

## II.29. Rugby



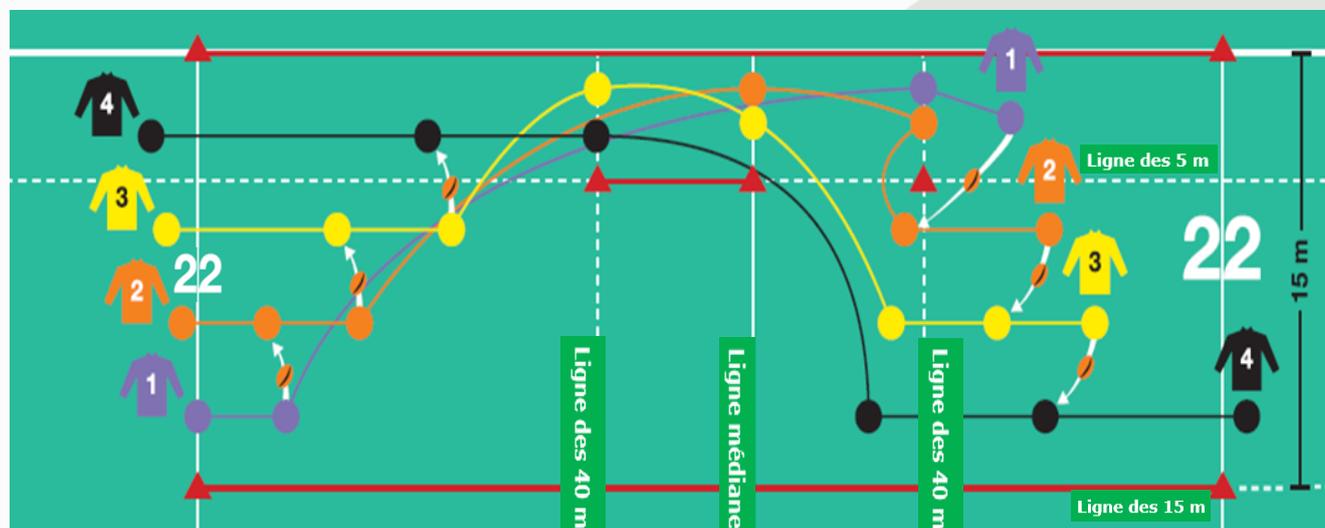
### Rugby

### Défiche 1

### Top AS N° 82 *Parcours collectif*

<b>Composition d'équipe</b>	Collèges, Lycées & LP. Équipes de 4. 2F – 2G. Composition libre en LP.  Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.
<b>Jeune Organisateur</b>	Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.
<b>Jeune Arbitre</b>	Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.
<b>Jeune Coach - Jeune Capitaine</b>	Conseille ses coéquipiers, les motive.
<b>Jeune Reporter</b>	Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

### Illustration graphique



## Illustration vidéo

<https://drive.google.com/file/d/1BPRwv4bA224i28xoYBbpUJ8wVCSIk4mw/view?usp=sharing>

## Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 82

Temps réalisé par équipe.

Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

## But du Jeu

Les 4 joueurs doivent marquer un essai sans opposition suite à une alternance de gestes techniques.

è Coup de pied franc – « Ramasser – Poser le ballon » et de jeu déployé en un minimum de temps.

## Points de règlement

Toute équipe commettant une faute : coup de pied franc non joué – En-avant sur le « Poser-Ramasser » - Sortie des zones de jeu è se verra pénalisée de 2'' supplémentaires par faute.

## Qualités demandées

Cet exercice technique nécessite :

- Rapidité de circulation.
- Coordination.
- Gestuelle de passe.
- Remplacement efficace.

## Parcours collectif chronométré

Par équipe de 4 : 2F et 2G.

Par catégorie : 6<sup>ème</sup>, 5<sup>ème</sup>, 4<sup>ème</sup>, 3<sup>ème</sup>.

### Zones de jeu entre

Ligne de touche sur la longueur de l'atelier, des 22 m aux 22 m.

Les lignes des 15 m, des 22 m aux 22 m.

① 4 joueurs sur la ligne des 22 m entre la ligne de touche et les 15 m.

② Le joueur **1**, placé aux 15 m, joue un coup de pied franc à la main, qui déclenche le chrono.

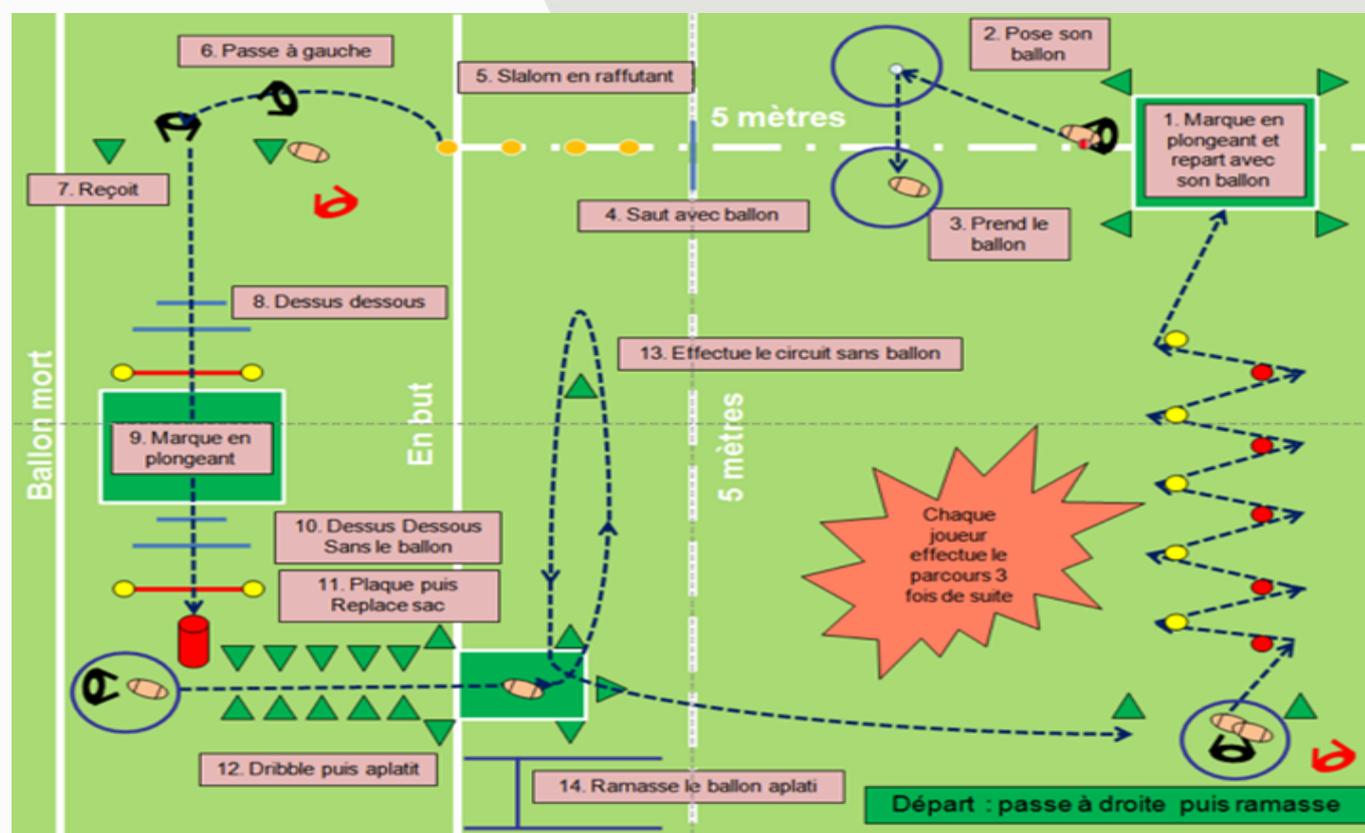
③ Jeu déployé du joueur **1** au joueur **4** sur la largeur des 15 m.

- Le joueur **4**, dernier utilisateur – pose la balle sur la ligne des 10 m dans le couloir des 5 m.
- Tous les joueurs se placent et doivent rester dans les 5 m.
- Le joueur **3** ramasse la balle et le pose sur la ligne médiane.
- Les joueurs peuvent prendre la largeur, à partir de la ligne médiane.
- Le joueur **2** ramasse le ballon et la pose sur la ligne des 10 m.
- Le joueur **1** ramasse le ballon et joue en jeu déployé.
- Le dernier joueur en possession du ballon, l'aplatit dans la zone de marque délimitée par les deux plots espacés de 2 m, et le chronomètre s'arrête.

# Top AS N° 83 Parcours « Athlèt'Rugby »

<b>Composition d'équipe</b>	Individuel F et G.
<b>Jeune Organisateur</b>	Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations
<b>Jeune Arbitre</b>	Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.
<b>Jeune Coach - Jeune Capitaine</b>	Conseille ses coéquipiers, les motive.
<b>Jeune Reporter</b>	Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

## Illustration graphique





# Top AS N° 84

## Circuit des Passes

### Composition d'équipe

Collèges, Lycées & LP.  
Équipes de 4.  
2F - 2G.  
Composition libre en LP.  
Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.

### Jeune Organisateur

Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.

### Jeune Arbitre

Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.

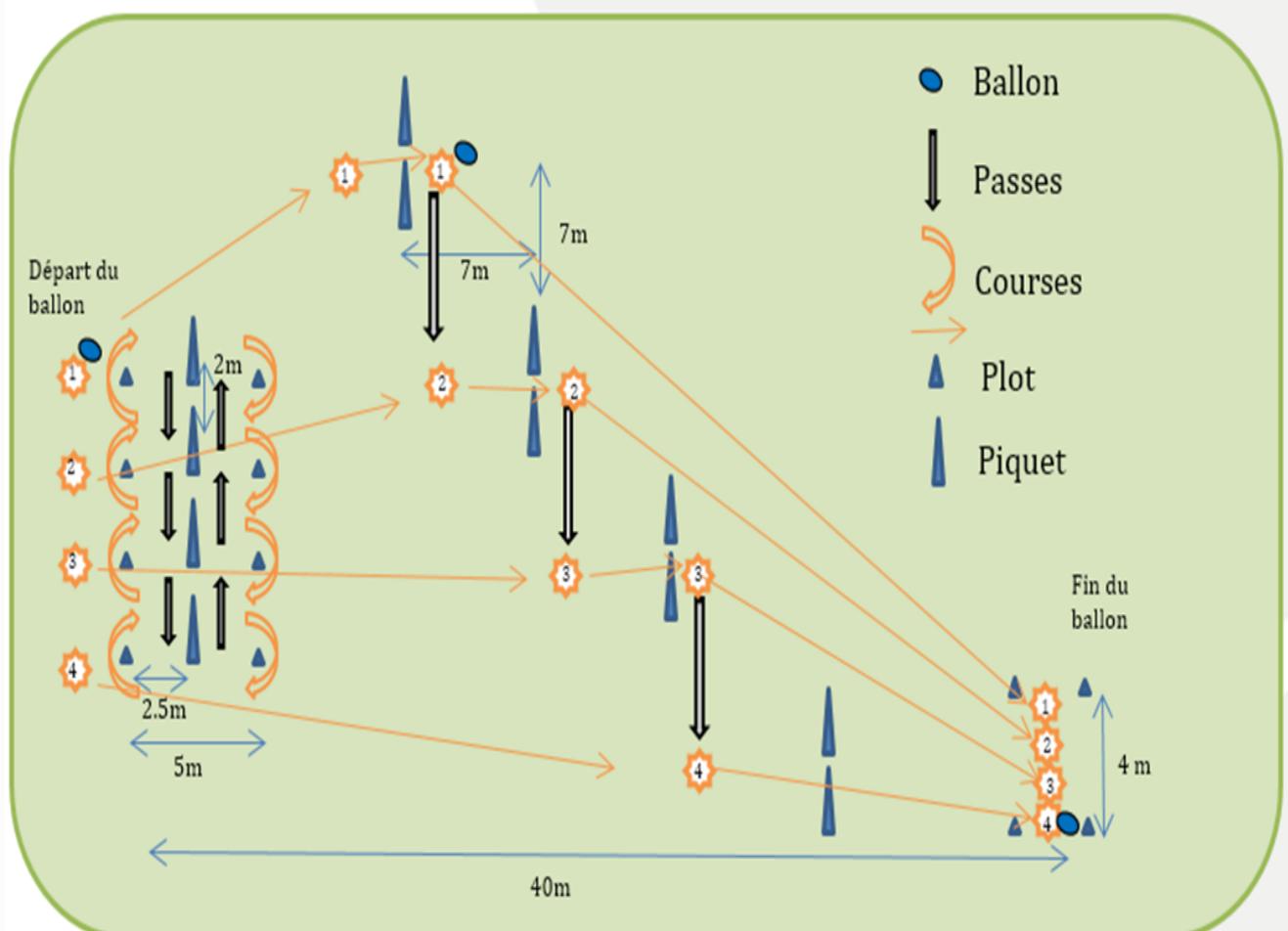
### Jeune Coach - Jeune Capitaine

Conseille ses coéquipiers, les motive.

### Jeune Reporter

Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

### Illustration graphique



### Illustration Vidéo

<https://drive.google.com/file/d/1AJekBWwCnPy2onLZT7Lks7QY-Ligj0xL/view?usp=sharing>

<b>Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 84</b>	Temps réalisé par équipe.  Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».
<p><b>But</b></p> <p>Par 4, réaliser le plus rapidement possible un circuit de passes à la main (chronométré).</p> <p>À noter la possibilité de monter le même circuit en parallèle avec l'autre côté de la passe, donc mettre une pression supplémentaire en instituant une compétition chronométrée entre les 2 équipes.</p> <p><b>Circuit</b></p> <p>Enchaîner 1 aller - retour de passes proches sous pression (passe avant piquet ou plot, départ les 4 à plat à 2,5 m) puis 1 aller de passes larges (7 m à 8 m), passe après franchissement d'une porte pour marquer en bout de ligne.</p> <p><b>Consignes et règlement</b></p> <p>Respecter les plots et les portes à franchir, circuit raté si :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En-avant de passe.</li> <li>- Hors-jeu.</li> <li>- Ballon tombé ou non-respect des plots et des portes.</li> </ul> <p>Départ ballon au sol, le chronomètre se déclenche dès que qu'il est ramassé par le joueur <b>1</b> ou au signal de l'enseignant.</p> <p>Fin du chronométrage dès l'essai marqué par le joueur <b>4 et</b> l'entrée des joueurs <b>1, 2 et 3</b> en zone de marque définie.</p>	

# Top AS N°85

## Parcours passes et courses

### Composition d'équipe

Collèges, Lycées & LP.

Équipes de 4.

2F - 2G.

Composition libre en LP.

Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général..

### Jeune Organisateur

Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.

### Jeune Arbitre

Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.

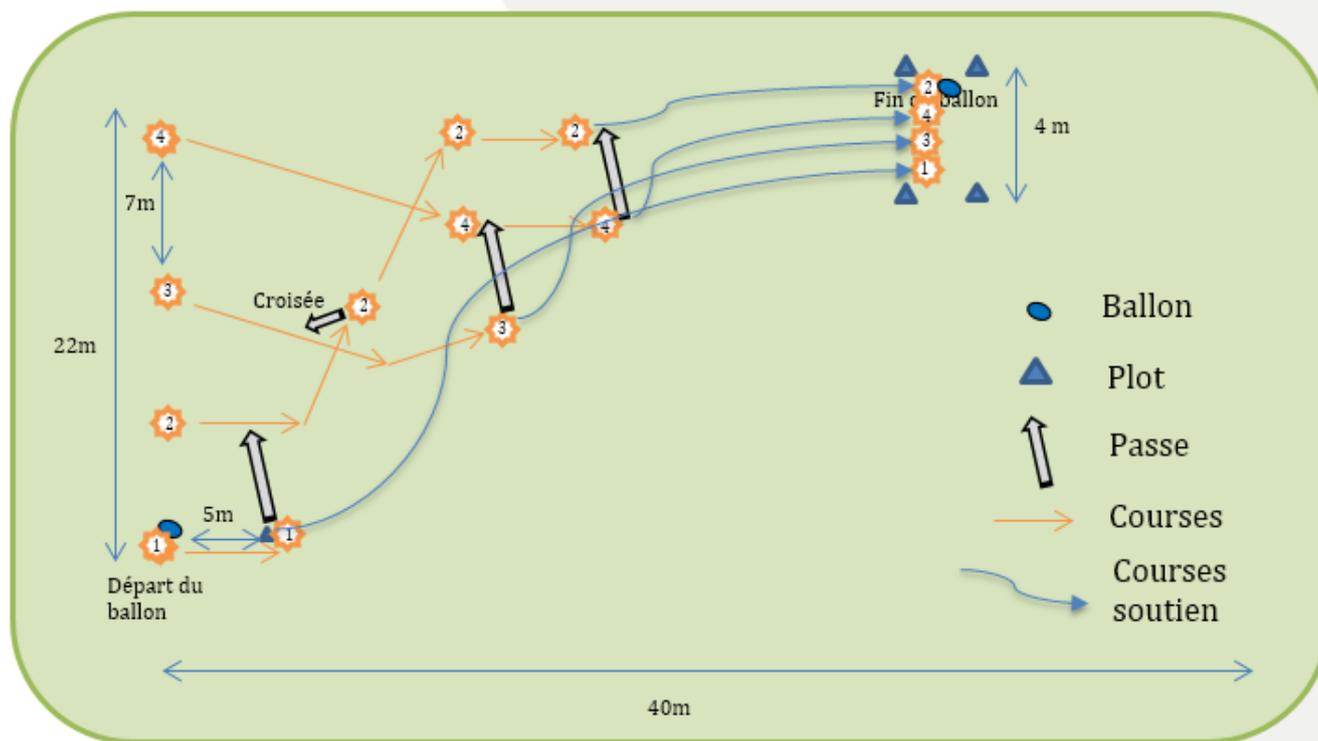
### Jeune Coach - Jeune Capitaine

Conseille ses coéquipiers, les motive.

### Jeune Reporter

Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

### Illustration graphique



### Illustration Vidéo : « SSS Rugby Agen »

[https://drive.google.com/file/d/1slIsn2q3vpB2NuB-kq4Jz\\_4GUY1c-lhm/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1slIsn2q3vpB2NuB-kq4Jz_4GUY1c-lhm/view?usp=sharing)

### Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 85

Temps réalisé par équipe.

Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

**But**

Par 4, réaliser le plus rapidement possible une combinaison de courses et de passes à la main (chronométrer).

**Circuit**

Réaliser la combinaison (espace de 22 m de large et 40 m de profondeur), avec passe large entre joueurs 1 et 2, puis croisée entre joueurs 2 et 3, puis passe à hauteur entre joueurs 3 et 4, puis passe large entre joueurs 4 et 2 (qui a redoublé en bout de ligne), puis joueur 2 va marquer, puis 1, 3 et 4 entrent dans la zone.

**Consignes et règlement**

Circuit raté si :

- En-avant de passe.
- Hors-jeu.
- Ballon tombé.

Départ ballon au sol, le chronomètre se déclenche dès que qu'il est ramassé ou au signal de l'enseignant.

Fin du chronométrage dès l'essai marqué et l'entrée des 3 autres joueurs en zone de marque définie.

# Top AS N° 86

## Coups de Pied Placés

### Composition d'équipe

Collèges, Lycées & LP.  
Équipes de 4.  
2F - 2G.  
Composition libre en LP.  
Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.

### Jeune Organisateur

Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.

### Jeune Arbitre

Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.

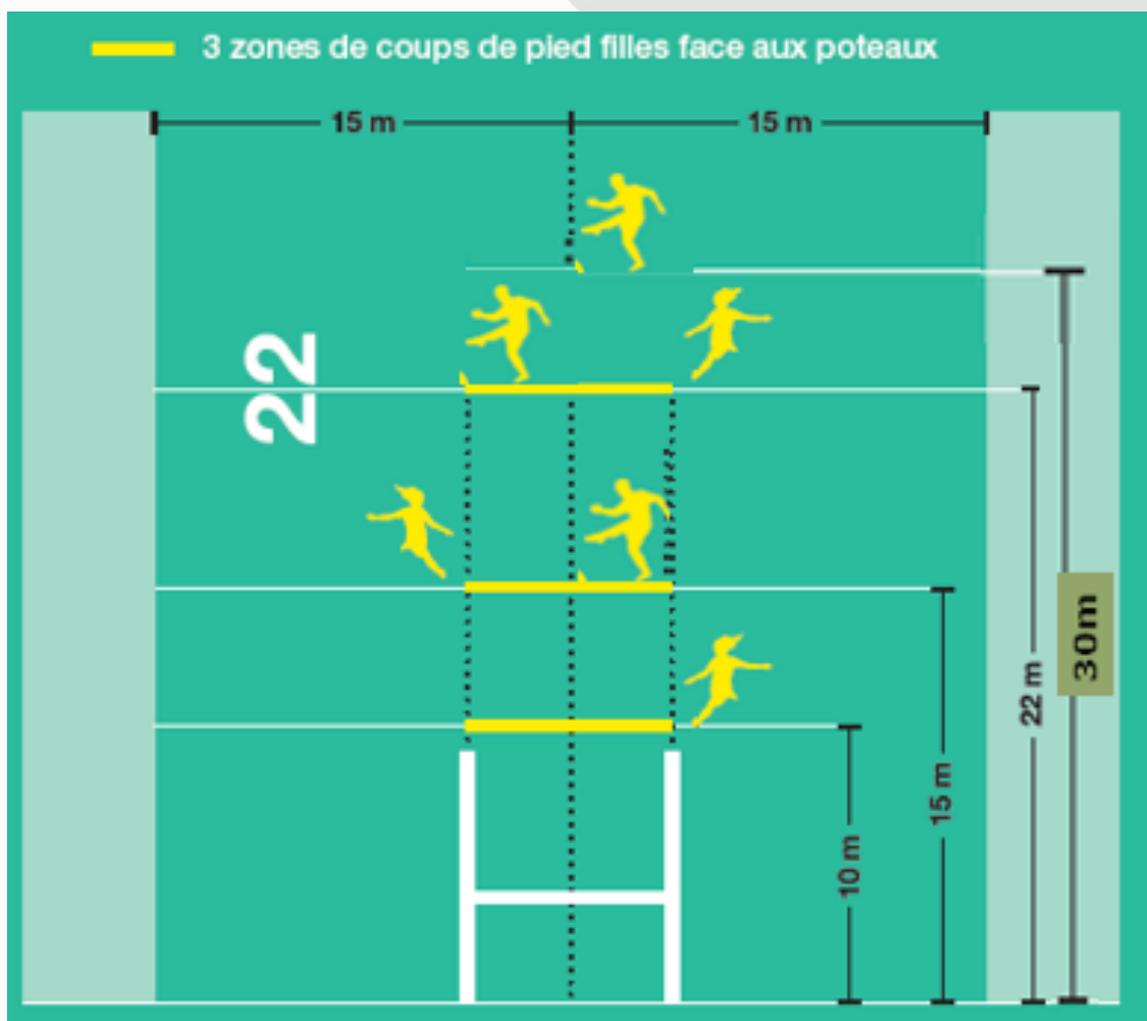
### Jeune Coach - Jeune Capitaine

Conseille ses coéquipiers, les motive.

### Jeune Reporter

Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

### Illustration graphique



**Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 86**

Nombre total de points : ... /40

Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

**But**

Par 4, les joueurs et joueuses doivent marquer une pénalité selon un choix de 3 niveaux de difficulté :

**Position de départ**

Face aux poteaux avec la possibilité de se décaler sur une parallèle à la ligne de but, tout en respectant les distances indiquées

<b>Pour les garçons</b>	<b>Pour les filles</b>
- 15 m face aux poteaux : 3 points.	- 10 m face aux poteaux : 3 points.
- 22 m face aux poteaux : 6 points.	- 15 m face aux poteaux : 6 points.
- 30 m face aux poteaux : 10 points.	- 22 m face aux poteaux : 10 points.

**Consignes et règlement**

Les joueurs et joueuses choisissent leur distance préférentielle et plusieurs d'entre eux peuvent choisir le même emplacement.

Une seule tentative est proposée pour chacun des 4 joueurs (4 rotations).

## Rugby

### Défiche 2

#### Top AS N° 87

#### Parcours collectif

<b>Composition d'équipe</b>	Collèges, Lycées & LP. Équipes de 4. 2F - 2G. Composition libre en LP.  Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.
<b>Jeune Organisateur</b>	Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.
<b>Jeune Arbitre</b>	Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.
<b>Jeune Coach - Jeune Capitaine</b>	Conseille ses coéquipiers, les motive.
<b>Jeune Reporter</b>	Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

#### Illustration

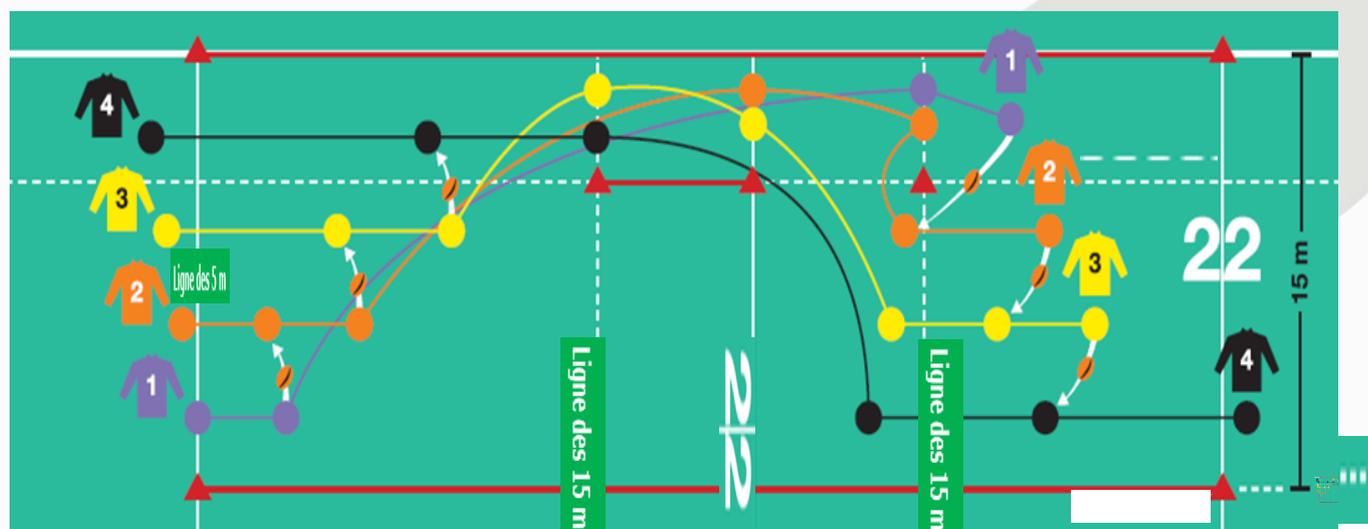


Illustration vidéo : « Orange Rugby Challenge »

<https://drive.google.com/file/d/1BPRwv4bA224i28xoYBbpUJ8wVCSIk4mw/view?usp=sharing>

## Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 87

Temps réalisé par équipe.

Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

### But du Jeu

Les 4 joueurs doivent marquer un essai sans opposition suite à une alternance de gestes techniques à Coup de pied franc – « Ramasser – Poser le ballon » et de jeu déployé en un minimum de temps.

### Points de règlement

Toute équipe commettant une faute :

- Coup de pied franc non joué.
- En-avant sur le « Poser-Ramasser ».
- Sortie des zones de jeu.

è se verra pénalisée de 2" supplémentaires par faute.

### Qualités demandées

Cet exercice technique nécessite :

- Rapidité de circulation.
- Coordination
- Gestuelle de passe
- Remplacement efficace.

### Parcours collectif chronométré

Par équipe de 4 : 2 F et 2 G.

Par catégorie : 6<sup>ème</sup>, 5<sup>ème</sup>, 4<sup>ème</sup>, 3<sup>ème</sup>.

#### Zones de jeu entre :

Ligne de touche sur la longueur de l'atelier, des 22 m aux 22 m.

Les lignes des 15 m, des 22 m aux 22 m.

① 4 joueurs sur la ligne des 22 m entre la ligne de touche et les 15 m.

② Le joueur **1**, placé aux 15 m, joue un coup de pied franc à la main, qui déclenche le chrono.

③ Jeu déployé du joueur **1** au joueur **4** sur la largeur des 15 m.

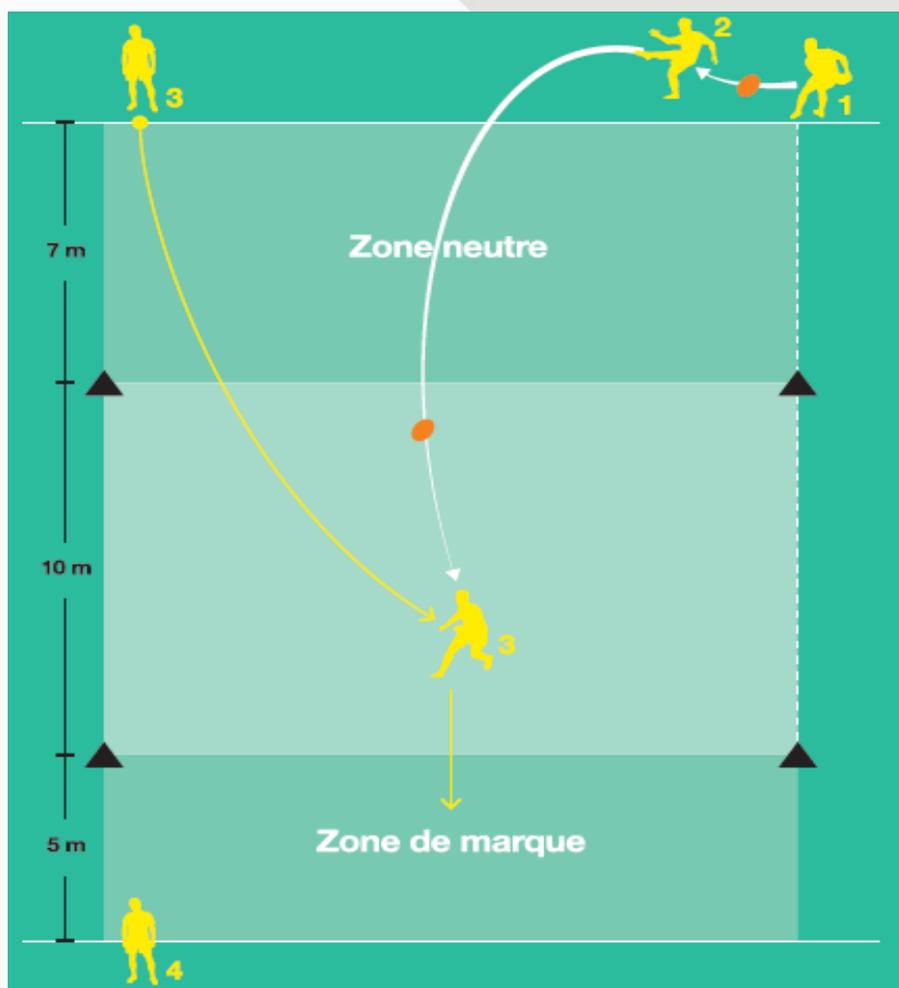
- Le joueur **4**, dernier utilisateur – pose la balle sur la ligne des 10 m dans le couloir des 5 m.
- Tous les joueurs se placent et doivent rester dans les 5 m.
- Le joueur **3** ramasse la balle et le pose sur la ligne médiane.
- Les joueurs peuvent prendre la largeur, à partir de la ligne médiane.
- Le joueur **2** ramasse le ballon et la pose sur la ligne des 10 m.
- Le joueur **1** ramasse le ballon et joue en jeu déployé.
- Le dernier joueur en possession du ballon, l'aplatit dans la zone de marque délimitée par les deux plots espacés de 2 m, et le chronomètre s'arrête.

# Top AS N° 88

## Jeu au Pied et Réception

<b>Composition d'équipe</b>	Collèges, Lycées & LP. Équipes de 4. 2F - 2G. Composition libre en LP.  Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.
<b>Jeune Organisateur</b>	Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.
<b>Jeune Arbitre</b>	Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.
<b>Jeune Coach - Jeune Capitaine</b>	Conseille ses coéquipiers, les motive.
<b>Jeune Reporter</b>	Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

### Illustration graphique



### Illustration Vidéo

<https://drive.google.com/file/d/1bWCRQMfK1Yv1nzuW1oO37IhEptqdqXJD/view?usp=sharing>

<b>Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 88</b>	Temps réalisé par équipe.  Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».
<p><b>But du Jeu</b></p> <p>Les joueurs doivent enchaîner les actions Passe – Coup de pied à suivre – Réception – Marque.</p> <p><b>Points de règlement</b></p> <p>Toute équipe commettant une faute :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En avant sur la réception.</li> <li>- Réception pieds au sol.</li> <li>- En avant sur le Marqué.</li> <li>- Sortie des zones de jeu.</li> </ul> <p>è se verra pénalisée de 2" supplémentaires par faute.</p> <p><b>Qualités demandées</b></p> <p>Cet exercice technique nécessite :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Précision.</li> <li>- Adresse.</li> <li>- Lecture précise de la trajectoire du ballon.</li> <li>- Anticipation et coordination entre les joueurs et un remplacement efficace.</li> </ul>	
<p><b>Parcours collectif chronométré</b></p> <p>Par équipe de 4 : 2 F et 2 G.</p> <p>Par catégorie : 6<sup>ème</sup>, 5<sup>ème</sup>, 4<sup>ème</sup>, 3<sup>ème</sup>.</p> <p>① Le joueur <b>1</b> se positionne sur la ligne des 5 m ou des 15 m au choix.</p> <p>Les joueurs <b>2</b> et <b>3</b> sont « en déployé » derrière le joueur <b>1</b>.</p> <p>Le joueur <b>4</b> est derrière ses coéquipiers.</p> <p>② Le joueur <b>1</b> joue un coup de pied franc à la main et passe au joueur <b>2</b> qui enclenche le chronomètre.</p> <p>③ De la ligne des 22 m, le joueur <b>2</b> botte (trajectoire en cloche) avec le pied opposé à la réception du ballon, Le joueur <b>3</b>, placé derrière ou à hauteur du joueur <b>2</b>, suit le coup de pied et réceptionne le ballon en suspension (pas d'appui au sol) dans une zone délimitée et marque dans la zone des 5 m.</p> <p>Le joueur <b>4</b> ramène le ballon et devient joueur <b>1</b>, le joueur <b>3</b> devient le joueur <b>4</b> etc...</p>	

# Top AS N° 89 *Circuit des Passes*

<b>Composition d'équipe</b>	Collèges, Lycées & LP. Équipes de 4. 2F – 2G. Composition libre en LP.  Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.
<b>Jeune Organisateur</b>	Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.
<b>Jeune Arbitre</b>	Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.
<b>Jeune Coach - Jeune Capitaine</b>	Conseille ses coéquipiers, les motive.
<b>Jeune Reporter</b>	Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

## Illustration graphique

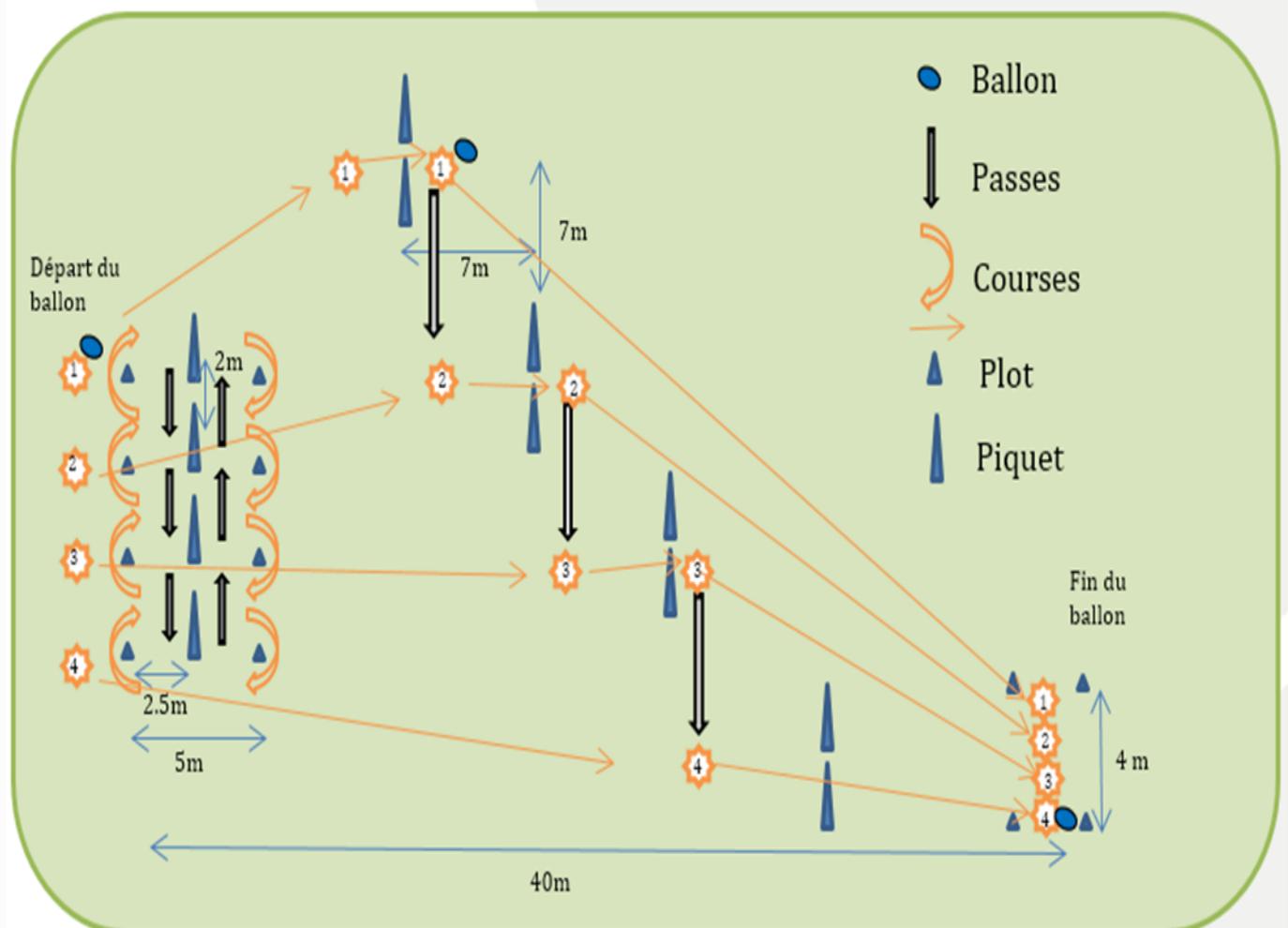


Illustration Vidéo : « SSS Rugby Dax »

<https://dai.ly/x7y0ndf>

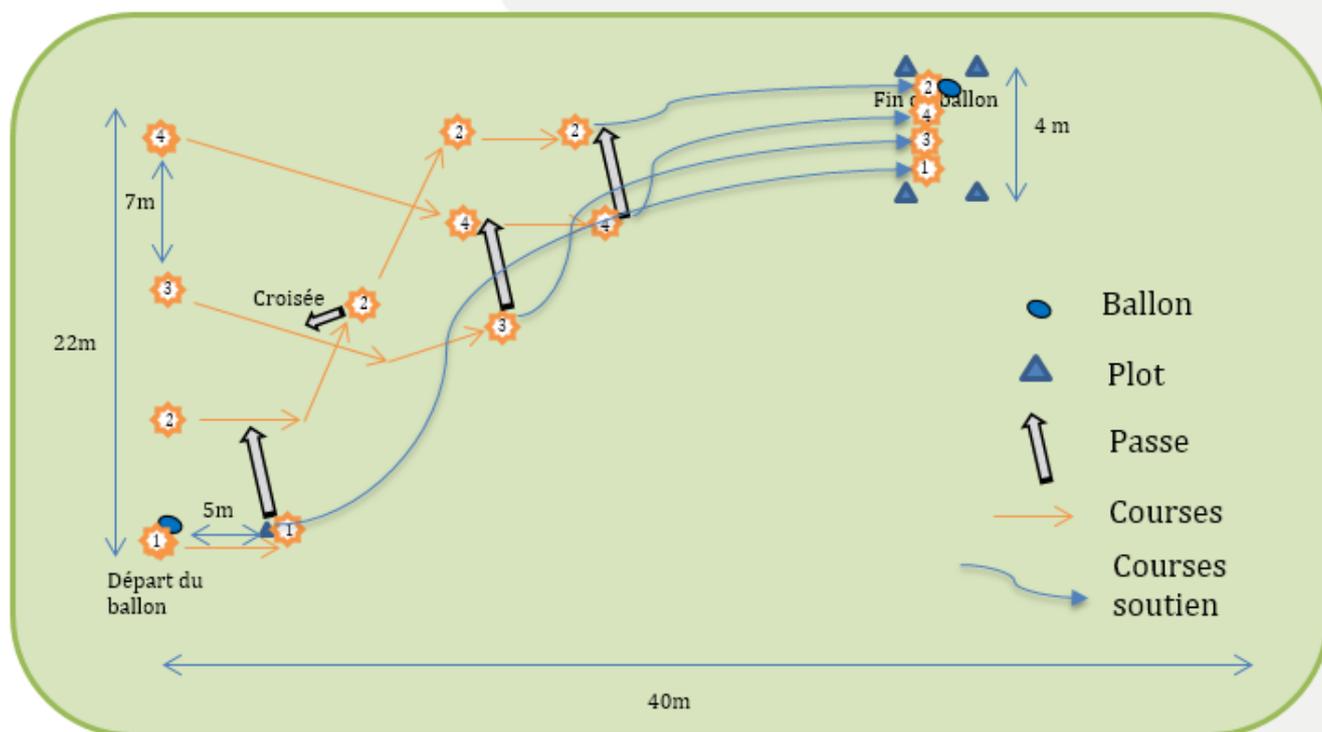
<b>Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 89</b>	Temps réalisé par équipe.  Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».
<p><b>But</b></p> <p>Par 4, réaliser le plus rapidement possible un circuit de passes à la main (chronométré).</p> <p>À noter la possibilité de monter le même circuit en parallèle avec l'autre côté de la passe, donc mettre une pression supplémentaire en instituant une compétition chronométrée entre les 2 équipes.</p> <p><b>Circuit</b></p> <p>Enchaîner 1 aller - retour de passes proches sous pression (passe avant piquet ou plot, départ les 4 à plat à 2,5 m) puis 1 aller de passes larges (7 à 8 m), passe après franchissement d'une porte pour marquer en bout de ligne.</p> <p><b>Consignes et règlement</b></p> <p>Respecter les plots et les portes à franchir, circuit raté si :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En-avant de passe.</li> <li>- Hors-jeu.</li> <li>- Ballon tombé ou non-respect des plots et des portes.</li> </ul> <p>Départ ballon au sol, le chronomètre se déclenche dès que qu'il est ramassé par le joueur <b>1</b> ou au signal de l'enseignant.</p> <p>Fin du chronométrage dès l'essai marqué par le joueur <b>4 et</b> l'entrée des joueurs <b>1, 2 et 3</b> en zone de marque définie.</p>	

# Top AS N°90

## Parcours passes et courses

<b>Composition d'équipe</b>	Collèges, Lycées & LP. Équipes de 4. 2F - 2G. Composition libre en LP.  Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.
<b>Jeune Organisateur</b>	Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.
<b>Jeune Arbitre</b>	Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.
<b>Jeune Coach - Jeune Capitaine</b>	Conseille ses coéquipiers, les motive.
<b>Jeune Reporter</b>	Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

### Illustration graphique



### Illustration Vidéo : « SSS Rugby Agen »

[https://drive.google.com/file/d/1slIsn2q3vpB2NuB-kq4Jz\\_4GUY1c-lhm/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1slIsn2q3vpB2NuB-kq4Jz_4GUY1c-lhm/view?usp=sharing)

### Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 90

Temps réalisé par équipe.

Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

### **But**

Par 4, réaliser le plus rapidement possible une combinaison de courses et de passes à la main (chronométrer).

### **Circuit**

Réaliser la combinaison (espace de 22 m de large et 40 m de profondeur), avec passe large entre joueurs 1 et 2, puis croisée entre joueurs 2 et 3, puis passe à hauteur entre joueurs 3 et 4, puis passe large entre joueurs 4 et 2 (qui a redoublé en bout de ligne), puis joueur 2 va marquer, puis 1, 3 et 4 entrent dans la zone.

### **Consignes et règlement**

Circuit raté si :

- En-avant de passe.
- Hors-jeu.
- Ballon tombé.

Départ ballon au sol, le chronomètre se déclenche dès que qu'il est ramassé ou au signal de l'enseignant.

Fin du chronométrage dès l'essai marqué et l'entrée des 3 autres joueurs en zone de marque définie.

# Top AS N° 91

## Coups de Pied Placés

### Composition d'équipe

Individuel.

### Jeune Organisateur

Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.

### Jeune Arbitre

Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.

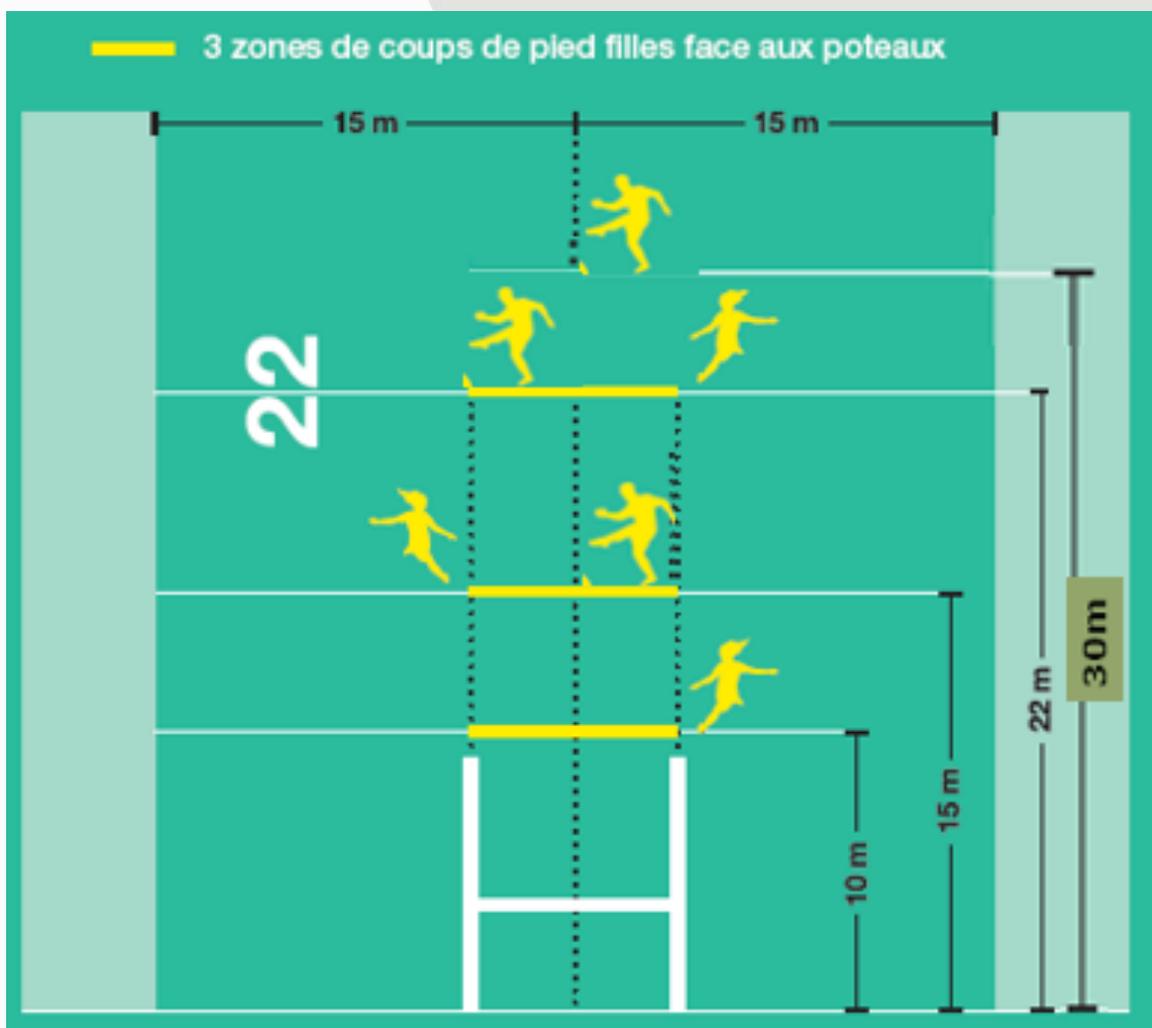
### Jeune Coach - Jeune Capitaine

Conseille le concurrent, le motive.

### Jeune Reporter

Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

### Illustration graphique



### Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 91

Nombre total de points : ... /40

Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

## But

Par 4, les joueurs et joueuses doivent marquer une pénalité selon un choix de 3 niveaux de difficulté :

## Position de départ

Face aux poteaux avec la possibilité de se décaler sur une parallèle à la ligne de but, tout en respectant les distances indiquées :

Pour les garçons	Pour les filles
- 15 m face aux poteaux : 3 points.	- 10 m face aux poteaux : 3 points.
- 22 m face aux poteaux : 6 points.	- 15 m face aux poteaux : 6 points.
- 30 m face aux poteaux : 10 points.	- 22 m face aux poteaux : 10 points.

## Consignes et règlement

Les joueurs et joueuses choisissent leur distance préférentielle et plusieurs d'entre eux peuvent choisir le même emplacement.

Une seule tentative est proposée pour chacun des 4 joueurs (4 rotations).

**Rugby**

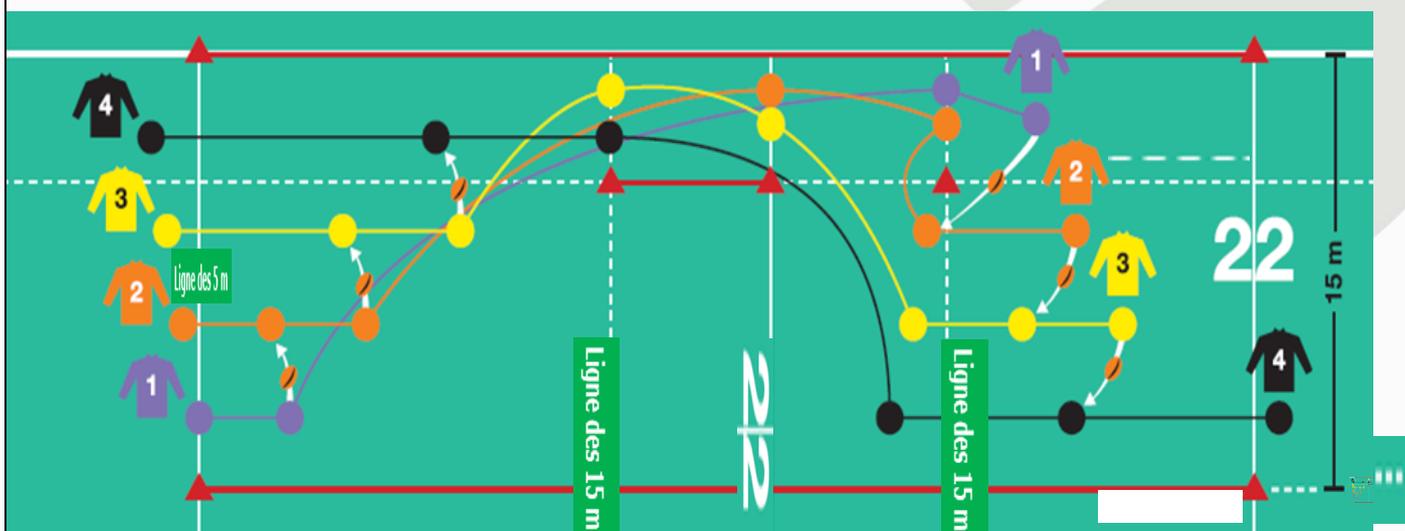
**Défiche 3**

**Top AS N° 92**

**Parcours collectif**

<b>Composition d'équipe</b>	Collèges, Lycées & LP. Équipes de 4. 2F - 2G. Composition libre en LP.  Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.
<b>Jeune Organisateur</b>	Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.
<b>Jeune Arbitre</b>	Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.
<b>Jeune Coach - Jeune Capitaine</b>	Conseille ses coéquipiers, les motive.
<b>Jeune Reporter</b>	Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

**Illustration graphique**



**Illustration vidéo : « Orange Rugby Challenge »**

<https://drive.google.com/file/d/1BPRwv4bA224i28xoYBbpUJ8wVCSIk4mw/view?usp=sharing>

## Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 92

Temps réalisé par équipe.

Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

### But du Jeu

Les 4 joueurs doivent marquer un essai sans opposition suite à une alternance de gestes techniques.  
à Coup de pied franc – « Ramasser – Poser le ballon » et de jeu déployé en un minimum de temps.

### Points de règlement

Toute équipe commettant une faute : coup de pied franc non joué – En-avant sur le « Poser-Ramasser » - Sortie des zones de jeu se verra pénalisée de 2'' supplémentaires par faute.

### Qualités demandées

Cet exercice technique nécessite :

- Rapidité de circulation.
- Coordination.
- Gestuelle de passe.
- Remplacement efficace.

### Parcours collectif chronométré

Par équipe de 4 : 2 F et 2 G.

Par catégorie : 6<sup>ème</sup>, 5<sup>ème</sup>, 4<sup>ème</sup>, 3<sup>ème</sup>.

Zones de jeu entre :

Ligne de touche sur la longueur de l'atelier, des 22 m aux 22 m.

Les lignes des 15 m, des 22 m aux 22 m.

① 4 joueurs sur la ligne des 22 m entre la ligne de touche et les 15 m.

② Le joueur **1**, placé aux 15 m, joue un coup de pied franc à la main, qui déclenche le chrono.

③ Jeu déployé du joueur **1** au joueur **4** sur la largeur des 15 m.

- Le joueur **4**, dernier utilisateur – pose la balle sur la ligne des 10 m dans le couloir des 5 m.
- Tous les joueurs se placent et doivent rester dans les 5 m.
- Le joueur **3** ramasse la balle et la pose sur la ligne médiane.
- Les joueurs peuvent prendre la largeur, à partir de la ligne médiane.
- Le joueur **2** ramasse le ballon et la pose sur la ligne des 10 m.
- Le joueur **1** ramasse le ballon et joue en jeu déployé.
- Le dernier joueur en possession du ballon, l'aplatit dans la zone de marque délimitée par les deux plots espacés de 2 m, et le chronomètre s'arrête.

# Top AS N° 93

## Jeu au Pied et Réception

### Composition d'équipe

Collèges, Lycées & LP.

Équipes de 4.

2F - 2G.

Composition libre en LP.

Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.

### Jeune Organisateur

Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.

### Jeune Arbitre

Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.

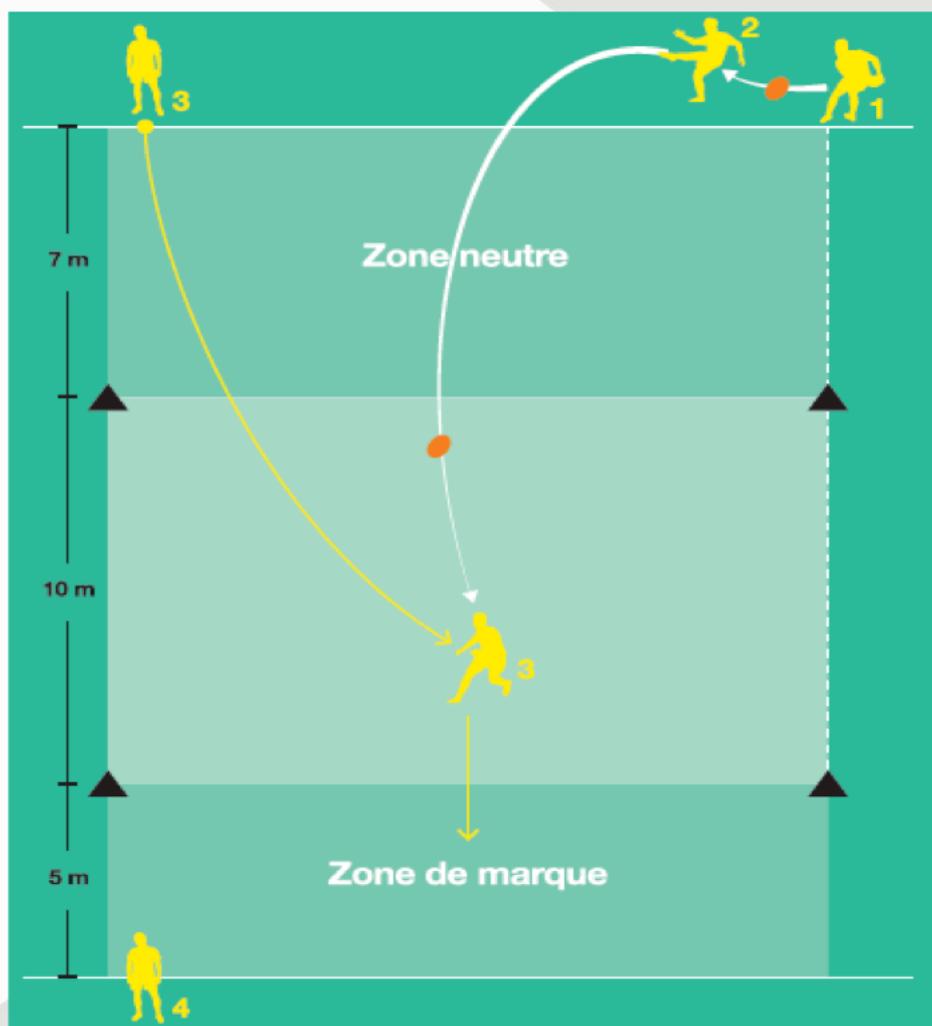
### Jeune Coach - Jeune Capitaine

Conseille ses coéquipiers, les motive.

### Jeune Reporter

Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

### Illustration graphique



## Illustration Vidéo

<https://drive.google.com/file/d/1bWCRQMfK1Yv1nzuW1oO37IhEptqdqXJD/view?usp=sharing>

## Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 93

Temps réalisé par équipe.

Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

## But du Jeu

Les joueurs doivent enchaîner les actions Passe – Coup de pied à suivre – Réception – Marque.

## Points de règlement

Toute équipe commettant une faute :

- En avant sur la réception.
- Réception pieds au sol.
- En avant sur le Marqué.
- Sortie des zones de jeu.

è se verra pénalisée de 2" supplémentaires par faute.

## Qualités demandées

Cet exercice technique nécessite :

- Précision.
- Adresse.
- Lecture précise de la trajectoire du ballon.
- Anticipation et coordination entre les joueurs et un remplacement efficace.

## Parcours collectif chronométré

Par équipe de 4 : 2 F et 2 G.

Par catégorie : 6<sup>ème</sup>, 5<sup>ème</sup>, 4<sup>ème</sup>, 3<sup>ème</sup>.

① Le joueur **1** se positionne sur la ligne des 5 m ou des 15 m au choix. Les joueurs **2** et **3** sont « en déployé » derrière le joueur **1**.

Le joueur **4** est derrière ses coéquipiers.

② Le joueur **1** joue un coup de pied franc à la main et passe au joueur **2** qui enclenche le chronomètre.

③ De la ligne des 22 m, le joueur **2** botte (trajectoire en cloche) avec le pied opposé à la réception du ballon.

Le joueur **3**, placé derrière ou à hauteur du joueur **2**, suit le coup de pied et réceptionne le ballon en suspension (pas d'appui au sol) dans une zone délimitée et marque dans la zone des 5 m.

Le joueur **4** ramène le ballon et devient joueur **1**, le joueur **3** devient le joueur **4** etc...

# Top AS N°94

## Parcours Passes au Pied

### Composition d'équipe

Collèges, Lycées & LP.  
Équipes de 4.  
2F - 2G.  
Composition libre en LP.  
Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.

### Jeune Organisateur

Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.

### Jeune Arbitre

Veille au bon déroulement de l'épreuve.  
Compte et relève les coups.

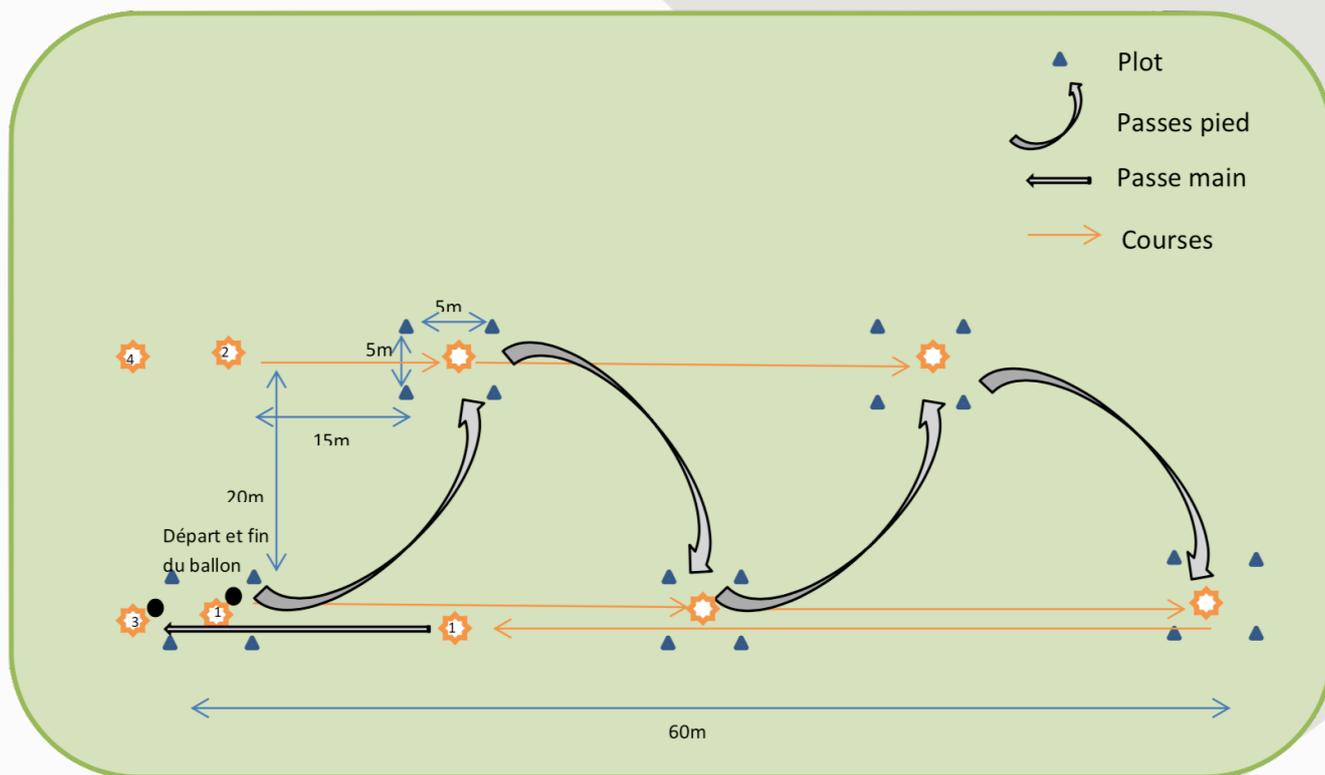
### Jeune Coach - Jeune Capitaine

Conseille ses coéquipiers, les motive.

### Jeune Reporter

Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

### Illustration graphique



### Illustration vidéo : « Académie Pôle Espoirs de Toulon »

<https://drive.google.com/file/d/1bzV1s4ttIf6ev9EVIEQMwGKPWJCxfryL/view?usp=sharing>

**Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 94**

Temps réalisé par équipe.

Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

**But**

Par 4, relais 2 par 2, réaliser le plus rapidement possible un circuit de passes au pied (chronométré).

**Circuit**

Enchaîner 1 aller-retour de passes au pied dans la course (15 m de profondeur sur 20 m de large, 2 jeux au pied par joueur), et dans une zone définie (5 m sur 5 m) par le 1<sup>er</sup> binôme (joueurs **1** et **2**) puis retour sprinté pour ramener le ballon au 2<sup>ème</sup> binôme (joueurs **3** et **4**) qui réalise le même parcours.

**Consignes et règlement**

Respecter les plots et les portes à franchir, circuit raté si :

- En-avant de passe.
- Hors-jeu
- Ballon tombé ou non-respect des zones.

Départ ballon au sol, le chronomètre se déclenche dès que qu'il est ramassé ou au signal de l'enseignant.

Fin du chronométrage dès l'essai en zone de marque définie (zone de départ = zone de fin).

# Top AS N°95

## Parcours des Passes

### Composition d'équipe

Collèges, Lycées & LP.

Équipes de 4.

2F - 2G.

Composition libre en LP.

Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.

### Jeune Organisateur

Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.

### Jeune Arbitre

Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.

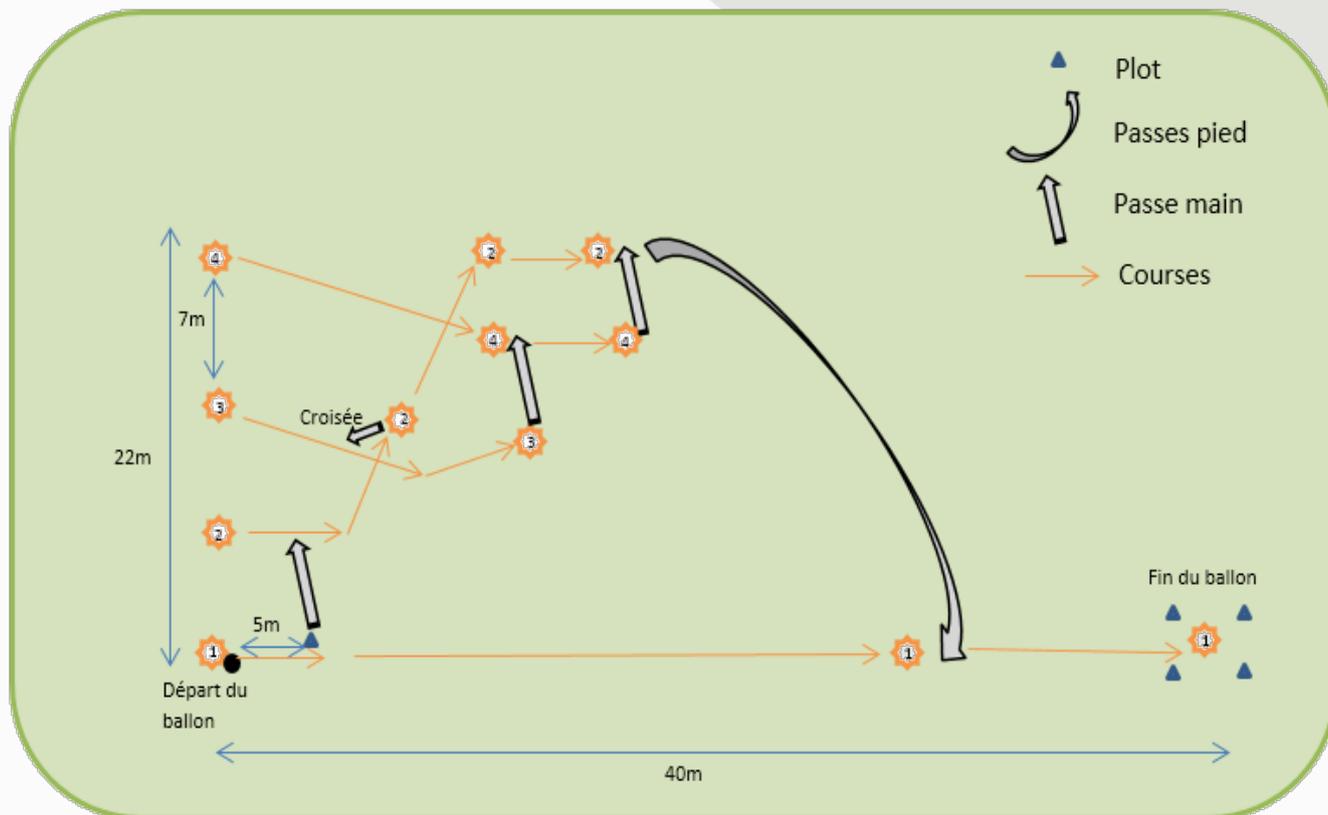
### Jeune Coach - Jeune Capitaine

Conseille ses coéquipiers, les motive.

### Jeune Reporter

Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

### Illustration graphique



### Illustration Vidéo : « Académie Pôle Espoirs de Toulon »

[https://drive.google.com/file/d/1ueSsJU0S1Vw3NeV\\_0a-gH0w7BeyO2SqY/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1ueSsJU0S1Vw3NeV_0a-gH0w7BeyO2SqY/view?usp=sharing)

<b>Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 95</b>	Temps réalisé par équipe.  Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».
<p><b>But</b> Par 4, réaliser le plus rapidement possible une combinaison de courses, de passes à la main et au pied (chronométrer).</p> <p><b>Circuit</b> Réaliser la combinaison (espace de 22 m de large et 40 m de profondeur), avec passe large entre joueurs <b>1</b> et <b>2</b>, puis croisée entre joueurs <b>2</b> et <b>3</b>, puis passe à hauteur entre joueurs <b>3</b> et <b>4</b>, puis passe large entre joueurs <b>4</b> et <b>2</b> (qui a redoublé en bout de ligne), puis passe au pied entre joueurs <b>2</b> et <b>1</b>, puis marquer par le joueur <b>1</b>.</p> <p><b>Consignes et règlement</b> Circuit raté si :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- En-avant de passe.</li> <li>- Hors-jeu.</li> <li>- Ballon tombé.</li> </ul> <p>Départ ballon au sol, le chronomètre se déclenche dès que qu'il est ramassé ou au signal de l'enseignant.</p> <p>Fin du chronométrage dès l'essai en zone de marque définie.</p>	

# Top AS N° 96

## Coups de Pied Tombés

### Composition d'équipe

Collèges, Lycées & LP.

Équipes de 4.

2F – 2G.

Composition libre en LP.

Nombre d'équipes illimité, mais une seule comptera pour le classement général.

### Jeune Organisateur

Mise en place des équipes sur le parcours, gestion du matériel, et des rotations.

### Jeune Arbitre

Veille au bon déroulement de l'épreuve. Compte et relève les coups.

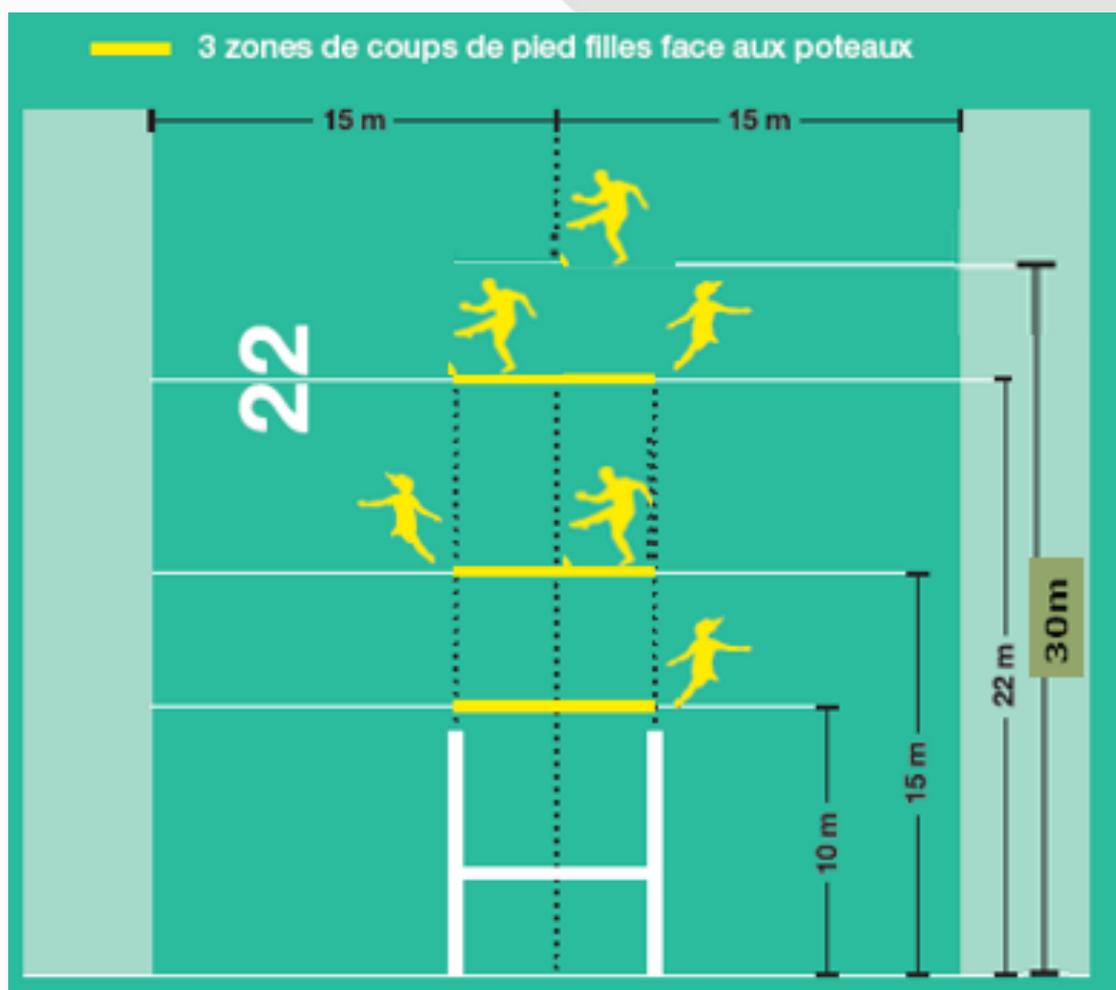
### Jeune Coach - Jeune Capitaine

Conseille ses coéquipiers, les motive.

### Jeune Reporter

Pour restituer les résultats, une photo (groupe / action) + 3 lignes de commentaires.

### Illustration graphique



**Chiffres « clés » du Top AS UNSS N° 96**

Nombre total de points : ... /40

Saisie sur OPUSS : Cf. « Trophée des AS UNSS, Introduction et Règlements ».

**But**

Par 4, les joueurs et joueuses doivent marquer en **coup de pied tombé (drop)** selon un choix de 3 niveaux de difficulté :

**Position de départ**

Face aux poteaux avec la possibilité de se décaler sur une parallèle à la ligne de but, tout en respectant les distances indiquées.

<b>Pour les garçons</b>	<b>Pour les filles</b>
- 15 m face aux poteaux : 3 points.	- 10 m face aux poteaux : 3 points.
- 22 m face aux poteaux : 6 points.	- 15 m face aux poteaux : 6 points.
- 30 m face aux poteaux : 10 points.	- 22 m face aux poteaux : 10 points.

**Consignes et règlement**

Les joueurs et joueuses choisissent leur distance préférentielle et plusieurs d'entre eux peuvent choisir le même emplacement.

Une seule tentative est proposée pour chacun des 4 joueurs (4 rotations).