

UNSS
2020

RUGBY

Règlements

Mise à jour : 10 septembre 2019



Sommaire

I.	Équipes d'Établissement Rugby à 7 Minimes Garçons et Filles et Cadets
II.	Équipes d'Établissement Rugby à 7 Juniors Garçons et Lycées Filles
III.	Excellence Rugby à 10 Minimes Garçons et Filles
IV.	Excellence Rugby à 10 Lycées Garçons et Filles

RÈGLEMENT RUGBY A EFFECTIF RÉDUIT À 7 UNSS MINIMES GARÇONS FILLES ET CADETS ÉQUIPE D'ÉTABLISSEMENT

(Mis à jour 10 septembre 2019)

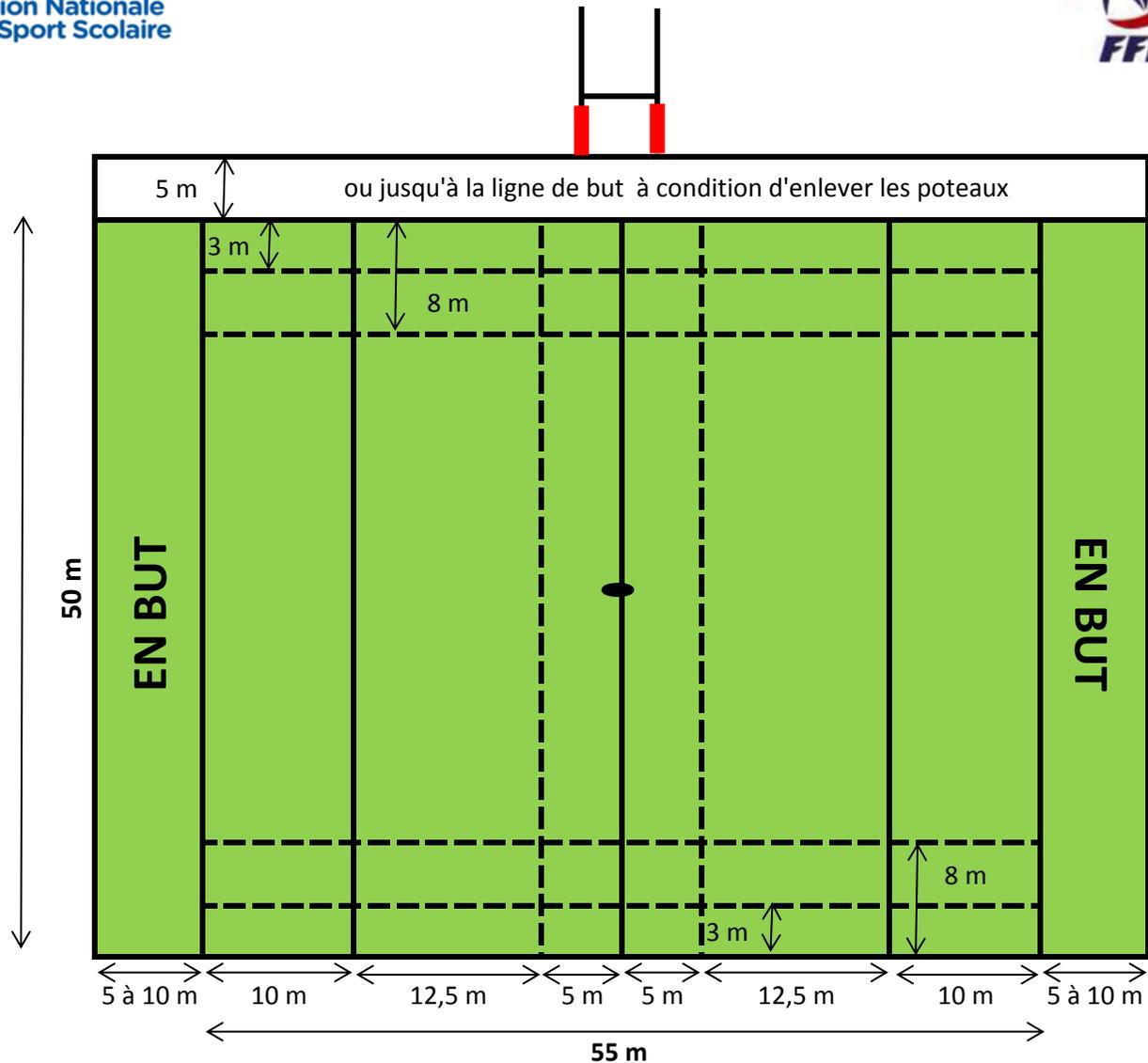


NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à 7- 6 remplaçants maximum – minimum 5 joueurs sur le terrain L'équipe se compose de 3 avants, de 4 joueurs de lignes arrières dont un demi de mêlée.	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les périodes de pause, sauf blessure • Ils s'effectuent au centre du terrain (point d'intersection ligne médiane et ligne de touche). • Ils sont libres, tout joueur peut revenir en jeu. • Ils s'effectuent lors d'un arrêt de jeu, le joueur pénétrant sur le terrain devant attendre que le remplacé ait quitté l'aire de jeu (si faute, pénalité à l'endroit de l'arrêt de jeu). • Un remplacement technique peut être demandé par l'arbitre afin de permettre à un joueur énérvé de se calmer sur la touche, l'équipe continue cependant de jouer à 7.	
TERRAIN	1/2 Terrain dans le sens de la largeur soit 55m de long et 50m de large (laisser une bande de 5 m minimum entre 2 terrains) En-but : minimum 5 mètres. Dans le cas où les poteaux ne peuvent pas être retirés, mettre des protections, ou décaler de 5 m Utiliser prioritairement le traçage les lignes du terrain de rugby à XV existantes	
	MINIMES	CADETS
DURÉE TOTALE DE JEU DANS LA MEME JOURNÉE	60 minutes	70 minutes
DURÉE D'1 MATCH UNIQUE DANS 1 JOURNÉE	4 x 10 minutes (pas de période supérieure à 15 minutes)	4 x 12 minutes
DURÉE D'1 MATCH EN TOURNOI A 3 EQUIPES	2 x 10 minutes (2 matchs par équipe)	2 x 12 minutes (2 matchs par équipe)
CHAMPIONNAT DE FRANCE DURÉE TOTALE DE JEU	2 x 6 minutes	
PASSAGE EN FORCE	Un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté.	
PLAQUAGES	Le plaquage doit être impérativement effectué entre la ceinture et les pieds (attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire) Il est effectué obligatoirement avec les 2 bras sans soulever. Toute forme de plaquage dangereux (plaquages hauts, projections, percussion à l'épaule, « tacles » et cuillère) doit être sanctionné sans faiblesse. Tout joueur porteur du ballon ne peut aller volontairement au sol sans avoir été plaqué (sauf pour faire un touché à terre en en-but) Règle du « plaqueur-plaqué » et de l'intervention des soutiens doit permettre la continuité du jeu et éviter les « grattages » et les « déblayages » irréguliers et dangereux. • À la suite d'un plaquage, le plaqueur doit immédiatement s'éloigner de la zone de placage, le ballon doit être libéré, les joueurs qui arrivent au soutien ne peuvent entrer au contact de l'adversaire que dans la zone de plaquage (1 mètre autour du ballon maximum). • Ce contact doit être un geste de poussée et non une percussion (pour éviter les imitations dangereuses du jeu des plus grands : déblayage, nettoyage, etc...)	
OPPOSANTS	L'opposant peut bloquer debout QU plaquer le porteur de balle. Le joueur bloqué debout ne peut plus être amené au sol (même par un autre joueur que le bloqueur). Le joueur bloqué est assimilé à un plaquage donc les soutiens défensifs doivent arriver du côté de leur ligne de but avant de jouer le ballon.	
JEU DÉLOYAL	Exclusion temporaire de 3 minutes sans remplacement du joueur fautif • Avertissement CARTON JAUNE : exemple (Jeu dangereux, anti jeu, énervement). Le joueur pénalisé est exclu et son équipe joue à 6 jusqu'à la fin du temps de l'exclusion (temps courant éventuellement sur la 2ème mi-temps). • Exclusion CARTON ROUGE : Acte de brutalité manifeste, incorrection, récidive après carton jaune : Le joueur pénalisé est exclu du tournoi pour la journée. La commission de discipline se donne le droit après rapport des responsables (Arbitres, délégués, responsables de terrain) d'exclure le joueur pour tout le tournoi. Son équipe joue à 6 jusqu'à la fin du match qui a vu l'exclusion du joueur mais peut jouer les rencontres suivantes à 7 sans le joueur pénalisé bien évidemment. Match arrêté et perdu par forfait (score 25 à 0, 0 point) lorsqu'une équipe se retrouve à 4.	
OPTIONS EN CAS DE PÉNALITÉ OU COUP FRANC	Une équipe bénéficiant d'une pénalité ou d'un coup de pied franc ne peut pas choisir une mêlée ordonnée en lieu et place. Les adversaires ne doivent rien faire qui puisse retarder le coup de pied ou faire obstruction sur le botteur, y compris prendre, jeter ou botter délibérément le ballon hors de portée du botteur ou de ses coéquipiers. Sanction : Deuxième pénalité ou coup franc, à 10 mètres en avant de la marque initiale. Ce deuxième coup de pied ne doit pas être joué avant que l'arbitre n'ait fait la marque.	
REMISES EN JEU FAUTES	OÙ ?	COMMENT ?
COUP D'ENVOI ET DE RENVOI APRES ESSAI	Au centre du terrain	Par un coup de pied tombé. Si le ballon ne franchit pas 5 m en profondeur ou si le ballon va en ballon mort ou si le ballon va directement en touche ou si les partenaires partent avant alors un coup de pied franc sera accordé au centre du terrain à l'équipe en réception. L'équipe qui a marqué un essai donne le coup de renvoi en coup de pied tombé.
RENOVI AUX 22 M	En arrière de la ligne tracée à 10 m de la ligne de but.	En coup de pied tombé, le ballon devant franchir la ligne de remise en jeu.
MÊLÉE ORDONNÉE	À l'endroit de la faute (5 mètres de toute ligne)	Les avants sont sur la même ligne, le demi de mêlée qui ne bénéficie pas de l'introduction doit se placer du même côté de la mêlée au moment où s'effectue l'introduction il n'est pas autorisé à suivre la progression de la balle. Mêlée simulée, non disputée.
COUPS DE PIEDS	• Possibilité de jeu au pied sur la totalité du terrain mais coup de pied direct en touche sanctionné (la remise en jeu se fait là où a été donné le coup de pied). • Le coup de pied direct en touche n'est autorisé que dans ses 22 m (entre les 5 m et les 15 m de la touche)	
Pénalité, touche, coup franc, coup d'envoi	Règle des 5 m (adversaires à 5 m)	
TOUCHE	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. Le début de l'alignement est à 3 mètres. 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. Les non-participants sont à 5m. La remise en jeu rapide est autorisée, avec respect des lignes de hors jeu.	
ARBITRAGE	Double arbitrage par les Jeunes Arbitres à tous les niveaux: • Les 2 arbitres se font toujours face, le terrain est partagé dans le sens de la longueur • Les joueurs-arbitres préviennent les joueurs avant de siffler les fautes (prévention) • L'arbitre qui a sifflé une faute s'occupe de la remise en jeu l'autre s'occupe des joueurs non concernés directement • Faire appliquer expressément la règle du « plaqueur-plaqué » et de l'intervention des soutiens	Sécurité : • Apporter de la vigilance sur les postures et les placements en mêlée (commandements) Faire respecter 3 temps : « FLEXION - LIÉ - PLACEMENT » • Squeeze ball interdit
HORMIS CES DISPOSITIONS, LES RÈGLES DU RUGBY À 7 "CATEGORIE E" SONT APPLICABLES		

TERRAIN RUGBY A EFFECTIF REDUIT À 7 UNSS MINIMES GARCONS FILLES ET CADETS EQUIPE D'ETABLISSEMENT



(Mis à jour 10 septembre 2019)



RÈGLEMENT RUGBY À EFFECTIF RÉDUIT À 7 UNSS JUNIORS GARÇONS ÉQUIPE D'ÉTABLISSEMENT

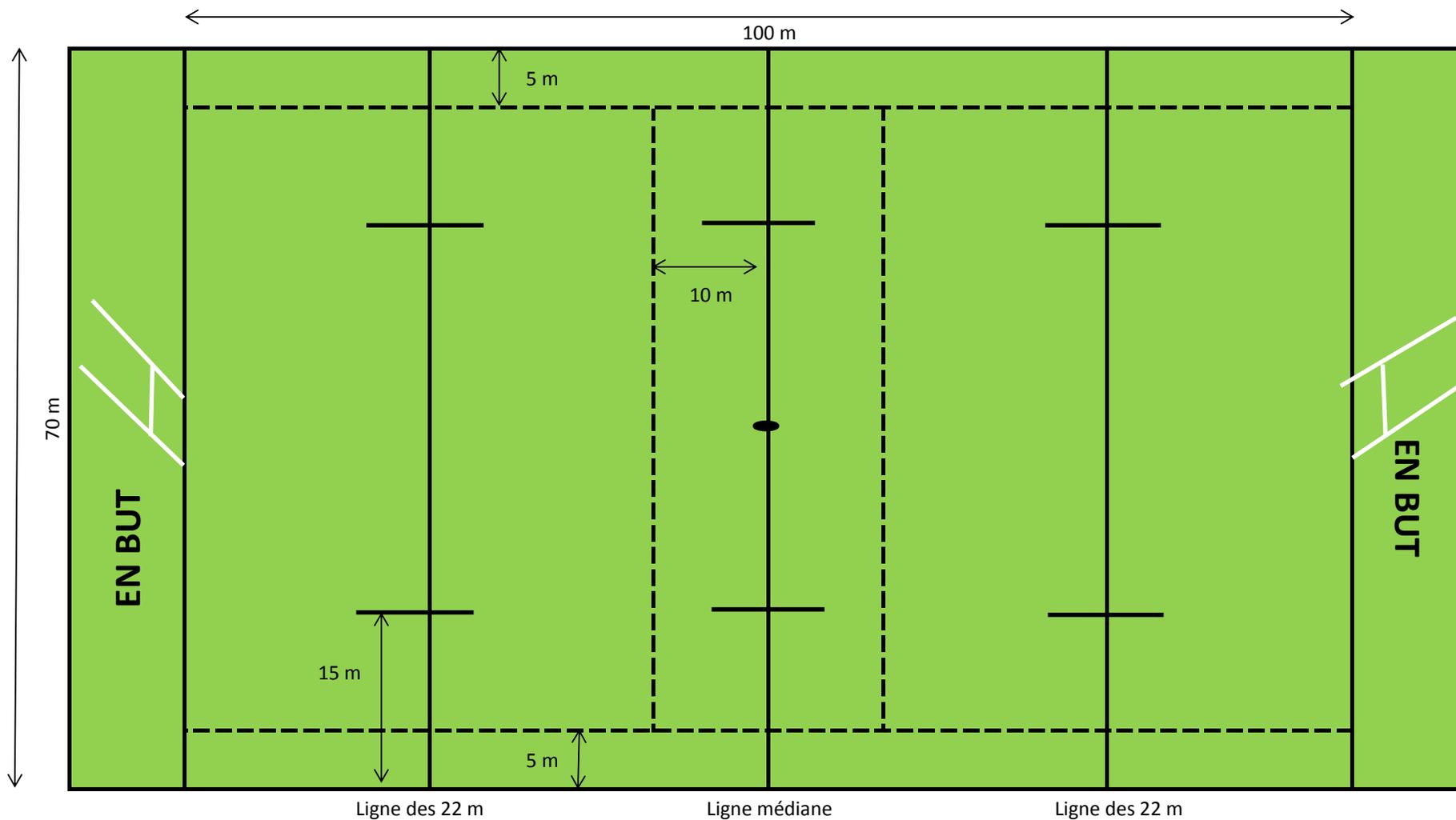
(Mis à jour 10 septembre 2019)



NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à 7- 6 remplaçants maximum- minimum 5 joueurs sur le terrain L'équipe se compose de 3 avants, de 4 joueurs de lignes arrières dont un demi de mêlée.	
REPLACEMENTS	<p>Illimités pendant les périodes de pause, sauf blessure</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ils s'effectuent au centre du terrain (point d'intersection ligne médiane et ligne de touche). • Ils sont libres, tout joueur peut revenir en jeu. • Ils s'effectuent lors d'un arrêt de jeu, le joueur pénétrant sur le terrain devant attendre que le remplacé ait quitté l'aire de jeu (si faute, pénalité à l'endroit de l'arrêt de jeu), • Un remplacement technique peut être demandé par l'arbitre afin de permettre à un joueur énérvé de se calmer sur la touche, l'équipe continue cependant de jouer à 7. 	
TERRAIN	Terrain normal	
DURÉE TOTALE DE JEU DANS LA MEME JOURNÉE	60 minutes	
DURÉE D'UN MATCH EN TOURNOI	2 x 7 minutes	
PASSAGE EN FORCE	Un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté.	
PLAQUAGES	<p>Le plaquage doit être impérativement effectué entre la ceinture et les pieds (attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire) Il est effectué obligatoirement avec les 2 bras sans soulever. Toute forme de plaquage dangereux (plaquages hauts, projections, percussion à l'épaule, « tacles » et cuillère) doit être sanctionné sans faiblesse. Tout joueur porteur du ballon ne peut aller volontairement au sol sans avoir été plaqué (sauf pour faire un touché à terre en en-but)</p> <p>Règle du « plaqueur-plaqué » et de l'intervention des soutiens doit permettre la continuité du jeu et éviter les « grattages » et les « déblayages » irréguliers et dangereux.</p> <ul style="list-style-type: none"> • À la suite d'un plaquage, le plaqueur doit immédiatement s'éloigner de la zone de placage, le ballon doit être libéré, les joueurs qui arrivent au soutien ne peuvent entrer au contact de l'adversaire que dans la zone de plaquage (1 mètre autour du ballon maximum). • Ce contact doit être un geste de poussée et non une percussion (pour éviter les imitations dangereuses du jeu des plus grands : déblayage, nettoyage, etc...) 	
OPPOSANTS	<p>L'opposant peut bloquer debout OU plaquer le porteur de balle. Le joueur bloqué debout ne peut plus être amené au sol (même par un autre joueur que le bloqueur). Le joueur bloqué est assimilé à un plaquage donc les soutiens défensifs doivent arriver du côté de leur ligne de but avant de jouer le ballon.</p>	
JEU DÉLOYAL	<p>Exclusion temporaire de 3 minutes sans remplacement du joueur fautif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Avertissement CARTON JAUNE : exemple (Jeu dangereux, anti jeu, énervement). Le joueur pénalisé est exclu, son équipe joue à 6 jusqu'à la fin du temps de l'exclusion (temps courant éventuellement sur la 2ème mi-temps). • Exclusion CARTON ROUGE : Acte de brutalité manifeste, incorrection, récidive après carton jaune : Le joueur pénalisé est exclu du tournoi pour la journée. <p>La commission de discipline se donne le droit après rapport des responsables (Arbitres, délégués, responsables de terrain) d'exclure le joueur pour tout le tournoi. Son équipe joue à 6 jusqu'à la fin du match qui a vu l'exclusion du joueur mais peut jouer les rencontres suivantes à 7 sans le joueur pénalisé bien évidemment. Match arrêté et perdu par forfait (score 25 à 0, 0 point) lorsqu'une équipe se retrouve à 4.</p>	
OPTIONS EN CAS DE PÉNALITÉ OU COUP FRANC	<p>Une équipe bénéficiant d'une pénalité ou d'un coup de pied franc ne peut pas choisir une mêlée ordonnée en lieu et place. Les adversaires ne doivent rien faire qui puisse retarder le coup de pied ou faire obstruction sur le botteur, y compris prendre, jeter ou botter délibérément le ballon hors de portée du botteur ou de ses coéquipiers. Sanction : Deuxième pénalité ou coup franc, à 10 mètres en avant de la marque initiale. Ce deuxième coup de pied ne doit pas être joué avant que l'arbitre n'ait fait la marque.</p>	
REMISES EN JEU FAUTES	OÙ ?	COMMENT ?
COUP D'ENVOI ET DE RENVOI APRÈS ESSAI	Au centre du terrain	<p>Par un coup de pied tombé. Si le ballon ne franchit pas 10 m en profondeur ou si le ballon va en ballon mort ou si le ballon va directement en touche ou si les partenaires partent avant alors un coup de pied franc sera accordé au centre du terrain à l'équipe en réception.</p> <p>L'équipe qui a marqué un essai donne le coup de renvoi en coup de pied tombé.</p>
RENOVI AUX 22 M	Ligne 22 mètres	En coup de pied tombé, le ballon devant franchir la ligne de remise en jeu.
MÊLÉE ORDONNÉE	À l'endroit de la faute (5 mètres de toute ligne)	Les avants sont sur la même ligne, le demi de mêlée qui ne bénéficie pas de l'introduction doit se placer du même côté de la mêlée au moment où s'effectue l'introduction il n'est pas autorisé à suivre la progression de la balle. Mêlée simulée, non disputée.
COUPS DE PIEDS	<ul style="list-style-type: none"> • Possibilité de jeu au pied sur la totalité du terrain mais coup de pied direct en touche sanctionné (la remise en jeu se fait là où a été donné le coup de pied). • Le coup de pied direct en touche n'est autorisé que dans ses 22 m 	
Pénalité, touche, coup franc, coup d'envoi	Règle des 10 m (adversaires à 10 m)	
TOUCHE	L'alignement est de 2 joueurs. Même nombre de joueurs en touche, 4 de chaque côté (1 lanceur, 2 sauteurs, 1 relayeur pour l'équipe bénéficiant du lancé et 1 joueur dans le couloir, 2 sauteurs, 1 relayeur pour l'équipe en défense).	
ARBITRAGE	<p>Double arbitrage par les Jeunes Arbitres à tous les niveaux:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les 2 arbitres se font toujours face, le terrain est partagé dans le sens de la longueur • Les joueurs-arbitres préviennent les joueurs avant de siffler les fautes (prévention) • L'arbitre qui a sifflé une faute s'occupe de la remise en jeu l'autre s'occupe des joueurs non concernés directement • Faire appliquer expressément la règle du « plaqueur-plaqué » et de l'intervention des soutiens 	<p>Sécurité :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apporter de la vigilance sur les postures et les placements en mêlée (commandements) • Faire respecter 3 temps : « FLEXION - LIÉ - PLACEMENT » • Squeeze ball interdit
HORMIS CES DISPOSITIONS, LES RÈGLES DU RUGBY À 7 "CATÉGORIE E" SONT APPLICABLES		

TERRAIN RUGBY A EFFECTIF REDUIT À 7 UNSS JUNIORS GARÇONS ÉQUIPE D'ÉTABLISSEMENT

(Mis à jour 10 septembre 2019)



RÈGLEMENT RUGBY À EFFECTIF RÉDUIT À 7 UNSS LYCÉES FILLES ÉQUIPE D'ÉTABLISSEMENT

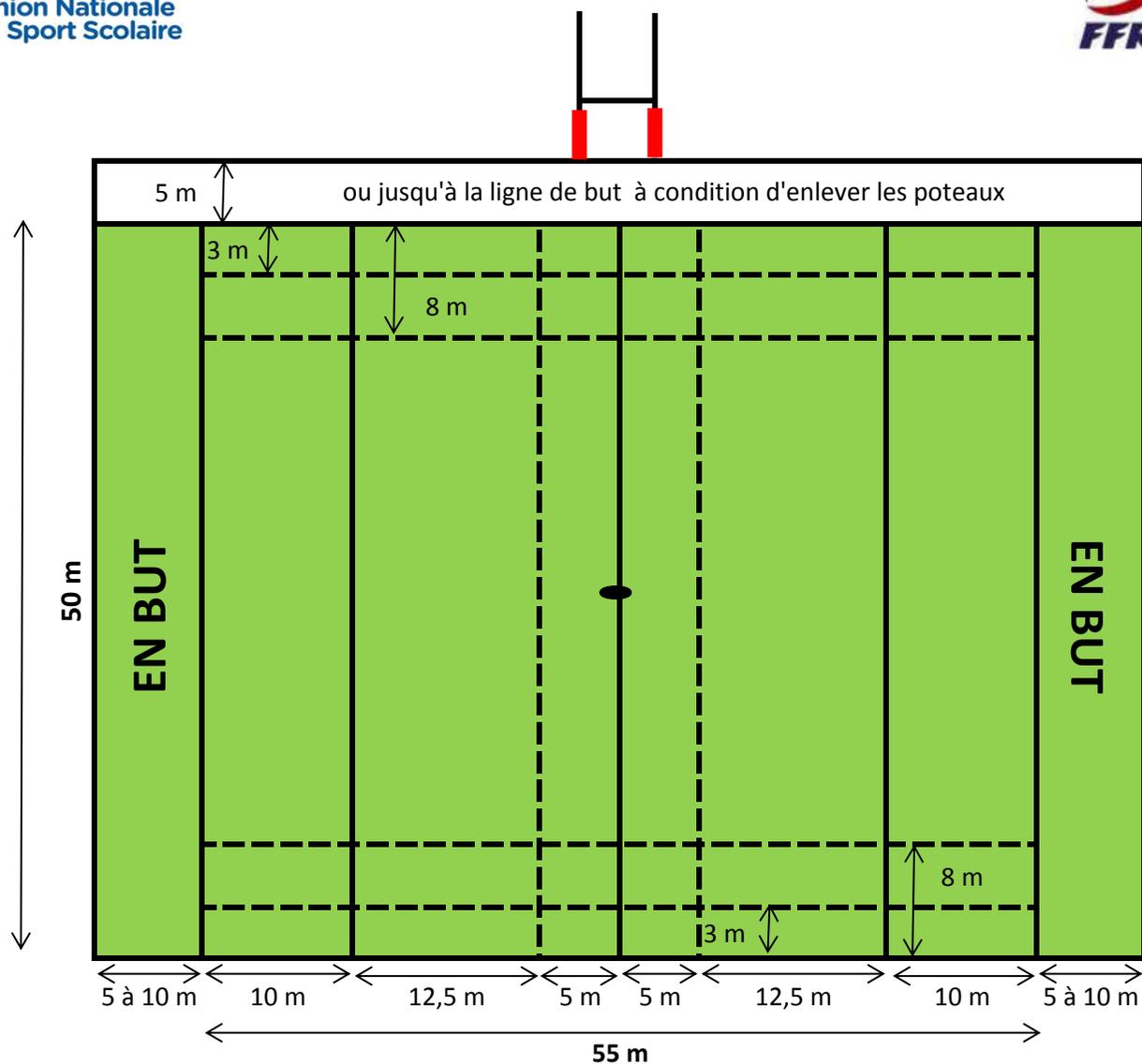
(Mis à jour 10 septembre 2019)



NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à 7- 6 remplaçants maximum - minimum 5 joueurs sur le terrain L'équipe se compose de 3 avants, de 4 joueurs de lignes arrières dont un demi de mêlée.	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les périodes de pause, sauf blessure <ul style="list-style-type: none"> • Ils s'effectuent au centre du terrain (point d'intersection ligne médiane et ligne de touche). • Ils sont libres, tout joueur peut revenir en jeu. • Ils s'effectuent lors d'un arrêt de jeu, le joueur pénétrant sur le terrain devant attendre que le remplacé ait quitté l'aire de jeu (si faute, pénalité à l'endroit de l'arrêt de jeu). • Un remplacement technique peut être demandé par l'arbitre afin de permettre à un joueur énérvé de se calmer sur la touche, l'équipe continue cependant de jouer à 7. 	
TERRAIN	1/2 Terrain dans le sens de la largeur soit 55m de long et 50 m de large (laisser une bande de 5 m minimum entre 2 terrains) En-but : minimum 5 mètres. Dans le cas où les poteaux ne peuvent pas être retirés, mettre des protections, ou décaler de 5 m Utiliser prioritairement le traçage les lignes du terrain de rugby à XV existantes	
DURÉE TOTALE DE JEU DANS LA MEME JOURNÉE	70 60 minutes	
DURÉE D'1 MATCH EN TOURNOI A 3 EQUIPES	2 x 12 minutes (2 matchs par équipe)	
CHAMPIONNAT DE FRANCE DURÉE TOTALE DE JEU	2 x 6 7 minutes	
PASSAGE EN FORCE	Un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté.	
PLAQUAGES	Le plaquage doit être impérativement effectué entre la ceinture et les pieds (attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire) Il est effectué obligatoirement avec les 2 bras sans soulever. Toute forme de plaquage dangereux (plaquages hauts, projections, percussion à l'épaule, « tacles » et cuillère) doit être sanctionné sans faiblesse. Tout joueur porteur du ballon ne peut aller volontairement au sol sans avoir été plaqué (sauf pour faire un touché à terre en en-but) Règle du « plaqueur-plaqué » et de l'intervention des soutiens doit permettre la continuité du jeu et éviter les « grattages » et les « déblayages » irréguliers et dangereux. <ul style="list-style-type: none"> • À la suite d'un plaquage, le plaqueur doit immédiatement s'éloigner de la zone de placage, le ballon doit être libéré, les joueurs qui arrivent au soutien ne peuvent entrer au contact de l'adversaire que dans la zone de plaquage (1 mètre autour du ballon maximum). • Ce contact doit être un geste de poussée et non une percussion (pour éviter les imitations dangereuses du jeu des plus grands : déblayage, nettoyage, etc...) 	
OPPOSANTS	L'opposant peut bloquer debout OU plaquer le porteur de balle. Le joueur bloqué debout ne peut plus être amené au sol (même par un autre joueur que le bloqueur). Le joueur bloqué est assimilé à un plaquage donc les soutiens défensifs doivent arriver du côté de leur ligne de but avant de jouer le ballon.	
JEU DÉLOYAL	Exclusion temporaire de 3 minutes sans remplacement du joueur fautif <ul style="list-style-type: none"> • Avertissement CARTON JAUNE : exemple (Jeu dangereux, anti jeu, énervement). Le joueur pénalisé est exclu et son équipe joue à 6 jusqu'à la fin du temps de l'exclusion (temps courant éventuellement sur la 2ème mi-temps). • Exclusion CARTON ROUGE : Acte de brutalité manifeste, incorrection, récidive après carton jaune : Le joueur pénalisé est exclu du tournoi pour la journée. La commission de discipline se donne le droit après rapport des responsables (Arbitres, délégués, responsables de terrain) d'exclure le joueur pour tout le tournoi. Son équipe joue à 6 jusqu'à la fin du match qui a vu l'exclusion du joueur mais peut jouer les rencontres suivantes à 7 sans le joueur pénalisé bien évidemment. Match arrêté et perdu par forfait (score 25 à 0 et 0 point) lorsqu'une équipe se retrouve à 4.	
OPTIONS EN CAS DE PÉNALITÉ OU COUP FRANC	Une équipe bénéficiant d'une pénalité ou d'un coup de pied franc ne peut pas choisir une mêlée ordonnée en lieu et place. Les adversaires ne doivent rien faire qui puisse retarder le coup de pied ou faire obstruction sur le botteur, y compris prendre, jeter ou botter délibérément le ballon hors de portée du botteur ou de ses coéquipiers. Sanction : Deuxième pénalité ou coup franc, à 10 mètres en avant de la marque initiale. Ce deuxième coup de pied ne doit pas être joué avant que l'arbitre n'ait fait la marque.	
REMISES EN JEU FAUTES	OÙ ?	COMMENT ?
COUP D'ENVOI ET DE RENVOI APRES ESSAI	Au centre du terrain	Par un coup de pied tombé. Si le ballon ne franchit pas 5 m en profondeur ou si le ballon va en ballon mort ou si le ballon va directement en touche ou si les partenaires partent avant alors un coup de pied franc sera accordé au centre du terrain à l'équipe en réception. L'équipe qui a marqué un essai donne le coup de renvoi en coup de pied tombé.
RENOVI AUX 22 M	En arrière de la ligne tracée à 10 m de la ligne de but.	En coup de pied tombé, le ballon devant franchir la ligne de remise en jeu.
MÊLÉE ORDONNÉE	À l'endroit de la faute (5 mètres de toute ligne)	Les avants sont sur la même ligne, le demi de mêlée qui ne bénéficie pas de l'introduction doit se placer du même côté de la mêlée au moment où s'effectue l'introduction il n'est pas autorisé à suivre la progression de la balle. Mêlée simulée, non disputée.
COUPS DE PIEDS	<ul style="list-style-type: none"> • Possibilité de jeu au pied sur la totalité du terrain mais coup de pied direct en touche sanctionné (la remise en jeu se fait là où a été donné le coup de pied). • Le coup de pied direct en touche n'est autorisé que dans ses 22 m (zone délimitée par une ligne à 10 m de la ligne de la ligne de but) 	
Pénalité, touche, coup franc, coup d'envoi	Règle des 5 m (adversaires à 5 m)	
TOUCHE	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. Début de l'alignement à 3 mètres. 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. Les non-participants sont à 5m. La remise en jeu rapide est autorisée, avec respect des lignes de hors jeu.	
ARBITRAGE	Double arbitrage par les Jeunes Arbitres à tous les niveaux: <ul style="list-style-type: none"> • Les 2 arbitres se font toujours face, le terrain est partagé dans le sens de la longueur • Les joueurs-arbitres préviennent les joueurs avant de siffler les fautes (prévention) • L'arbitre qui a sifflé une faute s'occupe de la remise en jeu l'autre s'occupe des joueurs non concernés directement • Faire appliquer expressément la règle du « plaqueur-plaqué » et de l'intervention des soutiens 	Sécurité : <ul style="list-style-type: none"> • Apporter de la vigilance sur les postures et les placements en mêlée (commandements) • Faire respecter 3 temps : « FLEXION – LIÉ – PLACEMENT » • Squeeze ball interdit
HORMIS CES DISPOSITIONS, LES RÈGLES DU RUGBY À 7 "CATÉGORIE E" SONT APPLICABLES		

TERRAIN RUGBY A EFFECTIF REDUIT À 7 UNSS LYCÉES FILLES ÉQUIPE D'ÉTABLISSEMENT

(Mis à jour 10 septembre 2019)



RÈGLEMENT RUGBY À 10 UNSS MINIMES GARÇONS et FILLES EXCELLENCE

(Mis à jour 10 septembre 2019)

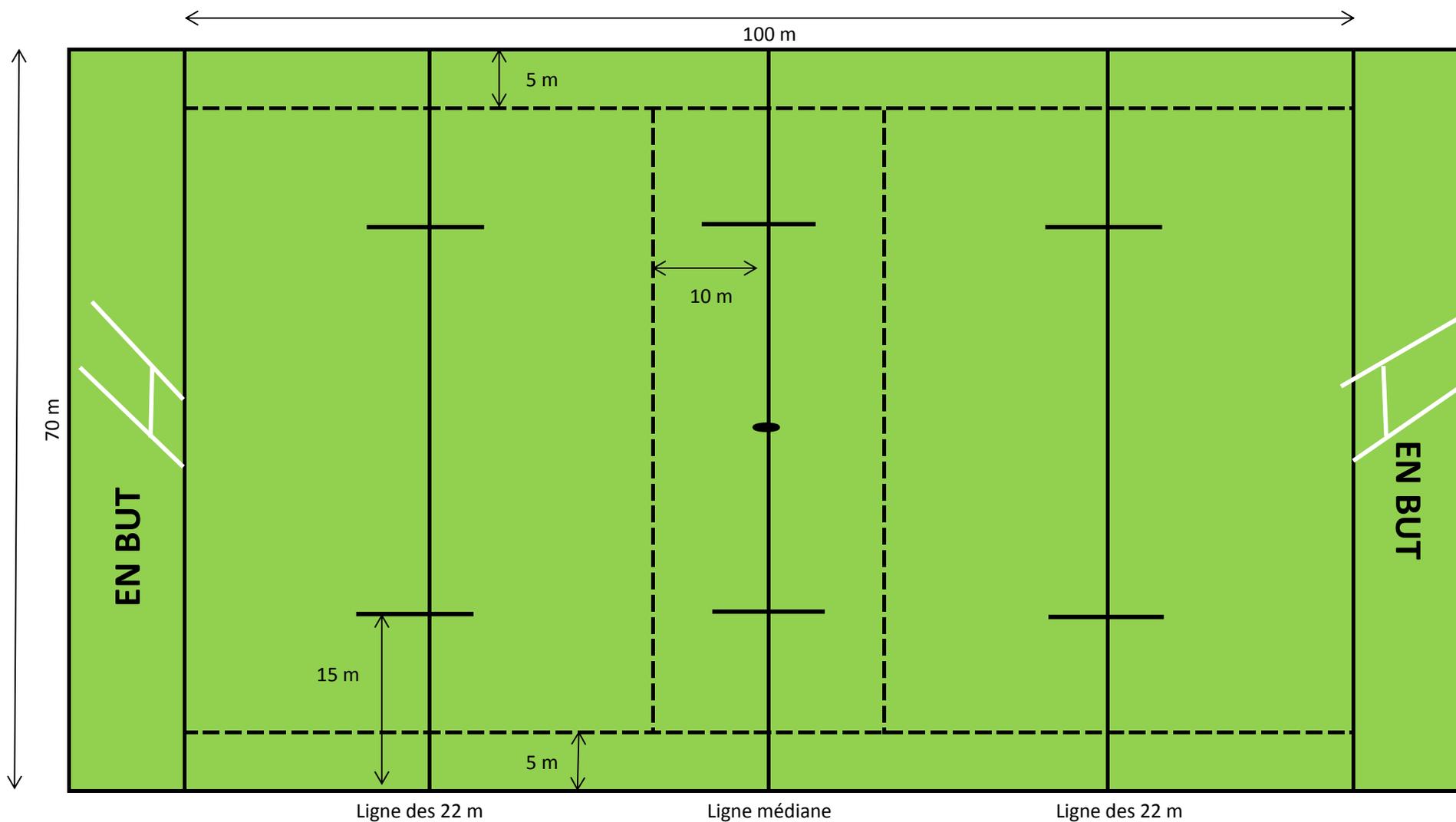


NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à 10 - 10 joueurs valides sur le terrain Il est obligatoire d'inscrire sur la feuille de match 16 à 18 joueurs valides lors du championnat de France (15 joueurs valides inter-académies)	
REPLACEMENTS	Illimités pendant les périodes de pause, sauf blessure. Les changements ne peuvent se faire après une pénalité, sauf blessure définitive	
TERRAIN	Terrain normal	
DURÉE MATCH UNIQUE PAUSES	40 minutes : 4 x 10' en match unique avec 1 temps mort de 1 minute par équipe et par mi-temps	
DURÉE TOURNOI TRIANGULAIRE	2 x 10' avec 1 temps mort de 1 minute par équipe et par mi-temps	
DURÉE TOURNOI PAUSES	2 x 10 minutes avec 1 temps mort de 1 minute par équipe et par mi-temps Temps de jeu maximum en tournoi sur deux journées (Championnats de France) : 100 minutes par joueur (50 minutes par journée) Chaque joueur doit jouer et débiter au moins une mi-temps par jour. Un remplacement compte pour une mi-temps	
ARBITRAGE	2 Jeunes Officiels ASSISTÉS par un enseignant EPS sur le bord du terrain	
PASSAGE EN FORCE	Un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté.	
PLAQUAGES	<p>Le plaquage doit être impérativement effectué entre la ceinture et les pieds (attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire) Il est effectué obligatoirement avec les 2 bras sans soulever.</p> <p>Toute forme de plaquage dangereux (plaquages hauts, projections, percussions, à l'épaule, « tacles » et cuillère) doit être sanctionné sans faiblesse. Tout joueur porteur du ballon ne peut aller volontairement au sol sans avoir été plaqué (sauf pour faire un touché à terre en en-but)</p> <p>Règle du « plaqueur-plaqué » et de l'intervention des soutiens doit permettre la continuité du jeu et éviter les « grattages » et les « déblayages » irréguliers et dangereux.</p> <ul style="list-style-type: none"> • À la suite d'un plaquage, le plaqueur doit immédiatement s'éloigner de la zone de placage, le ballon doit être libéré, les joueurs qui arrivent au soutien ne peuvent entrer au contact de l'adversaire que dans la zone de plaquage (1 mètre autour du ballon maximum). • Ce contact doit être un geste de poussée et non une percussioin (pour éviter les imitations dangereuses du jeu des plus grands : déblayage, nettoyage, etc...) 	
OPPOSANTS	<p>L'opposant peut bloquer debout OU plaquer le porteur de balle.</p> <p>Le joueur bloqué debout ne peut plus être amené au sol (même par un autre joueur que le bloqueur).</p> <p>Le joueur bloqué est assimilé à un plaquage donc les soutiens défensifs doivent arriver du côté de leur ligne de but avant de jouer le ballon.</p>	
MÊLÉE ORDONNÉE	<p>MÊLÉE ORDONNÉE À l'endroit de la faute (5 mètres de toute ligne)</p>	<p>MÊLÉE SIMULÉE : le ballon est laissé à l'équipe qui introduit</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mêlée à 5 joueurs • Mêlée structurée en 3-2, aucun joueur de la mêlée ne peut se délier et jouer le ballon. La liaison (jusqu'à l'épaule) doit se faire jusqu'à la fin de la mêlée. • Quand pour une raison quelconque, une équipe est réduite à moins de 10 joueurs, le nombre de joueurs de chaque équipe participant à la mêlée doit toujours rester 5, et la formation demeure en 3-2. • Préconisations sécuritaires : dos plat, jambes fléchies. • Le nombre de joueurs impliqués dans une mêlée est toujours identique pour les 2 équipes (5c5 pas moins) • Faire respecter 3 temps : « FLEXION - LIÉ - PLACEMENT » • L'introduction par le demi de mêlée doit se faire sans délai <p>Identification des lignes de hors jeu pour les demis de mêlée :</p> <p>Le demi de mêlée qui n'introduit pas le ballon doit se placer en "a" du même côté de la mêlée au moment où s'effectue l'introduction Lorsque le ballon est gagné, le demi de mêlée en défense a le choix entre trois possibilités :</p> <ol style="list-style-type: none"> Rester en "a" du côté de l'introduction sans dépasser le couloir. Il est à moins de 1 mètre de sa mêlée Aller en "b" derrière les pieds des derniers coéquipiers de la mêlée sans dépasser l'axe de cette dernière Le demi de mêlée de l'équipe ne possédant pas le ballon peut se déplacer entre les positions a et b Se retirer en "c" jusqu'à la ligne de hors-jeu située à 5 mètres en arrière des derniers coéquipiers dans la mêlée. Placé à cet endroit, il doit y rester jusqu'à la fin de la mêlée <p>Pour les joueurs qui ne participent pas à la mêlée (hors le demi de mêlée si celui-ci reste proche de la mêlée), la ligne de hors-jeu se situe à 5 mètres derrière les derniers participants de la mêlée.</p>

TOUCHE	À 5 mètres de la ligne de but ou en face de la sortie du ballon ou à l'endroit où le ballon a été botté si la touche est directe	<ul style="list-style-type: none"> • Tous les joueurs de l'alignement se situent entre la ligne des 5 mètres et celle des 15 mètres • 6 participants maximum (lanceur et relayeur compris) • 4 participants minimum dont 2 dans l'alignement (lanceur et relayeur compris) • Le nombre de joueurs de l'alignement est déterminé par l'équipe qui effectue la remise en jeu (minimum 2, maximum 4) • Les non-participants sont à 10 mètres de la ligne de remise en jeu • Les « démarquages » sont autorisés. • Le relayeur doit se tenir à 2 mètres de l'alignement. Sa présence n'est pas obligatoire • Le joueur opposé au lanceur doit se tenir dans la zone comprise entre la ligne des 5 mètres et la ligne de touche, mais doit se tenir à 2 mètres de la ligne des 5 mètres
REMISES EN JEU FAUTES	OÙ ?	COMMENT ?
COUP D'ENVOI DÉBUT DE PARTIE	Au centre du terrain	Coup pied tombé – Adversaires à 10 mètres Le ballon doit franchir les 10 mètres.
COUP DE RENVOI APRÈS ESSAI	Au centre du terrain	L'équipe qui a marqué un essai donne le coup de renvoi en coup de pied tombé. Sanction: coup de pied franc au centre de la ligne médiane pour l'équipe non fautive
COUP DE RENVOI	Ligne 22 mètres	Règles du XV Coup de pied tombé
COUPS FRANCS ou PÉNALITÉS	À l'endroit de la faute (5 mètres de toute ligne)	<ul style="list-style-type: none"> • Adversaires à 10 mètres • Tentative de pénalité en coup de pied tombé • Coup de pied en touche après un coup de pied de pénalité, l'équipe du botteur ne bénéficie pas du lancer en touche
COUPS DE PIEDS	<ul style="list-style-type: none"> • Possibilité de jeu au pied sur la totalité du terrain mais coup de pied direct en touche sanctionné (la remise en jeu se fait là où a été donné le coup de pied). • Le coup de pied direct en touche n'est autorisé que dans ses 22 m. 	
« DROP GOAL »	Champ de jeu	Autorisé
TRANSFORMATIONS	En face de la réalisation de l'essai.	Le botteur doit botter en coup de pied tombé uniquement dans les quarante secondes qui suivent l'instant où l'essai a été marqué. Si le botteur ne réalise pas le coup de pied dans le temps imparti, il sera annulé. Le temps utilisé pour la tentative de but ne doit pas être décompté
MAUL	Les joueurs ne sont pas autorisés à défendre lors d'un maul en l'écroulant	
JEU DÉLOYAL	<p>Exclusion temporaire de 5 minutes sans remplacement du joueur fautif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Avertissement CARTON JAUNE : exemple (Jeu dangereux, anti jeu, énervement). Le joueur pénalisé est exclu et son équipe joue à 9 jusqu'à la fin du temps de l'exclusion (temps courant éventuellement sur la 2ème mi-temps). • Exclusion CARTON ROUGE : Acte de brutalité manifeste, incorrection, récidive après carton jaune lors d'un même match : Le joueur pénalisé est exclu du tournoi pour la journée. La commission de discipline se donne le droit après rapport des responsables (Arbitres, délégués, responsables de terrain) d'exclure le joueur pour tout le tournoi. Son équipe joue à 9 jusqu'à la fin du match qui a vu l'exclusion du joueur mais peut jouer les rencontres suivantes à 10 sans le joueur pénalisé bien évidemment. <p>Match arrêté et perdu par forfait (score 25 à 0 et 0 point) lorsqu'une équipe se retrouve à 7.</p>	
SQUEEZE BALL	<p>Cette action consiste pour le porteur de ballon : _ à aller au sol, les genoux à terre, son corps faisant écran et à faire passer le ballon entre ses jambes afin qu'il soit récupéré par un partenaire Cette phase de jeu est potentiellement dangereuse pour le joueur qui, au sol, expose sa nuque à l'adversaire ainsi qu'à la poussée de ses partenaires Cette pratique est INTERDITE, les arbitres veilleront à la stricte application de cette règle</p>	
POTEAUX DE COIN	Les poteaux de coin ne sont plus considérés comme faisant partie de la touche de but, sauf si le touché à terre est effectué contre le poteau	
<ul style="list-style-type: none"> • Ce qui n'est pas précisé dans le présent document fait référence au règlement WORLD RUGBY à 10. • Ce qui n'est pas précisé dans le règlement WORLD RUGBY à 10 fait référence au règlement RUGBY à XV "CATÉGORIE C" de la FFR 		

TERRAIN RUGBY À 10 UNSS MINIMES GARÇONS et FILLES EXCELLENCE

(Mis à jour 10 septembre 2019)



RÈGLEMENT RUGBY À 10 UNSS LYCÉES GARÇONS et FILLES EXCELLENCE

(Mis à jour 10 septembre 2019)



NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à 10 - 10 joueurs valides sur le terrain Il est obligatoire d'inscrire sur la feuille de match 16 à 18 joueurs valides lors du championnat de France (15 joueurs valides inter-académies)
REPLACEMENTS	Illimités pendant les périodes de pause, sauf blessure. Les changements ne peuvent se faire après une pénalité, sauf blessure définitive
TERRAIN	Terrain normal
DURÉE MATCH UNIQUE PAUSES	4 x 10 minutes en match unique avec 1 temps mort de 1 minute par équipe et par mi-temps
DURÉE TOURNOI TRIANGULAIRE	3 x 10 minutes avec 1 temps mort de 1 minute par équipe et par mi-temps
DURÉE TOURNOI PAUSES	2 x 10 minutes avec 1 temps mort de 1 minute par équipe et par mi-temps Temps de jeu maximum en tournoi sur deux journées (Championnats de France) : 100 minutes par joueur (50 minutes par journée) Chaque joueur doit jouer et débiter au moins une mi-temps par jour. Un remplacement compte pour une mi-temps
ARBITRAGE	2 Jeunes Officiels ASSISTÉS par un enseignant EPS sur le bord du terrain
PASSAGE EN FORCE	Un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté.
PLAQUAGES	<p>Le plaquage doit être impérativement effectué entre la ceinture et les pieds (attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire) Il est effectué obligatoirement avec les 2 bras sans soulever.</p> <p>Toute forme de plaquage dangereux (plaquages hauts, projections, percussion à l'épaule, « tacles » et cuillère) doit être sanctionné sans faiblesse. Tout joueur porteur du ballon ne peut aller volontairement au sol sans avoir été plaqué (sauf pour faire un touché à terre en en-but)</p> <p>Règle du « plaqueur-plaqué » et de l'intervention des soutiens doit permettre la continuité du jeu et éviter les « grattages » et les « déblayages » irréguliers et dangereux.</p> <ul style="list-style-type: none"> • À la suite d'un plaquage, le plaqueur doit immédiatement s'éloigner de la zone de placage, le ballon doit être libéré, les joueurs qui arrivent au soutien ne peuvent entrer au contact de l'adversaire que dans la zone de plaquage (1 mètre autour du ballon maximum). • Ce contact doit être un geste de poussée et non une percussion (pour éviter les imitations dangereuses du jeu des plus grands : déblayage, nettoyage, etc...)
OPPOSANTS	<p>L'opposant peut bloquer debout OU plaquer le porteur de balle. Le joueur bloqué debout ne peut plus être amené au sol (même par un autre joueur que le bloqueur). Le joueur bloqué est assimilé à un plaquage donc les soutiens défensifs doivent arriver du côté de leur ligne de but avant de jouer le ballon.</p>
MÊLÉE ORDONNÉE	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p style="text-align: center;">MÊLÉE ORDONNÉE À l'endroit de la faute (5 mètres de toute ligne)</p> </div> <div style="width: 50%;"> <p>MÊLÉE SIMULÉE : le ballon est laissé à l'équipe qui introduit</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mêlée à 5 joueurs • Mêlée structurée en 3-2, aucun joueur de la mêlée ne peut se délier et jouer le ballon. La liaison (jusqu'à l'épaule) doit se faire jusqu'à la fin de la mêlée. • Quand pour une raison quelconque, une équipe est réduite à moins de 10 joueurs, le nombre de joueurs de chaque équipe participant à la mêlée doit toujours rester 5, et la formation demeure en 3-2. • Préconisations sécuritaires : dos plat, jambes fléchies. • Le nombre de joueurs impliqués dans une mêlée est toujours identique pour les 2 équipes (5c5 pas moins) • Faire respecter 3 temps : « FLEXION – LIÉ – PLACEMENT » • L'introduction par le demi de mêlée doit se faire sans délai <p>Identification des lignes de hors jeu pour les demis de mêlée :</p> <p><i>Le demi de mêlée qui n'introduit pas le ballon doit se placer du même côté de la mêlée au moment où s'effectue l'introduction</i> <i>Lorsque le ballon est gagné, le demi de mêlée en défense a le choix entre trois possibilités :</i></p> <ol style="list-style-type: none"> a) Rester du côté de l'introduction sans dépasser le couloir. Il est à moins de 1 mètre de sa mêlée b) Aller derrière les pieds du dernier coéquipier de la mêlée sans dépasser l'axe de cette dernière Le demi de mêlée de l'équipe ne possédant pas le ballon peut se déplacer entre les positions a et b c) Se retirer jusqu'à la ligne de hors-jeu située à 5 mètres en arrière des pieds du dernier coéquipier dans la mêlée. Placé à cet endroit, il doit y rester jusqu'à la fin de la mêlée <p>Pour les joueurs qui ne participent pas à la mêlée (hors le demi de mêlée si celui-ci reste proche de la mêlée), la ligne de hors-jeu se situe à 5 mètres derrière le dernier participant de la mêlée.</p> </div> </div>

TOUCHE	À 5 mètres de la ligne de but ou en face de la sortie du ballon ou à l'endroit où le ballon a été botté si la touche est directe	<ul style="list-style-type: none"> ● Tous les joueurs de l'alignement se situent entre la ligne des 5 mètres et celle des 15 mètres ● 6 participants maximum (lanceur et relayeur compris) ● 4 participants minimum dont 2 dans l'alignement (lanceur et relayeur compris) ● Le nombre de joueurs de l'alignement est déterminé par l'équipe qui effectue la remise en jeu (minimum 2, maximum 4) ● Les non-participants sont à 10 mètres de la ligne de remise en jeu ● Les « démarquages » sont autorisés. ● Le relayeur doit se tenir à 2 mètres de l'alignement. Sa présence n'est pas obligatoire ● Le joueur opposé au lanceur doit se tenir dans la zone comprise entre la ligne des 5 mètres et la ligne de touche, mais doit se tenir à 2 mètres de la ligne des 5 mètres <p>L'aide au saut est autorisée (au-dessus du genou) Les joueurs de l'alignement peuvent effectuer une action de « pré-gripping » sur un sauteur avant le lancement du ballon Lors d'une remise en jeu rapide, le joueur peut lancer le ballon soit droit, soit en arrière vers sa propre ligne de but</p>
REMISES EN JEU FAUTES	OÙ ?	COMMENT ?
COUP D'ENVOI DÉBUT DE PARTIE	Au centre du terrain	Coup pied tombé – Adversaires à 10 mètres Le ballon doit franchir les 10 mètres.
COUP DE RENVOI APRÈS ESSAI	Au centre du terrain	L'équipe qui a marqué un essai donne le coup de renvoi en coup de pied tombé. Sanction: coup de pied franc au centre de la ligne médiane pour l'équipe non fautive
COUP DE RENVOI	Ligne 22 mètres	Règles du XV Coup de pied tombé
COUPS FRANCS ou PÉNALITÉS	À l'endroit de la faute (5 mètres de toute ligne)	<ul style="list-style-type: none"> ● Adversaires à 10 mètres ● Tentative de pénalité en coup de pied tombé ● Coup de pied en touche après un coup de pied de pénalité, l'équipe du botteur ne bénéficie pas du lancer en touche
COUPS DE PIEDS	<ul style="list-style-type: none"> ● Possibilité de jeu au pied sur la totalité du terrain mais coup de pied direct en touche sanctionné (la remise en jeu se fait là où a été donné le coup de pied). ● Le coup de pied direct en touche n'est autorisé que dans ses 22 m. 	
« DROP GOAL »	Champ de jeu	Autorisé
TRANSFORMATIONS	En face de la réalisation de l'essai.	Le botteur doit botter en coup de pied tombé uniquement dans les quarante secondes qui suivent l'instant où l'essai a été marqué. Si le botteur ne réalise pas le coup de pied dans le temps imparti, il sera annulé. Le temps utilisé pour la tentative de but ne doit pas être décompté
MAUL	Les joueurs ne sont pas autorisés à défendre lors d'un maul en l'écroulant	
JEU DÉLOYAL	<p>Exclusion temporaire de 5 minutes sans remplacement du joueur fautif</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Avertissement CARTON JAUNE : exemple (Jeu dangereux, anti jeu, énervement). Le joueur pénalisé est exclu et son équipe joue à 9 jusqu'à la fin du temps de l'exclusion (temps courant éventuellement sur la 2ème mi-temps). ● Exclusion CARTON ROUGE : Acte de brutalité manifeste, incorrection, récidive après carton jaune lors d'un même match : Le joueur pénalisé est exclu du tournoi pour la journée. La commission de discipline se donne le droit après rapport des responsables (Arbitres, délégués, responsables de terrain) d'exclure le joueur pour tout le tournoi. Son équipe joue à 9 jusqu'à la fin du match qui a vu l'exclusion du joueur mais peut jouer les rencontres suivantes à 10 sans le joueur pénalisé bien évidemment. <p>Match arrêté et perdu par forfait (score 25 à 0 et 0 point) lorsqu'une équipe se retrouve à 7.</p>	
SQUEEZE BALL	Cette action consiste pour le porteur de ballon à aller au sol, les genoux à terre, son corps faisant écran et à faire passer le ballon entre ses jambes afin qu'il soit récupéré par un partenaire Cette phase de jeu est potentiellement dangereuse pour le joueur qui, au sol, expose sa nuque à l'adversaire ainsi qu'à la poussée de ses partenaires Cette pratique est INTERDITE, les arbitres veilleront à la stricte application de cette règle	
POTEAUX DE COIN	Les poteaux de coin ne sont plus considérés comme faisant partie de la touche de but, sauf si le touché à terre est effectué contre le poteau	
<p>● Ce qui n'est pas précisé dans le présent document fait référence au règlement WORLD RUGBY à 10.</p> <p>● Ce qui n'est pas précisé dans le règlement WORLD RUGBY à 10 fait référence au règlement RUGBY à XV "CATÉGORIE C" de la FFR</p>		

TERRAIN RUGBY À 10 UNSS LYCEES GARCONS et FILLES EXCELLENCE

(Mis à jour 10 septembre 2019)

