



RUGBY A 5

RÈGLES DU JEU FFR

- I - Le terrain
- II - Le ballon
- III - Nombre de joueurs par équipe
- IV - Equipement des joueurs
- V - Durée de la Partie
- VI - Officiels du Match
- VII - Manière De jouer
- VIII - Avantage
- IX - Etablissement du score
- X - Jeu déloyal
- XI - Hors-jeu et en jeu
- XII - En-avant, passe en avant ou ballon tombé
- XIII - Coup d'envoi, coup de renvoi
- XIV - Touche
- XV - Pénalité
- XVI - En-but

I – LE TERRAIN

Champ de jeu

Zone située entre les lignes de touche et les lignes de but.

Aire de jeu

Comprend le champ de jeu et les zones d'en-but (5 mètres chacun).

La ligne d'en-but est matérialisée par la ligne du premier sauteur du grand terrain. La ligne de touche du grand terrain devient alors zone de ballon mort.

Sol de l'aire de jeu

La surface du sol doit être gazonnée, ou recouverte de gazon synthétique.

Dimension de l'aire de jeu

Longueur x largeur : 70 mètres maximum - 50 mètres maximum.

Un terrain type peut être tracé sur la moitié d'un terrain de rugby dans le sens de la largeur, les 5 mètres de part et d'autre représentant les zones d'en-but (entre la ligne de touche et la ligne des 5 mètres du premier sauteur).



II – LE BALLON

Le jeu de rugby à 5 est joué avec un ballon taille 4 (une taille en dessous d'un ballon utilisé par nos joueurs pro).

III – NOMBRE DE JOUEURS PAR EQUIPE

Nombre maximum de joueurs

Une équipe est composée de 10 joueurs et ne peut avoir plus de 5 joueurs présents sur l'aire de jeu. Dans les équipes mixtes, le nombre minimum de féminines est de 1.

Remplacements

Les remplacements sont illimités et peuvent avoir lieu à n'importe quel moment du match, y compris lorsque le ballon est vivant. Le joueur entrant doit attendre que le joueur sortant ait la totalité de son corps en dehors du terrain. Le changement de joueur doit s'effectuer dans la zone dite « de remplacement », laquelle mesure 20 mètres et se situe au centre du terrain (10 mètres de part et d'autre de la ligne médiane).

Chaque équipe dispose de sa propre zone de remplacement de part et d'autre du terrain.

Sanction : Pénalité pour l'équipe non fautive avec 5 mètres de gain de terrain par rapport à l'endroit où le jeu se déroulait au moment de la faute.

IV – EQUIPEMENT DES JOUEURS

Maillots

Tous les joueurs d'une même équipe doivent être vêtus de maillots ou t-shirts similaires (chasubles également possible) de façon à pouvoir identifier chaque joueur.

Chaussures

Les chaussures avec des crampons vissés sont interdites. Les chaussures avec des semelles moulées sont autorisées. Des chaussures de sport de type baskets sont également appropriées.

Bijoux ou accessoires

Le port de bijoux ou accessoires pouvant s'avérer dangereux pour la sécurité ou l'intégrité des joueurs, **est interdit.**

Port de la capuche

Pour des raisons de sécurité afin d'éviter tout risque d'étranglement, **le port du sweat à capuche est interdit.**



V – DUREE DE LA PARTIE

Une rencontre dure 10 minutes, soit 2 mi-temps de 5 minutes entrecoupées d'une pause de 2 minutes. Quand le temps de jeu est expiré, la partie s'achève au prochain ballon mort. Si une pénalité intervient pendant cette période, elle est jouée.

VI – OFFICIELS DE MATCH

Chaque partie est arbitrée par au moins 2 arbitres (officiels ou non). Ils sont les seuls juges en matière de faits et ils officient en jugeant selon les règles du jeu durant le match. Les 2 arbitres se répartissent de part et d'autre du terrain : à hauteur du ballon pour le plus éloigné, et derrière les défenseurs pour le plus proche de l'action.

Sont désignés arbitres, 2 joueurs ou toutes autres personnes connaissant les règles du tournoi.

VII – MANIERE DE JOUER

But du jeu

L'objectif du Rugby à 5 consiste à inscrire plus d'essais que son adversaire et à l'empêcher d'en marquer.

Mode de jeu

Tout joueur peut courir, attraper et lancer le ballon en arrière sur tout le terrain en vue de gagner un avantage territorial et de marquer un essai. Le jeu au pied dans le jeu courant est autorisé, mais le botteur ou l'un de ses partenaires en jeu doit rattraper le ballon de volée, sans rebond au sol.

Sanction : pénalité pour l'équipe adverse à l'origine du coup de pied.

La règle de l'avantage peut s'appliquer, à l'appréciation des arbitres

Le toucher

Le plaquage est interdit. Les défenseurs empêchent l'équipe attaquante d'emporter l'avantage territorial en réalisant un « toucher ». Le toucher s'effectue à pleines mains, avec les deux mains simultanément. Le toucher est réalisé par un joueur entre les épaules et le bassin. L'équipe qui avait la possession du ballon conserve celle-ci.

Toutefois, le toucher s'effectue en nombre limité. Dans la limite de 5 touchés consécutifs et à l'issue de cette phase de 5 touchés, la balle est remise à l'adversaire.

Après un toucher, le jeu reprend de la façon suivante : touché et toucheur sont debout et restent au contact (une main minimum) à l'endroit où est posé le ballon. Les adversaires se tiennent en arrière de leur partenaire (derrière le dernier pied). Un adversaire quelconque du joueur touché vient en renfort pour servir de relais à la remise en jeu. Il est donc relayeur. Le touché et le toucheur ne peuvent rejouer que lorsque le relayeur a passé le ballon ou parcouru 5 mètres avec celui-ci.

Sanction : pénalité pour l'équipe adverse.

Lorsqu'il y a simultanéité entre la passe et le toucher, le ou les arbitres laissent le jeu se dérouler.



Remise en jeu

Suite à un « toucher », la remise en jeu doit se faire immédiatement à l'endroit précis du « toucher ». Le ballon doit être posé au sol avant d'être saisi par un partenaire du joueur touché (relayer).

Sanction : Pénalité pour l'équipe adverse.

Interception

L'interception par des joueurs en jeu est autorisée. À la suite d'une interception, le jeu continue jusqu'au prochain « toucher », un essai ou un arrêt dû à une autre action.

VIII – REGLE DE L'AVANTAGE

L'arbitre est seul juge pour décider si une équipe a obtenu un avantage ou non. Il a toute latitude pour prendre ses décisions. L'avantage peut être soit territorial, soit tactique. L'avantage doit être clair et réel. Si l'avantage de l'équipe non fautive ne se concrétise pas, l'arbitre revient à l'endroit de la faute et fait jouer une pénalité.

IX – ETABLISSEMENT DU SCORE

La marque

Un essai est accordé quand un attaquant qui n'a pas été touché aplatit le ballon au sol, sur ou au-delà de la ligne d'essai et dans la zone d'en-but avec toute partie du corps entre le cou et la ceinture (bras compris). Un essai compte pour 1 point. L'essai est la seule façon de marquer des points.

Le vainqueur

L'équipe qui a marqué le plus d'essais à la fin de la partie est déclarée vainqueur. Si aucune équipe n'a marqué ou en cas d'égalité au score, le match nul est déclaré.

Dans le cas où l'on doit déterminer un vainqueur suite à un match nul (1/2 finale et finale), on procède à la mort subite.

Procédure de « mort subite »

Chaque équipe enlève un joueur de l'aire de jeu. Le jeu reprend par un coup d'envoi de l'équipe qui a perdu le tirage au sort. Si au bout de 2 minutes, aucun essai n'a été marqué, un second joueur de chaque équipe doit être retiré. Durant le temps de « mort subite », aucun changement n'est autorisé.



X – JEU DELOYAL

Il comprend les obstructions, les manquements à la loyauté, le jeu dangereux (plaquage, poussée, percussion...), les incorrections (tirage de maillots...) qui sont préjudiciables au jeu et toute action d'anti-jeu.

Refus de jeu

Une équipe qui, par son absence d'initiative (jeu systématique en pick and go, par exemple...) montrerait un comportement contraire à l'esprit sportif, serait avertie puis sanctionnée par les arbitres.

Sanction : pénalité (ou essai de pénalité) pour l'équipe non fautive et remplacement du joueur fautif. En cas de non possibilité de remplacement : exclusion temporaire de 2 minutes du joueur fautif.

XI – HORS-JEU ET EN-JEU

Pour les utilisateurs, le hors-jeu est défini par le placement d'un joueur en avant d'un coéquipier qui porte le ballon. « Hors-jeu » signifie qu'un joueur ne peut momentanément plus participer au jeu. Tout joueur en position de hors-jeu est passible de pénalité s'il participe au jeu.

Pour les opposants, lors d'un toucher, tout joueur placé en avant du dernier pied de son partenaire toucheur est considéré en position de hors-jeu. Il ne sera remis en jeu que lorsqu'il sera revenu dans son camp derrière la zone de Hors-Jeu du « Toucher ».

Sanction : Pénalité pour l'équipe non fautive.

XII – EN-AVANT, PASSE EN-AVANT, BALLON TOMBE AU SOL

Suite à un en-avant, à une passe en avant ou à un ballon tombé au sol, la remise en jeu s'effectue à l'endroit de la faute par l'équipe non fautive et selon les modalités d'une pénalité. En cas de ballon tombé au sol, la pénalité est jouée par l'équipe non fautive au point de chute du ballon.

XIII – COUP D'ENVOI ET COUP DE RENVOI

Coup d'envoi au début du match ou à la reprise de la mi-temps

Il est donné par un coup de pied libre. Ce dernier doit faire au minimum 5m et rester dans l'aire de jeu. S'il n'en est pas ainsi, le jeu reprend pour l'équipe non fautive au centre du terrain, selon les remises en jeu après pénalité. L'équipe qui engage ne peut monter en pression défensive que lorsque le ballon est saisi par l'équipe qui réceptionne le ballon. Le contrôle du pied pour stopper la balle est autorisé. Dans ce cas, l'équipe qui a engagé peut avancer sans attendre la saisie du ballon à la main.

Coup de pied de reprise de jeu après essai

La remise en jeu est réalisée par l'équipe qui a marqué, selon les modalités du coup d'envoi.



XIV – LA TOUCHE

Il y a touche lorsque le ballon ou le joueur qui le porte va en touche (par l'intermédiaire d'un contact avec la ligne ou la zone hors du terrain) ; la remise en jeu s'effectue par l'équipe adverse à l'endroit où le ballon (ou le joueur) est sorti selon les modalités de remises en jeu sur pénalité. Il est possible de jouer rapidement la touche hors du terrain par l'intermédiaire d'une passe à un partenaire.

Sanction : Pénalité pour l'équipe adverse.

XV – LA PENALITE

Toute pénalité est jouée à l'endroit de la faute, par un ballon posé au sol, à 5 mètres de toutes lignes, les adversaires à 5 mètres. Le joueur qui se saisit du ballon a la possibilité de le conserver pour une action personnelle. Dès que le joueur s'est saisi du ballon, les adversaires ont la possibilité de jouer.

XVI – EN-BUT

Toucher en-but par l'équipe défendante

Lorsque l'équipe défendante fait un « toucher » (ballon aplati) dans la zone d'en-but, ou envoie le ballon en touche de but ou en ballon mort, la remise en jeu est effectuée par l'équipe attaquante, à 5 mètres de la ligne de but, face à l'endroit où le ballon est devenu mort, et selon les modalités de la remise en jeu sur une pénalité.

Ballon rendu mort par l'équipe attaquante

Lorsque l'équipe attaquante met le ballon en touche de but ou en ballon mort, la remise en jeu s'effectue à 5 mètres de la ligne de but, face à l'endroit où le ballon est devenu mort et selon les modalités de la remise en jeu sur pénalité.



RUGBY A 5

LES ESSENTIELS À RETENIR

Rugby à 5

5 joueurs + 5 remplaçants : remplacements illimités - Arbitrage par 2 joueurs d'une équipe au repos

<p>La marque</p> <p>→ Aplatir le ballon sur ou derrière la ligne d'essai avec toute partie du corps entre le cou et la ceinture (bras compris).</p> <p>→ Chaque essai vaut 1 point.</p>	<p>Le hors-jeu</p> <p>→ Sont hors-jeu :</p> <ul style="list-style-type: none">• Les partenaires du porteur du ballon placés en avant de celui-ci par rapport à la ligne de ballon mort adverse.• Lors d'un toucher, les joueurs placés devant le dernier pied des joueurs concernés par le touché.
<p>Droits et devoirs du joueur</p> <p>→ Tout joueur peut courir, attraper et lancer la balle en arrière sur tout le terrain et marquer en aplatissant la balle.</p> <p>→ Tout joueur peut empêcher de marquer en s'opposant à l'adversaire, en le touchant à 2 mains simultanément, des hanches aux épaules.</p> <p>→ Le jeu au pied est autorisé si la balle est reprise sans rebond par le botteur ou un partenaire en jeu.</p> <p>→ Coup d'envoi : coup de pied libre d'au moins 5 mètres restant sur le terrain.</p> <p>Après essai, l'équipe qui a marqué, engage (attention contraire aux règles du rugby à XV).</p> <p><i>Sanction : pénalité au centre pour l'adversaire.</i></p> <p>L'équipe qui engage ne peut avancer que lorsque le ballon est saisi ou bloqué du pied par l'équipe adverse.</p> <p>→ Ballon tombé au sol : Balle à l'adversaire.</p> <p>→ Jeu déloyal : pénalité pour l'équipe non fautive et changement du joueur fautif.</p>	<p>Le toucher</p> <p>→ A deux mains simultanément entre les épaules et les hanches.</p> <p>→ Le joueur touché doit immédiatement poser le ballon au sol à l'endroit du toucher.</p> <p>→ Le touché et le toucheur doivent rester au contact d'au moins une main et ne peuvent rejouer que lorsque le relayeur aura parcouru 5m avec celui-ci ou aura effectué une passe.</p> <p>Les autres défenseurs seront remis en jeu dès que le relayeur aura pris et soulevé le ballon.</p> <p>→ Le nombre de toucher est limité (5/équipe/offensive).</p> <p>→ REFUS DE JEU : Une équipe qui, par son absence d'initiative (jeu systématique en pick and go, par exemple...) montrerait un comportement contraire à l'esprit sportif, serait avertie puis sanctionnée par les arbitres (cf. Jeu déloyal).</p>

Pénalité et toute remise en jeu :

Une pénalité se joue à l'endroit de la faute, le ballon est posé au sol, à 5 mètres de toute ligne, les adversaires sont à 5 mètres. Le jeu reprend à la prise de balle.