

| <u>But: Améliorer la circulation du ballon ainsi que la redistribution des joueurs</u>  |   |  |
|---|---|--|
| 1   | 2   | 3  |
|   |   |  |
| <p><u>Organisation:</u><br/>                 Septs joueurs, 3 boucliers, 1 ballon.<br/>                 Jeu sur un demi-terrain. Le bouclier "ruck" est placé sur la croix des 15m. et des 22m.</p>   |   |  |
| <p><u>Consignes:</u><br/>                 La touche débute sur la ligne des 40m, le sauteur rabat vite le ballon au relayeur puis la balle parvient au n°6.<br/><br/>                 Ce joueur entre en contact avec le bouclier "ruck" et le soutien s'organise.<br/>                 Les joueurs de la touche replacé offre un lancement à 4 ctr 2 boucliers placés sur la ligne du bouclier "ruck" (ces derniers chargent seulement les deux premiers utilisateurs: défense sur rails).<br/>                 But du jeu: marquer sans se faire toucher par un bouclier.</p> |   |  |
| <u>Comportements attendus</u>   |   |  |
| <p>Lanceur: geste ample + terminer mains dans la cible. Etre actif après le lancer car il devient relayeur.<br/>                 Bloc de saut: jump + lift tonique. Le sauteur rabat le ballon dans la course du relayeur.<br/>                 Temps de départ des 3 derniers utilisateurs.</p>  | <p>Le n°6 entre en contact avec le bouclier.<br/>                 Le soutien en AV converge et conserve. Le dernier passeur devient relayeur.<br/><br/>                 Le bloc de saut + lanceur reprend largeur et profondeur en préparant la future offensive.</p> | <p>L'ejection du relayeur est vive, les deux premiers joueurs ont une course rentrante (fixe leur bouclier) et lâche le ballon sur la largeur aux joueurs démarqués.<br/>                 Temps de départ de chacun : LA BALLE VA VITE!!</p> |
| <p><u>Variables:</u><br/>                 Instauration d'un gratteur au point du bouclier "ruck" pour contextualiser.<br/>                 Défense plus rapide des boucliers = vitesse d'exécution augmente.<br/>                 Défense des boucliers plus libres (plus sur un rail) = réel situation de surnombre à jouer.<br/>                 Jeu sans boucliers.</p>  |   |  |