



Moins de 15 ANS à effectif réduit – Pratique à VII

Objectif prioritaire : « créer et exploiter des situations de déséquilibre »

NOMBRE DE JOEUSES		Pratique à VII	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les temps de pause et/ou sur blessure		
TERRAIN	56 mètres X 46 mètres		
TEMPS DE JEU SUR ½ JOURNEE	48 minutes		
TEMPS DE JEU SUR 1 JOURNEE	55 minutes (sur 2 jours : 60 minutes, maximum 40 minutes par jour)		
TEMPS MAXIMUM PAR PERIODE	12 minutes		
ARBITRAGE	2 jeunes joueurs-arbitres assistés par un éducateur-arbitre		
TEMPS DE PAUSE	3 minutes 30 entre les périodes – 5 minutes entre deux rencontres		
JEU DELOYAL	Du remplacement temporaire de 5 minutes à l'exclusion définitive, selon la gravité de la faute. Le remplacement est obligatoire. Si brutalité caractérisée ou récidive, exclusion définitive du tournoi.		
PLAQUAGE	Le plaquage, exécuté obligatoirement avec les 2 bras, doit être impérativement effectué au niveau de la ceinture. Toute prise au dessus sera sanctionnée. La cuillère est strictement interdite.		
REMISE EN JEU	Où ?	Comment ?	
COUP D'ENVOI	Au centre du terrain	Coup de pied tombé Adversaires à 10 mètres Le ballon doit franchir les 10 mètres	
COUP D'ENVOI Après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai		
COUP DE RENVOI	A 10 mètres de l'en-but	Coup de pied tombé	
EN AVANT ou ballon injouable	A l'endroit de la faute, à 5 mètres de toute ligne La mêlée n'est jamais rejouée Sanction : CP Franc. Cas exceptionnel, pas de faute, CP Franc en faveur de l'équipe qui bénéficiait de l'introduction	Mêlée en formation de 3 joueurs en 1 ^{ère} ligne Pas de poussée, non disputée , lignes de hors jeu à 5 mètres. 4 temps : 1. Flexion 2. Placement 3. Stop 4. Jeu Le ½ de mêlée introduit sans délai. Son adversaire se place à ses côtés. Il ne suit pas la progression du ballon. Il peut se placer derrière sa mêlée, dans l'axe. Pas de possibilité pour un avant de prendre le ballon dans la mêlée.	
PENALITE	Remplacée par un coup de pied franc		
COUP DE PIED FRANC	Rugby à XV catégories C et D		
SORTIE EN TOUCHE OU TOUCHE INDIRECTE	A l'endroit de la sortie, à 5 mètres de toute ligne	1 lanceur, 2 sauteurs et 1 relayeur. Pour les opposants, 1 vis-à-vis à chacun des participants bénéficiant de la remise en jeu (lanceur, sauteurs et relayeur) Pas d'aide au sauteur. La conquête est disputée. Les non-participants sont à 5m. Début de l'alignement à 3 mètres. La fin de l'alignement est déterminée par le dernier joueur attaquant de l'alignement (verrouilleur). Le joueur opposé au lanceur est à 1,50 m de l'alignement (largeur et profondeur). Les relayeurs sont à 1,50 mètre en profondeur de l'alignement. La remise en jeu rapide est autorisée, avec respect des lignes de hors jeu.	
TOUCHE DIRECTE	Frappe au delà des 10 mètres : à l'endroit de la frappe Frappe dans l'en-but ou à moins de 10 mètres : à l'endroit de la sortie		
TRANSFORMATION - DROP	NON		
AU COUP DE SIFFLET DE L'ARBITRE, LE PORTEUR DU BALLON LE POSE IMMEDIATEMENT AU POINT DE FAUTE - SINON SANCTION (DU CPF AU REMPLACEMENT)			
5 ESSAIS D'ECART A N'IMPORTE QUEL MOMENT : SCORE ACQUIS DEFINITIVEMENT POUR L'EQUIPE VAINQUEUR ET RE-EQUILIBRAGE OBLIGATOIRE POUR LA FIN DE LA RENCONTRE SOUS QUELQUE FORME QUE CE SOIT			
HORMIS CES MODIFICATIONS, LES REGLES DU RUGBY A XV CATEGORIES C ET D SONT APPLICABLES			

Moins de 15 ans à effectif réduit		
Jeu de mouvement	<ul style="list-style-type: none"> Assurer la continuité du mouvement qui avance en évitant le blocage Réaliser le choix « passe ou perce » Utiliser le jeu déployé « court » S'opposer directement ou glisser 	<ul style="list-style-type: none"> Avancer dans les intervalles Avancer dans des espaces à faible densité de joueurs adverses Choisir le meilleur soutien Soutenir dans l'axe : « retard » pour meilleure vitesse et plus de puissance Soutenir latéralement : s'écarter du porteur, jouer avec l'espace S'opposer collectivement sur l'espace menacé Conserver une réserve défensive
Gestion des contacts et des luttes	<ul style="list-style-type: none"> S'organiser dans le blocage Sortir des axes de poussée des Utilisateurs / Opposants 	<ul style="list-style-type: none"> Entrer en contact en protégeant son ballon Faire le choix : Rester debout ou aller au sol Extraire le ballon du regroupement Combattre collectivement Respecter son rôle Contourner la pression adverse Se lier et repousser les attaquants Retourner le porteur du ballon
Lancements de jeu	<ul style="list-style-type: none"> Lancer le jeu « loin » ou « près » (approche des stratégies) 	<ul style="list-style-type: none"> Se démarquer Changer les trajectoires de courses Avancer et provoquer l'adversaire Reconnaître les points faibles et les utiliser
Respecter les règles	<ul style="list-style-type: none"> Respecter la règle du Hors jeu sur le jeu au pied Respecter les Règles de la mêlée et de la touche Respecter les règles de sécurité 	<ul style="list-style-type: none"> Etre peu pénalisé Se positionner correctement : Liaisons-placements dos-flexion Regarder à l'entrée en mêlée Talonner et conduire le ballon Apprendre la mêlée collectivement <ul style="list-style-type: none"> 1^{er} commandement : les joueurs se mettent en flexion et imbriquent leur tête en quinconce 2^{ème} commandement : les joueurs se placent sans impact en se liant à leur vis à vis 3^{ème} commandement : après qu'ils se soient repositionnés (appuis hauts et bas) ils maintiennent la position et marquent un temps d'arrêt 4^{ème} commandement : le ½ de mêlée introduit sans retard Interdiction d'aller volontairement au sol Squeeze ball interdit S'engager dans le ruck/maul en se liant <ul style="list-style-type: none"> Engagement maximum autorisé sur ruck : au pas qui suit