

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

(Mis à jour 27 septembre 2021)



NOMBRE DE JOUEURS	Pratique à 7 – 6 remplaçants maximum – <b>minimum 5 joueurs sur le terrain</b> 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"> <li>• Ils s'effectuent au centre du terrain (point d'intersection ligne médiane et ligne de touche).</li> <li>• Ils sont libres, tout joueur peut revenir en jeu.</li> <li>• 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).</li> <li>• Un remplacement technique peut être demandé par l'arbitre afin de permettre à un joueur énervé de se calmer sur la touche, l'équipe continue cependant de jouer à 7.</li> </ul>	
TERRAIN	<b>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)</b> <b>En-but : minimum 5 mètres. Dans le cas où les poteaux ne peuvent pas être retirés, mettre des protections, ou décaler de 5 m</b> <b>Utiliser prioritairement le tracé des lignes du terrain de rugby à XV existantes</b>	
DURÉE TOTALE DE JEU DANS LA MEME JOURNÉE	<b>60 minutes</b>	
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 7 minutes	
PASSAGE EN FORCE	<b>Un joueur porteur du ballon ne doit pas percuter volontairement un adversaire arrêté.</b>	
PLAQUAGES	<b>Le plaquage doit être impérativement effectué entre la taille et les pieds (attention : il est interdit de plonger directement dans les pieds d'un adversaire)</b> <b>Il est effectué obligatoirement avec les 2 bras sans soulever.</b> 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 pas : 1/ aller volontairement au sol sans avoir été plaqué (sauf pour faire un touché à terre en en-but) <b>2/ projeter son buste vers l'avant en arrivant au contact d'un adversaire</b> Règle du « plaqueur-plaqué » et de l'intervention des soutiens doit permettre la continuité du jeu et éviter 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	<b>L'opposant ne peut pas bloquer debout le porteur de balle</b> <b>L'opposant peut arracher le ballon dans les mains du porteur de balle</b> <b>Le plaquage à deux joueurs en simultané est interdit</b>	
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 <b>par forfait (score 25 à 0 et 0 point)</b> 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 <b>ne peut pas choisir</b> une mêlée ordonnée en lieu et place. <b>Les adversaires ne doivent rien faire</b> 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. <b>Sanction</b> : 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 APRÈS ESSAI	<b>Au centre du terrain</b>	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.
	<b>L'équipe qui a marqué un essai donne le coup de renvoi en coup de pied tombé.</b>	
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 (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	<b>Double arbitrage par les Jeunes Arbitres à tous les niveaux :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Les 2 arbitres se font toujours face, le terrain est partagé dans le sens de la longueur</li> <li>• Les joueurs-arbitres préviennent les joueurs avant de siffler les fautes (prévention)</li> <li>• L'arbitre qui a sifflé une faute s'occupe de la remise en jeu l'autre s'occupe des joueurs non concernés directement</li> <li>• Faire appliquer expressément la règle du « plaqueur-plaqué » et de l'intervention des soutiens</li> </ul>	<b>Sécurité :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apporter de la vigilance sur les postures et les placements en mêlée (commandements)</li> <li>Faire respecter 3 temps : « FLEXION – LIÉ – PLACEMENT »</li> <li>• Squeeze ball interdit</li> </ul>
	<b>HORMIS CES DISPOSITIONS, LES RÈGLES DU RUGBY À 7 "CATEGORIE E" SONT APPLICABLES</b>	

# TERRAIN RUGBY A EFFECTIF REDUIT À 7 UNSS

## LYCÉES FILLES ÉQUIPE D'ÉTABLISSEMENT

(Mis à jour 27 septembre 2021)

