



Comité départemental Oise Rugby

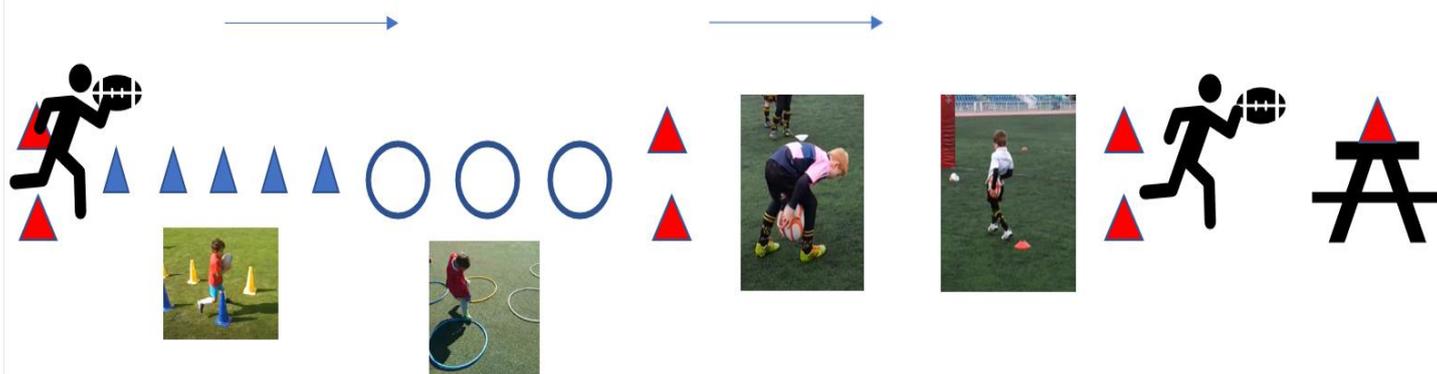


Défi Rugby

Objectif : Marquer le plus grand nombre de points sur un parcours balisé.

Matériels : plots, ballons, cerceaux, table. (voir adaptations).

Parcours :



Départ aux plots rouges. L'élève part avec un ballon, slalome entre les plots bleus sans les toucher.

Saute ensuite à l'intérieur des cerceaux. Dès le passage des plots rouges passe la balle une fois dans le dos et une fois entre les jambes.

Pour finir l'élève se positionne entre les derniers plots rouges lance le ballon pour faire tomber le plot posé sur une table.

Comptage des points :

Pas de plots tombés 5 pts (tolérance 1 plot pour cycle 1) **moins 1pt par plot tombé**

Pas de cerceaux touchés 5 pts (tolérance 2 cerceaux pour cycle 1 et CP) **moins 1pt par cerceau touché**

Pas de ballon tombé 5 pts (tolérance 1 ballon tombé pour cycle 1 et CP) **moins 2 pts par ballon tombé**

Ballon touché 5 pts (distance 1m pour cycle 1, 2m pour cycle 2, 3m pour cycle 3)

0 pt si pas de ballon touché

Adaptations : le ballon de rugby peut être remplacé par tout autre ballon et les plots par d'autres objets...