Comité Départemental de Rugby du Val de Marne

Challenge EDR 94

U8 À U12

1. LE FORMAT DU CHALLENGE
2. LES OPPOSITIONS DU 06/02/2021 (OU EN DÉCALÉ POUR CERTAINS !)
3. COMMENT ÇA MARCHE ?
4. LES RÈGLES
5. LES EXERCICES POUR LA JOURNEE DU 06/02/2021
6. ATTRIBUTION DES POINTS ET FEUILLES DE RÉSULTATS

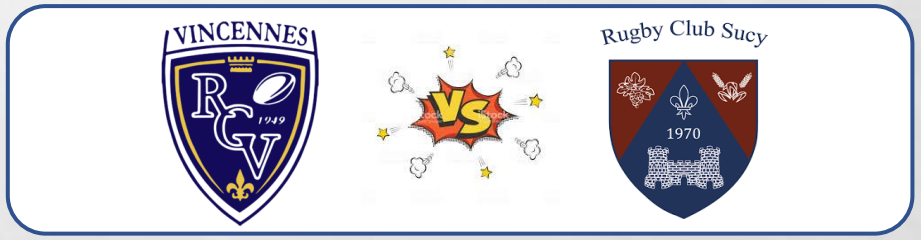
#Bien joué

Contacts :
challengerugby94@gmail.com
Doudou : 06 82 82 70 31
Jérôme : 06 03 17 46 17

1. Le format du challenge numérique

- **Les clubs** : tous les clubs du 94 participeront au challenge numérique (soit 11 EDR du fait de certains regroupements) : Rugby Charenton Maisons Alfort St Maurice, RC Créteil Choisy, RC Val de Bièvre, RC Sucy, RC Vincennes, RSC Champigny, UBM, VGA/BVB, EVA, Fresnes, RCPB
- **La proposition** : pour palier à l'absence de plateaux possibles entre les clubs et compte tenu du maintien des activités en stade 3 pour le moment, un challenge à distance est proposé, autour d'exercices que les clubs réaliseront en les filmant, chacun sur son terrain et en échangeant le jour J avec un ou 2 autres clubs (cf. oppositions en diapo 3 : 1 triangulaire, 4 bilatérales)
- **Les journées** : Compte tenu du contexte sanitaire susceptible de varier dans les semaines à venir ainsi que des vacances scolaires à partir du 13/02, mais aussi pour expérimenter le concept (facilités, volumes et traitement des vidéos, etc.) le challenge est pour le moment proposé sur la journée du **06/02**.

2. Les oppositions du 06/02 (ou en décalé pour certains !)



3. Comment ça marche?

La séance :

- ✓ Chaque club filme les exercices réalisés par les joueurs et en sélectionne 3 par catégorie et par exercice
- ✓ Libre choix est laissé de filmer tous les enfants et de sélectionner ensuite ou de choisir des enfants selon l'exercice. N'oubliez pas : il y a le challenge, mais il y a aussi les souvenirs !

La transmission :

- ✓ Les vidéos retenues sont transmises par chaque coachs au référent club. Chaque vidéo sera suivie ou précédée d'un message indiquant les nom et prénom du joueur et sa catégorie ainsi que le nombre de points attribués, puis reportés dans la feuille de scores par le référent.
- ✓ Le référent publie ces vidéos, ainsi que le nom, prénom et catégorie du joueur, dans le fil de discussion du groupe qui lui sera attribué. En cas d'impossibilité d'utiliser WhatsApp, merci de revenir rapidement vers les organisateurs.
- ✓ Selon les possibilités de chacun, transmission pendant la séance ou le soir. Une transmission pendant la séance permet évidemment de rendre cela plus interactif

4. Les règles

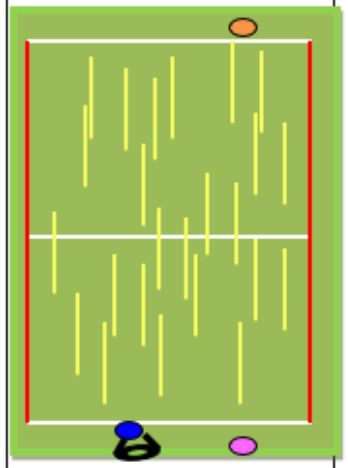
Les clubs appliqueront les consignes données pour chaque exercice, en respectant au maximum les distances indiquées pour les tailles d'espaces de jeu (diapos 6 à 8). En cas de difficulté particulière, merci de les faire remonter rapidement aux organisateurs.

Toute l'organisation autour de ces ateliers est bien entendue soumise aux règles sanitaires applicables depuis plusieurs mois maintenant et donc connues de tous.

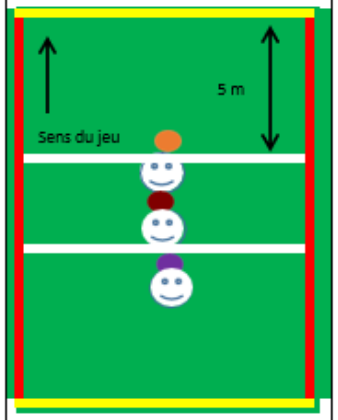
- ✓ Chaque club collectera 3 vidéos par catégorie et par exercice, sauf pour l'exercice 2 , collectif, où une seule vidéo par catégorie est attendue (soit 25 en tout par club !) ; il les communique dans le groupe WhatsApp dans lequel il sera invité, composé des référents des 2 ou 3 clubs concernés + référent(s) CD94
- ✓ Les vidéos choisies sont celles des 3 meilleurs passages réalisés par catégorie et exercice mais rien n'empêche d'ajouter des photos de séquences drôles ou que le club souhaite partager (initiative locale ou autre)

Pour donner un peu de piment mais également permettre à un maximum d'enfants d'être mis en valeur et de favoriser l'esprit collectif, il est proposé qu'un joueur ne puisse pas figurer dans les 3 vidéos

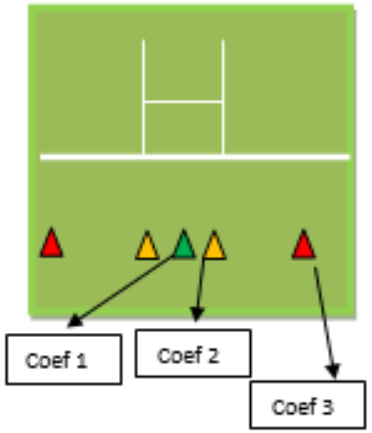
5-1. Les exercices pour le journée du 06/02/2021. N°1

SITUATION PEDAGOGIQUE 1	OBJECTIF(S)	BUT(S)	AMENAGEMENT DU MILIEU et DEROULEMENT	CRITERES DE REUSSITE	CRITERES DE REALISATION	SCORE
Marque « Marque et évite »	Apprendre à réaliser une remise en jeu et à marquer. Faire générer de l'avancée au porteur de balle. Repérer les zones de marque. Prise de conscience des dimensions de son terrain. Se repérer sur le terrain puis s'orienter et/ou se réorienter. Capacité à changer de direction sans perdre de vitesse	Mettre le plus d'essais possible en respectant le temps imparti. **U8 : 45 s** **U10 : 1min** **U12 : 1min30**	Terrain 5m x 15m + voir schéma. 3 ballons (Taille 3-'4-5) Plusieurs piquets, sacs de plaquages, ou grands plots. Au signal de l'éducateur, le sportif se saisit du ballon, effectue une remise en jeu, et va marquer le plus vite possible dans la zone de marque en face de lui. Puis une fois qu'il a aplati, va se saisir du2ème ballon se trouvant déjà dans la zone de marque où il vient d'arriver, il effectue une remise en jeu et repart marquer vers l'autre zone de marque et ainsi de suite pendant le temps imparti, le tout en évitant au maximum les piquets.	Marquer au moins 3 fois. Schéma : 	Courir le plus vite possible vers la zone de marque qui est identifiée et aplatir le ballon de rugby dans cette zone en exerçant une pression avec les mains sur le sol en contrôlant toujours le ballon. NB : sur la remise en jeu, le ballon doit décoller des mains.	Le fait pour le sportif de commencer et de finir la situation lui fait **obligatoirement marquer 1 point** même s'il ne marque pas d'autre point. 1 essai = 1point Bonus de 5 points par tranche de 5 essais marqués.

5-2. Les exercices pour le journée du 06/02/2021. N°2

SITUATION PEDAGOGIQUE 2	OBJECTIF(S)	BUT(S)	AMENAGEMENT DU MILIEU et DEROULEMENT	CRITERES DE REUSSITE	CRITERES DE REALISATION	SCORE
Marque « Rugby relais »	Apprendre à marquer. Apprendre une remise en jeu. Faire générer de l'avancée au porteur de balle. Repérer les zones de marque. Faire prendre conscience au sportif des dimensions de son terrain. Permettre au sportif de se repérer sur le terrain et de savoir au plus vite s'orienter et/ou se réorienter.	Mettre le plus d'essais possible en 1 min. **NB : en U8, et en U10, chaque participant a son ballon lors du relais et se replace par les côtés de l'exercice après avoir marqué.** **En U12, dès la marque, j'assure le relais en effectuant la passe au suivant, qui devra effectuer sa remise en jeu avant de partir, et ainsi de suite.**	Terrain 5m x 15m + voir schéma. 1 ballon par sportif. Les sportifs sont les uns derrière les autres à 5m de la ligne de marque choisie. Le 1er sportif démarre au signal de l'éducateur, effectue sa remise en jeu et va marquer. Dès que celui a marqué le 2ème sportif, effectue sa remise en jeu à son tour et va marquer et ainsi de suite pendant 1 min. Attention les sportifs qui ont marqué se replacent rapidement sur les côtés sans gêner l'exercice.	Marquer au moins 6 fois par passage voire plus. <u>Schéma :</u>  	Courir le plus vite possible vers la zone de marque qui est identifiée et aplatir le ballon de rugby dans cette zone en exerçant une pression avec les mains sur le sol en contrôlant toujours le ballon. NB : sur la remise en jeu, le ballon doit décoller des mains.	Le fait pour le sportif de commencer et de finir la situation lui fait **obligatoirement marquer 1 point** même s'il ne marque pas d'autre point. 1 essai = 1 point Bonus de 5 points par tranche de 5 essais marqués. Faire 3 passages par équipe et additionner le nombre d'essais marqués sur les 3 passages. 1 essai qui n'est pas aplati correctement ne compte tout simplement pas.

5-3. Les exercices pour le journée du 06/02/2021. N°3

SITUATION PEDAGOGIQUE 6	OBJECTIF(S)	BUT(S)	AMENAGEMENT DU MILIEU et DEROULEMENT	CRITERES DE REUSSITE	CRITERES DE REALISATION	SCORE
Marque : John Eales Challenge  	Apprendre à marquer en réalisant un Coup de pied placé type Pénalité Apprendre à utiliser la cible verticale pour scorer	Réussir à marquer sur un coup de pied placé le plus loin possible.	Les joueurs s'entrainent à effectuer des tirs au but à différentes distances. Si je tape du milieu des poteaux : coef 1 Si je tape dans l'axe d'un des 2 poteaux : coef 2 Si je tape à 5m de l'axe d'un des poteaux : coef 3 Suivant la distance à laquelle je me trouve des poteaux (5m, 10m, 15m, etc…), Je multiplie avec mon coefficient latéral.	Marquer avec le plus fort coefficient (maximum distance 40m)	Arrêtez les pointards	Voir dispositif : Maximum : 120points (40m coefficient 3)

6. Attribution des points et feuilles de résultats

- **Les points** :
  - ✓ Les points sont définis dans chaque exercice (diapos 6 à 8)
- **Les feuilles de résultats** :
  - ✓ Le référent du club complète la feuille de score, la prend en photo et la transmet dans le groupe WhatsApp au sein duquel les vidéos sont partagées et/ou par mail à challengerugby94@gmail.com le plus tôt possible
  - ✓ Le modèle de feuille spécifique à ce challenge est communiqué en annexe à ce document. Merci de l'utiliser pour simplification de la collecte des résultats
  - ✓ Les organisateurs vérifient globalement qu'il n'y a pas d'erreur et que l'esprit recherché est respecté
- **Les résultats globaux du challenge :**
  - ✓ Compte tenu du contexte sanitaire mouvant, nous ne planifions pour le moment qu'une journée le 06/02. Les résultats collectés seront synthétisés et des montages vidéos réalisés pour communiquer sur ce challenge
  - ✓ En fonction de l'évolution sanitaire et du ressenti sur cette première journée, de nouvelles journées seront programmées ou non. Les 3 exercices d'ores et déjà mis en visibilité lors du mail de lancement du challenge sont donc pour le moment toujours envisagés, sur une prochaine journée et figurent à ce titre dans le feuille de scores.

Le seul objectif de ce challenge est de proposer aux clubs et aux enfants des activités complémentaires à celles proposées au sein des clubs et de communiquer entre nous.

Tout se passant à distance et le relevé des résultats se faisant en totale autonomie par les clubs, nous comptons bien entendu sur votre fair play. Pas d'enjeu, juste le jeu !
Idéalement, challengez vous en direct en fonction de vos envies et des compétences en interne dans votre club. La marche partage dans WhatsApp n'est que la première proposée mais pourquoi pas vidéos en direct à montrer aux enfants pour les motiver, utilisation des réseaux, etc ….. La seule contrainte est la vigilance sur le droit à l'image.

N'hésitez pas à faire remonter vos idées ou ce que vous aurez testé, nous mutualiserons volontiers.

JOUEZ LE JEU, DANS L'ESPRIT ET BON CHALLENGE A TOUS !

COMITE DEPARTEMENTAL RUGBY 94

ÉCOLE DE RUGBY

Les exercices proposés dans ce challenge sont inspirés de situations élaborées par la Fédération Française du Sport Adapté.

Fédération Française du Sport Adapté — PARA RUGBY ADAPTÉ