

2 contre 1+1

Difficulté : 

but du jeu :

Les paires de joueurs doivent marquer un essai en moins de 8 secondes, en gérant le surnombre en attaque.

Qualités demandées :

Cette situation fait appel à une bonne lecture du jeu, à l'initiative et à une adaptation à la forme défensive.



point de règlement

Chaque joueur passe 2 fois en attaque (une fois à gauche et une fois à droite). L'essai doit être marqué avant les 8 secondes.

Le conseil d'Emile C'est la base de l'entraînement de tout bon rugbyman. Un fondamental ! Il faut attirer le défenseur, le fixer et libérer ainsi ton équipier. Ensuite, au bon moment, soigner sa passe pour ne pas freiner ton partenaire qui doit alors foncer à l'essai sans se laisser rattraper. S'il a la vitesse et les jambes, c'est imparable !

1 2 3

Position de départ

Les 2 paires de joueurs sont dos à dos face à leur terrain.

Départ

L'éducateur déclenche le jeu et le chronomètre par le signal "jouez". Le 3^e joueur de l'équipe utilisatrice fait la passe à l'un de ses partenaires qui rentre sur le terrain.

Les opposants partent au même moment mais sont retardés par la position décalée des plots.

Différentes étapes

En entrant sur le terrain, le premier attaquant (n° 12) doit prendre l'espace large pour donner de l'incertitude aux défenseurs. Le second attaquant (n° 8) doit redresser sa course et avancer rapidement pour fixer le premier défenseur.

Le second attaquant (n° 12) doit alors évaluer si le second défenseur est en avance ou en retard pour, soit le déborder en s'aidant d'un raffut, en lui faisant un crochet intérieur, soit en jouant avec son partenaire (n° 8) qui se replace.

