apprécier les effets de l'activité sur leur éducation.

Cette APS est un support qui permet aux élèves d'appliquer et construire des principes de vie collective grâce à leur adhésion aux règles, à l'écoute et au respect des autres ou tout simplement à leur coopération à un projet collectif, facteur d'intégration social.

Comme tous les sports collectifs, le rugby à XIII mobilise chez l'élève des ressources :

Bio affective (l'affrontement, connaissance et amélioration de ses capacités mentales)

Bio énergétique (endurance, vitesse, force)

Bio informationnelle (repérer et traiter des informations relatives à l'espace, aux autres, à la trajectoire du ballon...).

Comme tous les sports collectifs, le rugby à XIII mobilise chez l'élève des habilités motrices :

- Passer un ballon
- Recevoir un ballon
- Réceptionner un ballon
- Ramasser un ballon
- Botter un ballon
- Jouer un tenu
- Plaquer le porteur du ballon
- Garder le contrôle du ballon lors du plaquage
- Esquiver
- Varier la vitesse et l'orientation de ses courses
- Marquer un essai
- Pousser, tirer, stopper le porteur du ballon

Comme tous les sports collectifs, le rugby à XIII mobilise chez l'élève des apprentissages spécifiques:

- Dans la réalisation :

- Courir avec le ballon vers le but adverse en évitant les adversaires
- Passer le ballon vers son propre camp tout en courant
- Se déplacer dans un espace libre pour avoir le ballon
- Contrôler la réception du ballon sur une passe ou un coup de pied tout en courant
- Courir puis poser le ballon au sol pour marquer un essai
- Ramasser un ballon qui rebondit après un coup de pied
- Restituer le ballon après le plaquage afin d'assurer la continuité du jeu
- S'organiser et contrôler le ballon qui est talonné avec le pied pour éventuellement la passer
- Organiser sa vitesse de course et son déplacement pour stopper le porteur du ballon



- Dans la compréhension :

- Repérer et sélectionner la forme de jeu la plus adaptée par rapport au placement et déplacement des partenaires et des adversaires
- Repérer et sélectionner des informations en tant qu'attaquant mais aussi défenseur relatives aux espaces libres
- Repérer et sélectionner des informations par rapport aux trajectoires et à la vitesse du déplacement du ballon
- Repérer et anticiper les signaux amenant le « tenu »
- Analyser et traiter les probabilités d'orientation et de forme de jeu en cohérence avec les règles du jeu

- Dans le comportement :

- Participer à l'ensemble des tâches motrices
- Participer à l'élaboration et au respect d'un projet collectif visant à contrer les adversaires
- Participer à la mise en place de règles de fonctionnement et de communication et les appliquer
- Accepter et respecter les règles du jeu
- Accepter et respecter les partenaires, adversaires et arbitres
- Maîtriser et doser son engagement physique

MAIS... Il favorise aussi d'autres notions plus transversales :

Égalité des chances : quand les 6 tenus permis à l'équipe attaquante sont consommés, l'autre équipe en bénéficie à son tour.

Droit à l'erreur : Un joueur qui ne parvient pas à avancer ou à passer le ballon ne pénalise pas son équipe pour autant puisqu'il peut conserver le ballon.

Participation de tous : la clarté et la sécurité engendrées par le tenu permettent à tous d'être acteur du jeu (filles, garçons, petits, grands...)

Expression individuelle : la « chance » permise par le tenu va inciter la prise de risque, encourager l'entreprise individuelle et entraîner l'affirmation de soi.

SON INTÉRÊT PÉDAGOGIQUE :

L'entrée dans l'activité est facilitée par **la simplicité des règles**.

Le jeu est clair et facile à diriger : Espaces offensifs et défensifs nettement délimités. Pas d'entassements dangereux.

Les progrès sont rapides : Le tenu offre le temps aux équipes de se réorganiser, et il permet à l'élève d'adapter l'action à sa vitesse de traitement de l'information (**pédagogie de la réussite**).

Le plaisir du jeu est immédiat : Bon équilibre entre qualités physiques et intelligence de jeu.

ENTRER FACILEMENT DANS L'ACTIVITÉ RUGBY À XIII :

Ce qui est possible pour les attaquants :

- ➔ Le porteur de balle peut :
 - Courir en tous sens.
 - Passer la balle en arrière de sa position (vers son camp).
 - Conserver la balle s'il est plaqué ou/et immobilisé : c'est le « tenu ».
 - Réaliser le tenu en posant le ballon au sol et en le jouant avec le pied vers l'arrière pour un partenaire.
- ➔ Les partenaires peuvent :
 - Recevoir la balle s'ils sont entre le porteur et leur ligne de but (s'ils sont devant, ils sont hors-jeu).

Ce qui est possible pour les défenseurs :

- Attraper (au-dessous des épaules), mettre au sol uniquement le porteur de la balle.

LE TENU



J'ai le ballon
Je suis immobilisé
par l'adversaire

PLAQUÉ AU SOL
Le ballon ou le bras
qui le tient a touché le sol

PLAQUÉ DEBOUT
Je ne peux plus
passer le ballon

Tenu

Je me relève pour
effectuer le tenu pendant
que mes adversaires reculent à 5 m



CYCLES D'INITIATION

6 Séances Jeu de mise en train Jeux de lutte



SEANCE 1

Principe : Construction collective des règles minimales du jeu.

Situation 1 : Déposer le ballon derrière la ligne adverse ⇒ marquer l'essai.

B			A		
		7			
	O		X		X
				X	
	O		X		X
	O	O	X		X

Consignes :

⇒ Les joueurs qui n'ont pas le ballon peuvent :

- Arrêter un joueur adverse avec le ballon l'immobiliser au sol,
- Recevoir le ballon d'un partenaire qui fait une passe avant d'être bloqué,
- Pousser le porteur du ballon en touche.

⇒ Le joueur qui a le ballon peut :

- Faire une passe à un partenaire qui n'a pas le ballon,
- Conserver la balle au sol, même s'il est tenu (mais il ne marque pas de point).
- Une balle qui est lâchée par un joueur peut être ramassée par un partenaire ou un adversaire et le jeu continue.

1) **Mêmes consignes, mais toutes les passes qui se font entre partenaires doivent être faites vers son camp (en arrière du porteur de balle).**

2) **Un seul ballon pour les deux équipes : lorsqu'un joueur tombe à terre ou lorsqu'il est bloqué avec le ballon, introduire la manière de remettre en jeu la balle = LE TENU.**

Situation de référence « Match » : Avancer vers le but pour marquer un essai en évitant les défenseurs en barrage.

Consignes :

⇒ Connaître et appliquer les règles apprises.

B			A		
	O		X		X
				X	
	O		X		X
	O	O	X		X

SÉANCE 2

Principe : Elaborer une réponse individuelle vers une réponse collective.

Situation : Le bérét

1) Avancer vers le but pour marquer un essai en évitant son défenseur en barrage.

B		A	
O 2			X1
O 1			X3
O 3			X4
O 4			X5
O 5			X6
O 6			X7
O 7			X2

Consignes :

⇒ Chaque joueur a un numéro. L'éducateur appelle un numéro et envoie le ballon à droite ou à gauche pour désigner qui est attaquant et qui est défenseur. Il s'agit de porter le ballon dans le camp adverse.

⇒ Les joueurs qui n'ont pas le ballon peuvent :

- Arrêter un joueur adverse avec le ballon et l'immobiliser au sol,
- Recevoir le ballon d'un partenaire qui fait une passe avant d'être bloqué,
- Pousser le porteur du ballon en touche.

⇒ Le joueur qui a le ballon peut :

- Faire une passe à un partenaire qui n'a pas le ballon,
- Conserver la balle quand il est plaqué et jouer le tenu pour son coéquipier pour continuer le jeu.

1) **Mêmes consignes, mais en appelant plusieurs joueurs, toutes les passes qui se font entre partenaires doivent être faites vers son camp (en arrière du porteur de balle) et les joueurs plaqués doivent effectuer le tenu pour continuer le jeu et essayer de marquer.**

- **Situation de référence « Match » :** Avancer vers le but pour marquer un essai en évitant les défenseurs en barrage.

Consignes :

⇒ Connaître et appliquer les règles apprises

B		A	
O	O	X	X
	O	X	
O	O	X	X
O	O	X	X

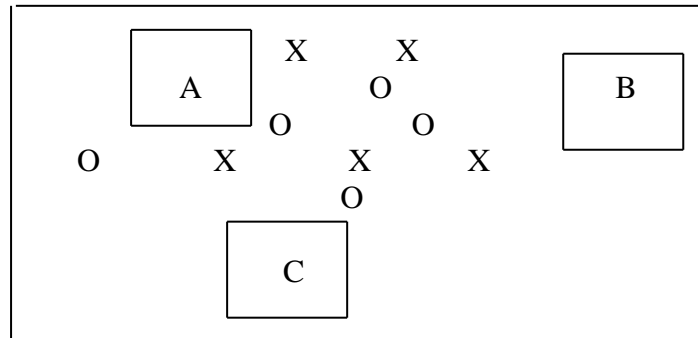
SEANCE 3

Principe : Accepter et dédramatiser le contact

Situation : La chasse

1) Empêcher les attaquants de rentrer dans la zone C.

2 équipes de 7 joueurs, 10 ballons dans la réserve, terrain de 30X20



Consignes :

⇒ Les attaquants (O) récupèrent les ballons dans A et B et les défenseurs (X) peuvent intervenir qu'à partir de ce moment-là. Quant le joueur est bloqué ou sort du rectangle, le ballon est perdu.

⇒ Les joueurs qui n'ont pas le ballon peuvent :

- Faire opposition avec leur corps pour bloquer l'attaquant,
- Recevoir le ballon d'un partenaire qui fait une passe avant d'être bloqué,
- Pousser le porteur du ballon en touche.

⇒ Le joueur qui a le ballon peut :

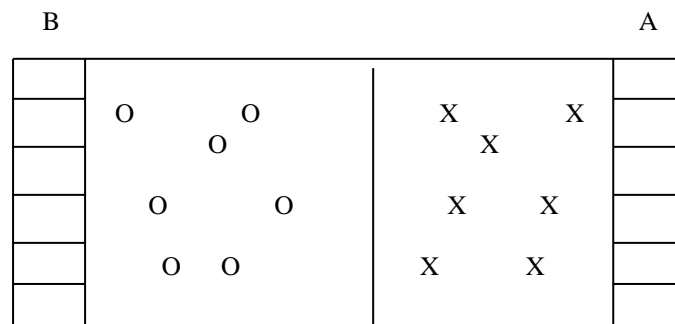
- Rentrer dans les zones A, B et C,
- Marquer des essais en C,
- Transporter un seul ballon à la fois

2) Mêmes consignes, les défenseurs doivent immobiliser, amener au sol (placage). Vous pouvez faire varier la dimension du rectangle et celle de C, modifier l'emplacement géographique des zones

Situation de référence « Match » : Jouer avec toutes les règles.

Consignes :

⇒ Connaître et appliquer les règles apprises



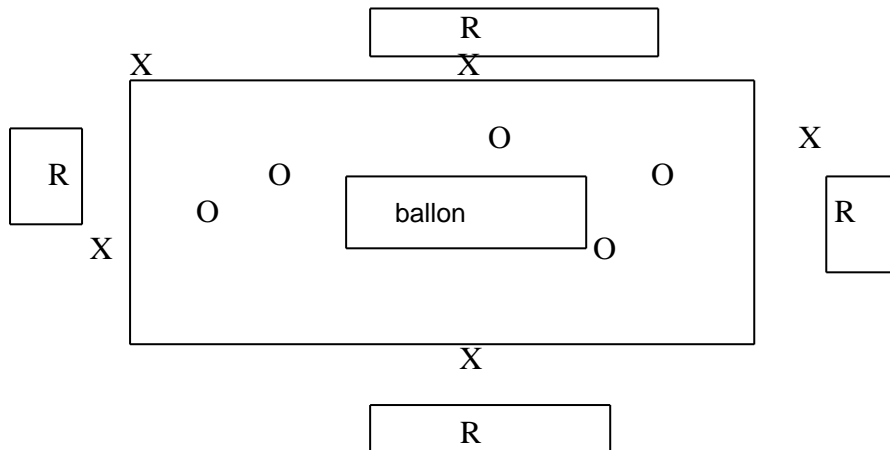
SEANCE 4

Principe : s'opposer ou affronter l'adversaire

Situation : Le déménagement

1) Amener le maximum de ballons dans les réserves, les défenseurs les en empêchent.

2 équipes de 5 joueurs, 5 ballons dans chaque zone A et B, 3 zones dans un rectangle



Consignes :

⇒ Les attaquants (O) doivent amener le maximum de ballons dans les réserves (R). Les défenseurs (X) doivent les en empêcher.

⇒ Les joueurs qui n'ont pas le ballon peuvent :

- Immobiliser, ceinturer, plaquer
- Les X ne rentrent pas dans le rectangle.

⇒ Le joueur qui a le ballon peut :

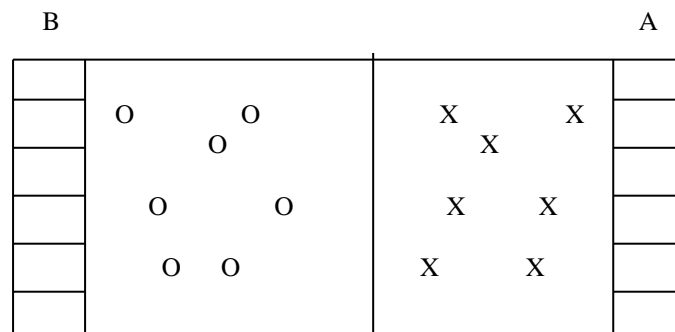
- Circuler dans toutes les zones,
- Marquer des essais dans les réserves,
- Transporter un seul ballon à la fois.

2) Mêmes consignes, mais vous pouvez faire varier le nombre de réserves, la zone de défense : sur 3 faces, 2 faces puis une seule, le nombre de joueurs et le temps de jeu : de 3 à 5 mn.

Situation de référence « Match » : Jouer avec toutes les règles.

Consignes :

⇒ Connaître et appliquer les règles apprises



SEANCE 5

Principe : La passe, une réponse collective pour marquer dans la cible

Situation : L'épervier modifié

1) Marquer ou faire marquer.

Plusieurs groupes de 2 attaquants (O avec un ballon *) pour un défenseur (X, épervier).

O O*	X	E
O O*	X	N
O O*	X	B
O O*	X	U
O O*	X	T

Consignes :

⇒ Le premier attaquant (O) doit marquer. S'il se sent attrapé et avant d'être plaqué, pour se libérer, il doit faire une passe à son partenaire. Si un attaquant ne peut plus avancer, donner le ballon, ou commet une faute ou perd le ballon, il devient épervier. Le défenseur doit les en empêcher.

⇒ Les joueurs éperviers peuvent:

- Immobiliser, ceinturer, plaquer
- Pousser le porteur du ballon en touche.

⇒ Le joueur qui a le ballon peut :

- Marquer des essais dans l'en but,
- Faire des passes avant ou après le contact du défenseur,
- Se repositionner en soutien derrière son partenaire qui est le nouveau porteur de balle.

⇒ Le joueur partenaire en soutien :

- Se positionne en soutien derrière son partenaire, porteur de balle, et n'a pas le droit de le dépasser.
- Marquer des essais dans l'en but.

2) Mêmes consignes, mais vous pouvez varier les dimensions du terrain (délimiter des couloirs de jeu), le nombre de joueurs attaquants par groupe et le nombre d'épervier.

Situation de référence « Match » : Jouer avec toutes les règles.

Consignes :

⇒ Connaître et appliquer les règles apprises.

B		A
	O	X
		X
	O	X
	O	X
	O	X

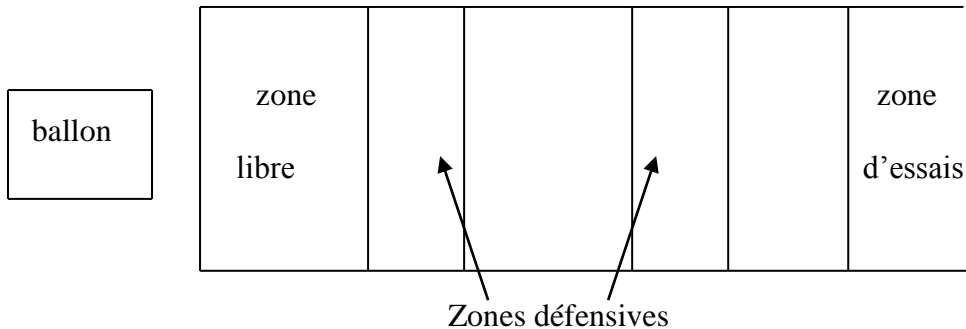
SEANCE 6

Principe : Conserver la balle par les chances successives (le tenu). Mettre en place une stratégie de défense.

Situation : La muraille

1) S'organiser offensivement et défensivement.

2 équipes de 7 joueurs, 10 ballons dans la réserve, terrain de 30X20.



Consignes :

⇒ Les défenseurs se répartissent dans les zones défensives. Les attaquants prennent un ballon et en 3 tenus (possible uniquement dans les zones défensives), avec des passes arrières, doivent aller dans la zone d'essai. Changer de rôle après 10 ballons.

⇒ Les joueurs défenseurs peuvent :

- Immobiliser, ceinturer, plaquer
- Pousser le porteur du ballon en touche.

⇒ Le joueur qui a le ballon peut :

- Marquer des essais dans l'en but
- Jouer le tenu quand il est plaqué
- Faire des passes en arrière
- Se repositionner en soutien derrière ses partenaires après la passe ou le tenu.

⇒ Le joueur partenaire en soutien :

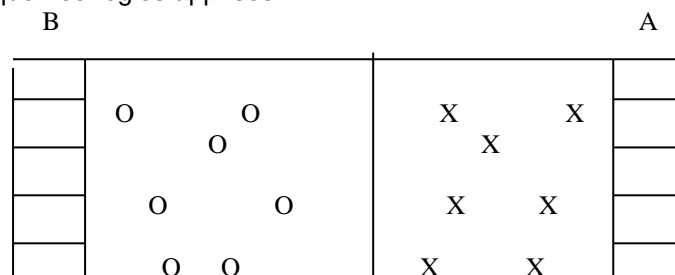
- Se positionne en soutien derrière son partenaire, porteur de balle
- Se positionne derrière le joueur qui joue le tenu
- Marquer des essais dans l'en but.

2) Mêmes consignes, mais vous pouvez faire varier le nombre de défenseurs par zone, obliger à occuper une des deux zones, limiter le temps pour rester dans les zones neutres, diminuer la taille des zones défensives, mettre une seule zone défensive.

Situation de référence « Match » : Avancer vers le but pour marquer un essai, en évitant les défenseurs en barrage en tenant le ballon à deux mains.

Consignes :

⇒ Connaître et appliquer les règles apprises.



JEU DE MISE EN TRAIN

Objectif : Mise en activité fonctionnelle.

Principe : réveil musculaire et augmentation progressive du rythme cardiaque.

⇒ **Situation avec un ballon par enfant :**

- courir avec le ballon droit en faisant des virages
- lancer le ballon (à la main, au pied) et le rattraper
- poser le ballon à un signal et le ramasser.

⇒ **Situation avec un ballon pour deux enfants :**

- un enfant pose le ballon, l'autre le ramasse
- faire des passes en étant immobiles
- faire des passes en se déplaçant (sans obligation de passe en arrière)
- un enfant envoie un petit coup de pied, l'autre doit le récupérer.

⇒ **Situation avec un ballon pour trois enfants :**

- l'enfant tombe au sol à un signal, joue un tenu pour le deuxième qui fait une passe au troisième.

⇒ **Situation avec un ballon pour cinq enfants :**

- passe à 5 ou à 10.

JEUX DE LUTTE

Objectifs : Se familiariser avec le jeu et dédramatiser le contact.

⇒ **Situation 1 :**

- *Descriptif* : Tapis ou terrain herbeux de 2X2m.
- *But* : Conserver le ballon pendant 1 minute.
- *Consignes* : Un joueur A a le ballon et doit le conserver 1 minute alors que B essaie de lui prendre.

⇒ **Situation 2 :**

- *Descriptif* : Tapis ou terrain herbeux de 2X2m.
- *But* : Conserver le ballon et l'amener hors de la zone en 1 minute maximum.
- *Consignes* : A a le ballon, B doit l'empêcher de sortir de la zone.

⇒ **Situation 3 :**

- *Descriptif* : Tapis ou terrain herbeux de 2X2m
- *But* : B doit faire sortir A de la zone
- *Consignes* : Le joueur A a le ballon, le joueur B doit le faire sortir de la zone.

Exercices de remédiation:

Le Placage

La Passe

Le Tenu

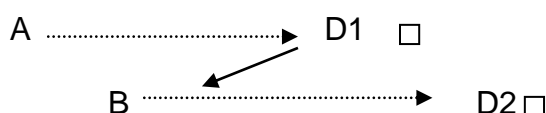


LE PLACAGE INDIVIDUEL

⇒ Placages Educatifs: Initiation à 2

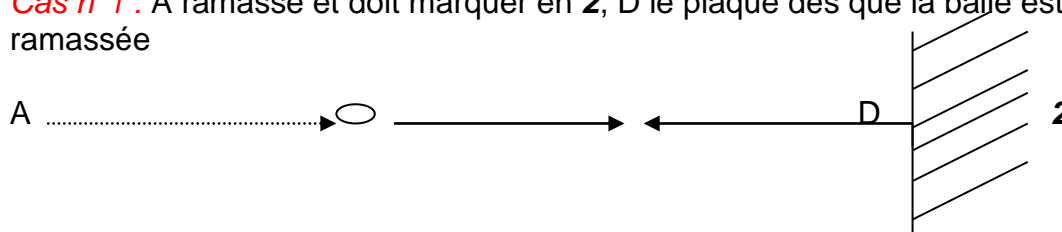
A porteur de balle debout, D à genoux
 A marche vers D à genoux (D plaque en positionnant correctement les épaules et la tête)
 A marche vers D accroupi (D = idem)
 A marche vers D debout (D = idem)
 A court vers D debout (D = idem)

⇒ Défense d'une balise : A et B sont les attaquants

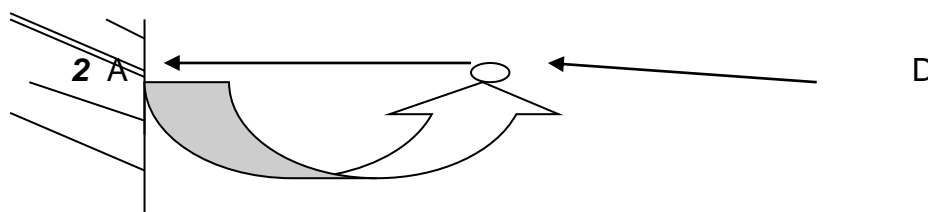


⇒ Ramasse ballon et marque essai : placages divers

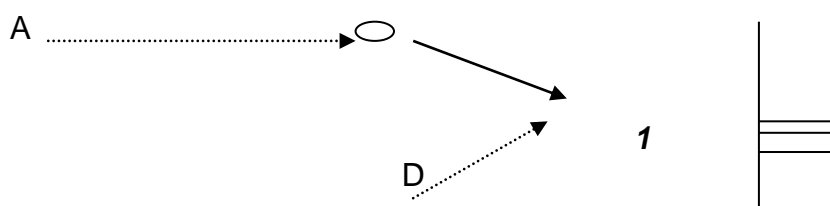
Cas n°1 : A ramasse et doit marquer en 2, D le plaque dès que la balle est ramassée



Cas n°2 : A ramasse et retourne en 2, D = idem



Cas n°3 : A marque en 1 et D est sur le côté



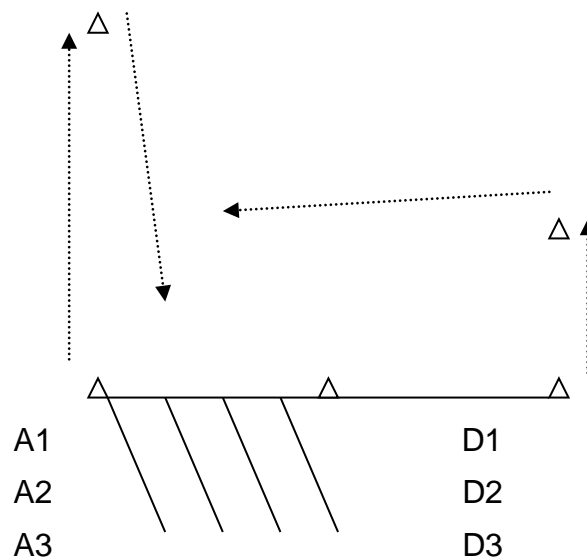
⇒ **Jeu à 1 contre 1 : Terrain 2 x 2 m**

Cas n°1 : A a le ballon et D doit l'empêcher de sortir de la zone.

Cas n°2 : A a le ballon et D doit le faire sortir de la zone.

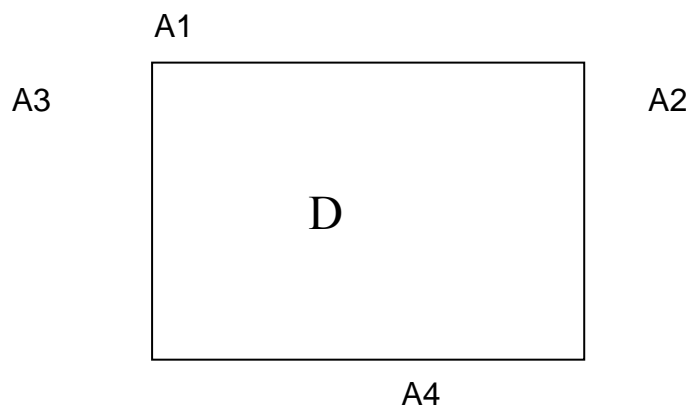
⇒ **Placage divers : 1/1**

A1 reçoit le ballon de l'entraîneur, contourne le plot et doit marquer dans la zone délimitée. D1 le plaque. Variantes : raccourcir ou allonger la distance à parcourir pour D pour faire varier les placages. Changer ou agrandir la zone de marque pour mettre plus d'incertitude chez le défenseur.



⇒ **Placage divers :**

8 A numérotés, un D qui ignore les numéros dans un carré de 4X4. A l'appel d'un numéro, celui ci traverse pour aller en face uniquement.

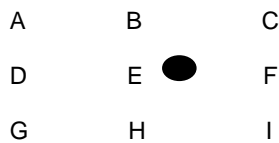


LA PASSE

⇒ **Relais de passe ou horloge** : Passer le ballon correctement à un partenaire en position arrêtée, et attraper le ballon en position arrêtée.

- E a le ballon.
- Au signal, il le passe au joueur de son choix (A,B,C...)
- Le ballon doit alors faire un tour du carré et revenir à E.

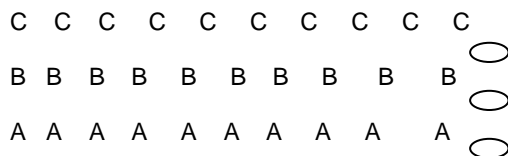
Faire une compétition de vitesse entre plusieurs carrés :



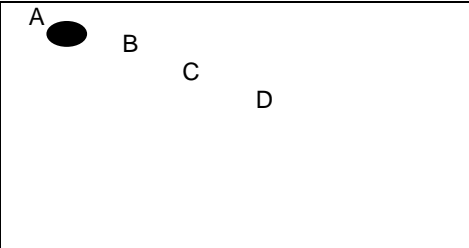
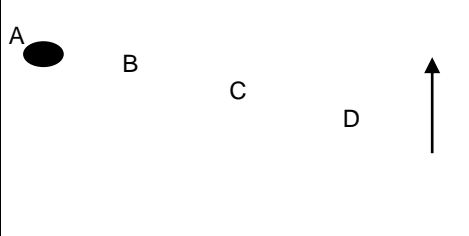
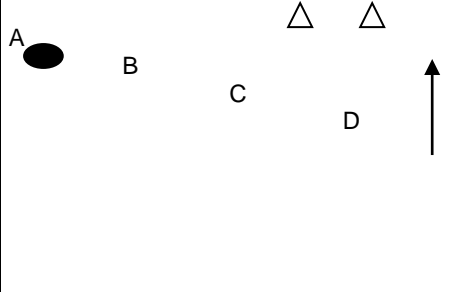
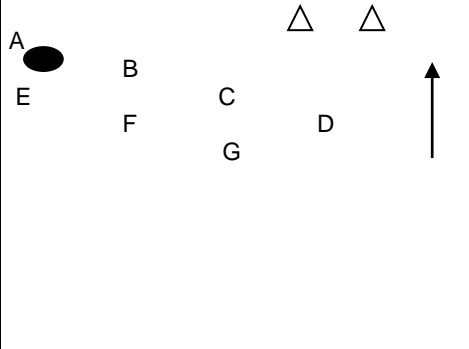
⇒ **Faire une passe à un partenaire arrêté et recevoir le ballon en position arrêtée** :

- 3 équipes s'affrontent
- Au signal, chaque élève fait une passe pour son partenaire à côté de lui
- Lorsque le ballon arrive au dernier au bout de la chaîne, il vient en courant se placer en 1^{ère} position.
- Pendant ce temps là, ses partenaires se décalent d'un cran.

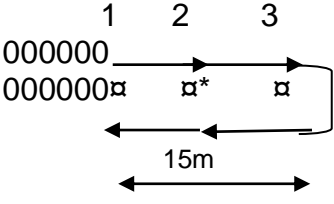
L'équipe qui revient en position de départ le plus rapidement aura gagné.

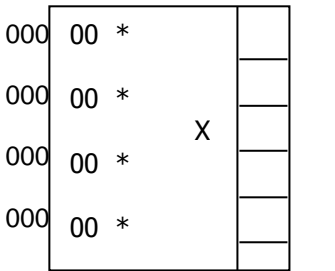


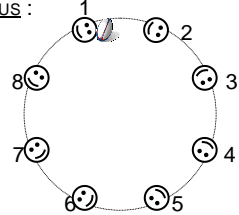
⇒ Apprentissage de la passe arrière:


<ul style="list-style-type: none"> - Apprentissage de la passe vers l'arrière 		<ul style="list-style-type: none"> - A, B, C se passent le ballon vers l'arrière jusqu'à D. - Quand D a le ballon, tous les élèves font un quart de tour sur la droite. - D se retrouve alors le 1^{er} passeur et renvoie le ballon vers A.
<ul style="list-style-type: none"> - Découverte de la passe vers l'arrière en mouvement - Remplacement en arrière du porteur du ballon 		<ul style="list-style-type: none"> - A avance en marchant avec le ballon, puis passe le ballon vers l'arrière à B, qui le passe à C, puis D. - Quand D a le ballon, il se retourne et tous les autres doivent se replacer derrière lui pour refaire l'exercice dans l'autre sens.
<ul style="list-style-type: none"> - Découverte de la passe vers l'arrière en courant - Passer le ballon pour un partenaire afin de la placer en position de marquer 		<ul style="list-style-type: none"> - 2 lignes en opposition. - A avance en courant avec le ballon, puis passe le ballon vers l'arrière à B, qui le passe à C, puis D. - Quand D a le ballon, il doit marquer entre les plots avant l'autre ligne.
<ul style="list-style-type: none"> - Passer rapidement le ballon vers l'arrière en courant pour un partenaire 		<ul style="list-style-type: none"> - A, B, C et D sont les attaquants (avec les ceintures) et E, F, G les défenseurs. - Au signal, les attaquants se passent rapidement le ballon pour que D puisse marquer un essai entre les plots. - Les défenseurs au signal, ont pour but d'arracher le foulard au porteur du ballon placé devant eux avant qu'il ne passe la balle.

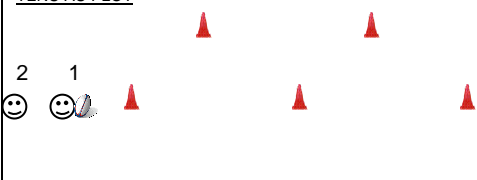
LE TENU

<p>Exercice</p> <p>Relais + Tenu</p>	<p>Se déplacer en portant le ballon.</p> <p>Réaliser un geste technique : le tenu.</p>	 <p>Travail sur 2 ateliers</p> <p>A chaque passage, changer de rôle.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Partir à 2, le 1^{er} ramasse le ballon à coté du 2^{eme} plot - Entre le 2^{eme} et le 3^{eme} plot, il fait une roulade puis réalise un tenu lorsqu'il se relève - Le 2nd ramasse le ballon et contourne le 3^{eme} plot, puis il aplatit le ballon au 2^{eme} plot.
--	--	---	---

<p>Situation pédagogique</p> <p>Le Barrage</p> <p>15m sur 30m</p>	<p>Avancer vers le but pour marquer un essai en évitant les défenseurs en barrage.</p> <p>Réaliser un geste technique : le tenu</p> <p>Réaliser un choix tactique et un geste technique : la passe.</p>	 <p>Variable : nombre de défenseurs X.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - 1 ballon pour 2, au signal, le premier 0 ramasse le ballon et tente d'aller marquer. - X doit s'opposer aux attaquants en les touchant à deux mains. - Si un 0 est touché, il joue un tenu pour le 0 qui est parti avec lui. Il tente à son tour de marquer. 1 seul tenu autorisé. La passe est autorisée.
--	---	--	--

<p>EXERCICE :</p> <p>Réaliser un tenu réceptionner un ballon derrière un tenu se positionner par rapport au tenu</p>	<p>LE CERCLE DE TENUS :</p> 	<p>Le joueur 1 a le ballon à 2 mains il exécute un tenu pour le joueur 2 qui le récupère</p> <p>Le joueur 2 doit se remettre droit en tenant son ballon à 2 mains puis il exécute son tenu pour le suivant.....</p> <ul style="list-style-type: none"> -faire plusieurs cercles puis faire un concours -l'équipe qui fait le tour le plus vite gagne
---	--	--

<p>EXERCICE :</p> <p>Réaliser un tenu précision dans la réalisation du tenu</p>	<p>LA LIGNE DE TENUS :</p> 	<ul style="list-style-type: none"> -Les joueurs blanc ont un ballon au signal ils doivent exécuter un tenu en essayant de se rapprocher le plus près de la ligne -Les joueurs noirs sont les juges, si le ballon touche la ligne ils lèvent le bras -on inverse les rôles
--	---	--

<p>EXERCICE :</p> <p>Réaliser un tenu après une course se positionner par rapport au tenu faire un départ après un tenu</p>	<p>TENU AU PLOT</p> 	<ul style="list-style-type: none"> -Le joueur 1 court jusqu'au 1^{er} plot puis fait son tenu -Le joueur 2 doit se tenir prêt à recevoir le ballon derrière le tenu Lorsqu'il est en possession du ballon le joueur 2 court au 2^{ème} plot faire un tenu c'est le 1^{er} joueur qui se met derrière le tenu.....
--	--	--

ILLUSTRATION



Le placage



La passe



Le tenu

Le Règlement, les règles du jeu

Feuille d'engagement



Les Règles du Jeu

TERRAIN	Longueur 40 M (En-But non compris). Largeur 20M	
ÉQUIPE	Mixte 7 joueurs sur le terrain + X remplaçants	
DUREE DES RENCONTRES	La durée des matchs sera adaptée suivant le nombre de rencontres.	
ESSAI	Poser (sans le lâcher) le ballon dans l'en but adverse ; Chaque essai vaut 1 point.	
LE PORTEUR DE BALLE	Le joueur peut courir avec le ballon, Passer le ballon vers son en-but Botter le ballon. Conserver la balle quand il est pris.	
LES JOUEURS ADVERSES	Plaquer, Attraper, Pousser le porteur de balle Sans commettre des gestes dangereux (croc-en-jambe, attraper au cou ou à la tête, brutalités).	
LE TENU	Il y a tenu quand l'attaquant est au sol avec le ballon ou immobilisé debout. Le joueur en possession de la balle doit se relever le plus rapidement possible pour jouer le tenu. Face à l'en-but adverse, il pose le ballon au sol et le joue au pied vers l'arrière pour un partenaire. Les adversaires reculent à 5 mètres sauf le plaqueur ou les plaqueurs au maximum de 2 qui peuvent rester devant le tenu. Personne ne doit gêner la réalisation du tenu. L'Equipe Attaquante a droit à 5 tenus successifs. Au 5 ^{ème} tenu la balle sera donnée à l'équipe adverse.	
EN AVANT	La balle est transmise obligatoirement vers l'arrière (vers son propre en-but). En cas de faute ballon à l'équipe adverse.	
ARRACHAGE	Il est interdit d'arracher, de prendre le ballon à l'adversaire.	
PENALITES	Sur brutalités. Non-respect des règles.	
LES REMISES EN JEU	Début de chaque mi-temps	Au centre du terrain ballon botté vers l'adversaire. Il doit faire 5 mètres minimum et ne doit pas sortir du terrain.
	Après Essai	Ballon posé au sol au centre du terrain. Joué au pied pour soi par l'équipe ayant concédé l'essai.
	Après faute ou pénalité	Ballon posé au sol à l'endroit de la faute Joué au pied pour soi par l'équipe n'ayant pas fait la faute.
	Après une Touche	Ballon posé au sol à 5 mètres de la sortie du ballon. Joué au pied pour soi par l'équipe n'étant pas responsable de la sortie du ballon.
	Après sortie d'en-but	Ballon posé au sol à 5 mètres de l'en-but Joué au pied pour soi par l'équipe n'étant pas responsable de la sortie du ballon.
REGLE DE L'AVANTAGE	Lorsqu'un joueur fait une faute bénigne le jeu peut continuer si l'équipe adverse a récupéré le ballon et a pu le jouer.	

Le Règlement

Les enfants sont couverts par l'assurance de la Fédération Française de Rugby à XIII pour tous les challenges auxquels ils participent.

Les parents doivent remplir une autorisation parentale qu'ils remettent à l'adulte, responsable de l'équipe avec qui il est engagé ou au responsable du tournoi pour un engagement individuel.

Les équipes sont obligatoirement mixtes.

Tous les enfants volontaires peuvent participer à titre individuel au Challenge local, les parents remplissent une autorisation parentale.

Pour le Challenge local mais aussi national, le responsable de l'équipe doit:

- Engager son équipe parmi les catégories suivantes CE 2, CM1 ou CM2.
- Fournir une liste des enfants participants.
- Remplir la feuille d'engagement.

Une récompense est remise à tous les enfants qui participent à un cycle d'initiation.



FEUILLE D'ENGAGEMENT

STRUCTURE :

VILLE :

CATÉGORIE : CE2 CM1 CM2

PARTICIPERA AU CHALLENGE DE :

DATE :

NOM	PRENOM	CATEGORIE

Les Conseillers Techniques FFR XIII



COORDONNEES DES CADRES TECHNIQUES

Patrick PEDRAZZANI - D.T.N

Fédération Française de Rugby à XIII, 30 Rue de l'Echiquier, 75010 PARIS

Portable : 06.80.68.43.74

E.Mail : p.pedrazzani@ffr13.fr

André JANZAC – D.T.N adjoint

D.R.J.S.C.S Midi Pyrénées, Halle aux Grains - BP 7009, 31068 TOULOUSE CEDEX

Portable : 06.50.63.20.35 / Fax : 05.34.41.73.73

E.Mail : andre.janzac@wanadoo.fr

Thierry DUMAINE -E.N

Coordonateur et entraîneur Pôle Espoirs de Carcassonne

Fédération Française de Rugby à XIII, 30 Rue de l'Echiquier, 75010 PARIS

Port. : 06.03.50.41.31

E.Mail : t.dumaine@ffr13.fr

Florian CHAUTARD - C.T.N

Entraîneur Pôle espoirs de Salon de Provence

DRJSCS PACA Technopole de Château Gombert 160 rue A. Einstein CS 9002

13453 Marseille cedex 13

Portable : 06.07.62.64.87

E.Mail : f.chautard@ffr13.fr

Olivier JANZAC- C.T.N

Coordonnateur du Pôle France du CREPS de Toulouse

1 Avenue Edouard Belin, 31055 Toulouse cedex

Portable. : 06.51.67.20.02

E.Mail : o.janzac@ffr13.fr

Audrey ZITTER - Cadre Technique de la Ligue Languedoc Roussillon

DRJSCS Languedoc Roussillon, 3 avenue Charles Flahault 34094 Montpellier cedex 5

Portable : 06.28.23.90.78

E.Mail: a.zitter@ffr13.fr

Laurent DUPUY- Cadre Technique de la Ligue Aquitaine

DRJSCS Aquitaine, 7 Boulevard Parc des Expositions, 33525 BRUGES CEDEX

Portable : 06.71.65.66.66

E.Mail: l.dupuy@ffr13.fr

Emmanuel FAUVEL- Cadre Technique de la Ligue Midi Pyrénées

DRDJSCS Midi Pyrénées, 5 rue du Pont Montaudran Halle aux grains BP 7009

31068 Toulouse Cedex 7

Portable : 06.13.01.67.23

E.Mail : e.fauvel@ffr13.fr

Patrice RODRIGUEZ - Cadre Technique de la Ligue PACA

DRJSCS PACA Technopole de Château Gombert 160 rue A. Einstein CS 9002

13453 Marseille cedex 13

Portable : 06.81.71.02.46

E.Mail: p.rodriguez@ffr13.fr