

# LES RÈGLES ESSENTIELLES DU RUGBY À 7

## PRÉSENTATION

---

Ce mémento doit aider les élèves du second degré à arbitrer les rencontres de rugby en cours d'éducation physique et sportive ou dans le cadre de l'Union Nationale du Sport Scolaire.

Il **propose** un rappel des dimensions et lignes des terrains de rugby, des règles et principes fondamentaux sans lesquelles le jeu ne pourrait se dérouler ; il **apporte également** des notions essentielles sur l'arbitrage de la mêlée, de la touche et également **sur** l'attitude de l'arbitre.

Le double arbitrage doit être de règle car il permet d'assurer une meilleure sécurité pour les joueurs et les arbitres.

Les notions de « **combat** » et « **d'avancer en continuité** » étant fondamentales, il est important que les arbitres soient les **garants de la sécurité** des joueurs, et permettent au jeu de se dérouler dans les meilleures conditions avec **le plus de continuité possible**.

Ils devront pour cela être fermes en restant courtois.

Et respecter quelques principes énoncés ci après :

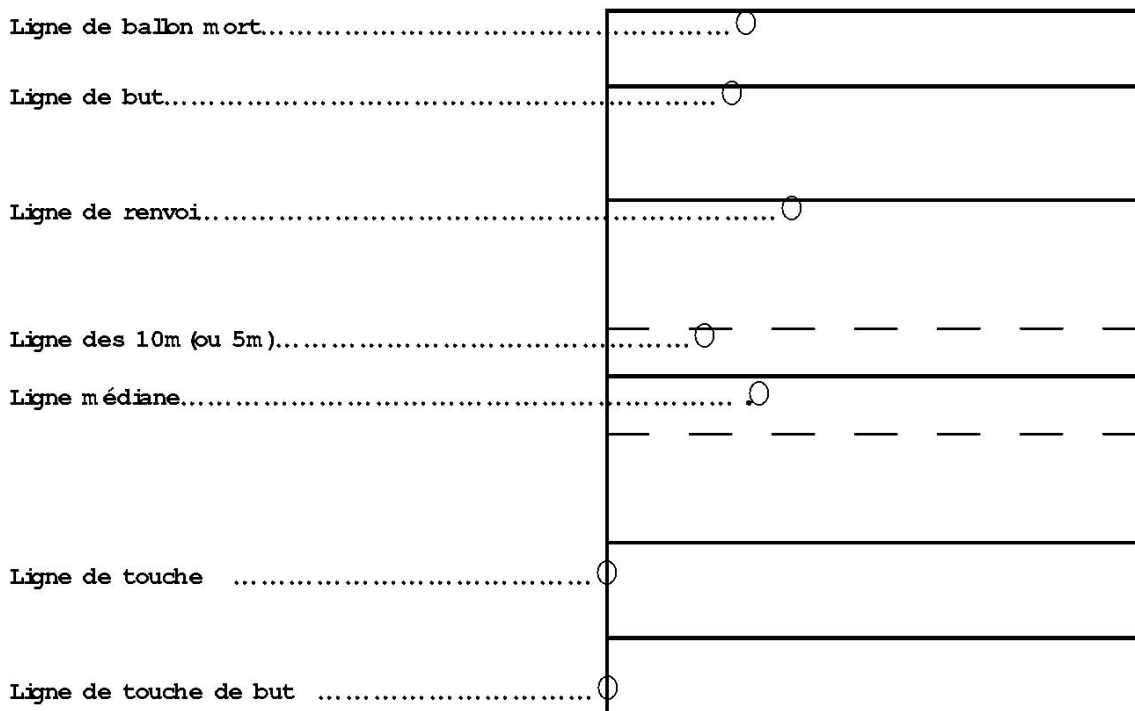
## LE TERRAIN

---

### Le Terrain de Rugby à 7 :

- Minimes Garçons à 7 & Collèges Filles : 55 m sur 40 m sans les en but.
- Cadets Garçons 7 & Lycées Filles : 55 m sur 45 m sans les en but.
- Juniors – Seniors Garçons : Terrain normal moins 5m en largeur de chaque coté.

### QUELQUE SOIT SA DIMENSION LE TERRAIN DE RUGBY A 7 DEVRA COMPORTER



## LES RÈGLES ESSENTIELLES.

### LES RÈGLES FONDAMENTALES.

#### 1. LA MARQUE.

---

**ESSAI :** Un essai est marqué en effectuant, en premier, un touché à terre dans l'en but ou sur la ligne de but adverse.

**FAÇON DE MARQUER UN ESSAI :**

- Le joueur porteur du ballon, l'aplatit au sol avec sa main ou ses mains en exerçant sur lui une pression de haut en bas.
- Le ballon est au sol dans l'en but et un joueur de l'équipe attaquante l'aplatit avec sa main ou ses mains, ou plonge sur le ballon de tel sorte que celui-ci soit entre le sol et la partie avant de son corps situé entre son cou et ses hanches. (le dos ne compte pas).
- Le porteur du ballon est plaqué près de la ligne de but, et, sans ramper au sol, dans le mouvement, fait un touché à terre.

**BUT :** Un but est marqué en envoyant le ballon, au-dessus de la barre transversale et entre les poteaux de but adverses au moyen d'un coup de pied placé ou tombé.

<b>Le Score :</b>	- essai :	5 points
	- but après essai :	2 points
	- but sur coup de pied de pénalité :	3 points
	- but sur coup de pied tombé :	3 points

- En benjamins minimales et cadets à 7, seul l'essai compte.

- En junior et senior à 7, le but après essai et la pénalité se tentent en coup de pied tombé.

#### 2. LES DROITS ET DEVOIRS DES JOUEURS.

---

TOUT JOUEUR PEUT :

En jouant loyalement conformément aux règles du jeu, **porter, passer, botter** le ballon et, **charger** ses adversaires. Il a le **devoir de respecter** ses adversaires, partenaires, arbitre(s) et lui-même.

TOUT JOUEUR NE DOIT PAS :

Faire des **obstructions**, manquer de **loyauté**, être **incorrect**, jouer **dangereusement**, avoir un comportement **anti-sportif**, se faire **justice lui-même**, et commettre des **fautes répétées**.

**SANCTIONS :** Coup de pied de pénalité à l'endroit de la faute.

Le fautif peut être exclu :

- Temporairement (carton jaune) énervement, faute technique, etc ...

Sortie le temps d'une mi-temps.

- Définitivement (carton rouge) brutalité, insulte etc ...

Un essai de pénalité peut être accordé si sans la faute d'anti-jeu commise, il aurait été marqué.

## Les Règles Essentielles du Rugby à 7. Modifié en novembre 2004.

**NOTE :** Seulement en cas d'énervement d'un joueur, et avant de l'exclure, l'arbitre demandera au capitaine et au responsable de l'équipe, de remplacer ce joueur. En cas de refus, ce joueur sera exclu.

**En cas de brutalité, d'insulte ou autre, le joueur sera exclu sans préavis.**

### 3. LE JEU AU SOL.

---

Il y a **PLAQUAGE** lorsqu'un joueur porteur du ballon est tenu par un ou plusieurs adversaires de telle sorte que, pendant qu'il est ainsi tenu, il est mis au sol ou **bien** que le ballon vient en contact avec le sol. Si le porteur du ballon a un ou deux genoux au sol, ou est assis sur le sol, ou se trouve sur un autre joueur lui-même au sol, il est estimé comme ayant été mis au sol et considéré comme étant un joueur

Le **Plaqué** doit immédiatement :

- passer,
  - ou lâcher,
  - ou placer le ballon au sol dans n'importe quelle direction (pas en avant).
- puis **se relever ou s'éloigner du ballon.**

Le **Plaqueur** doit immédiatement :

- relâcher le joueur plaqué,
  - et se relever ou s'éloigner
- du joueur plaqué,
  - et du ballon.

Les **autres joueurs** peuvent lutter pour le ballon à condition :

- qu'ils le fassent en **arrivant par leur camp**,
- et qu'ils soient **sur leurs pieds**.

**SANCTION :** Coup de pied de pénalité à l'endroit de la faute.

Un essai peut être marqué si le joueur porteur du ballon pénètre sur sa lancée dans l'en but adverse, même s'il est plaqué.

### 4. HORS-JEU.

---

#### HORS -JEU DANS LE JEU COURANT.

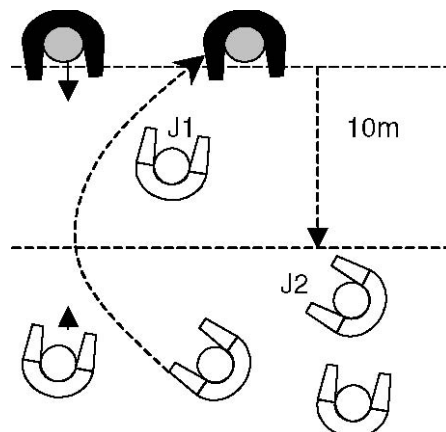
Un joueur est hors-jeu si le ballon:  
a été **botté**, ou **touché**, ou **porté** par un joueur de **son équipe** placé **derrière lui**.

**Un joueur hors-jeu doit :**

- se retirer sans délai (J1) jusqu'à une ligne imaginaire (L1) située à 10 mètres d'un adversaire attendant de jouer le ballon ou de l'endroit où le ballon touche le sol.

La ligne imaginaire des 10 mètres s'étend d'une ligne de touche à l'autre et est parallèle aux lignes de but.

Un joueur hors-jeu (J2) **ne doit pas avancer** vers la ligne imaginaire des 10 mètres.



## Les Règles Essentielles du Rugby à 7. Modifié en novembre 2004.

**SANCTION : Coup de pied de pénalité à l'endroit de la faute.**

**NOTE :** Si le joueur porteur du ballon, le donne à un joueur hors jeu, l'arbitre ne le pénalisera pas, mais le sanctionnera d'un en avant et donnera le ballon ou ordonnera une mêlée au bénéfice de l'équipe non fautive.

### CAS DE REMISE EN JEU.

Un joueur **hors-jeu à moins de 10 m** (ex J1) ne peut être remis en jeu **que par lui-même** en se repliant dans son camp.

Un joueur **hors -jeu à plus de 10 m** (ex J2) peut être remis en jeu :

- **Par lui-même** en se repliant dans son camp,
- **Par le botteur** du ballon **ou un de ses partenaires** parti derrière le botteur si ceux-ci le dépassent ou viennent à son niveau,
- **Par son adversaire** si celui-ci attrape le ballon et le **passe** ou **court 5 m** ou le **botte**,
- Par son adversaire si celui-ci **tente intentionnellement** d'attraper le ballon sans y parvenir.

## LES RÈGLES COMPLÉMENTAIRES.

## 1. MAUL ou MÊLÉE SPONTANÉE.

### 1.1. DÉFINITIONS :

Un **maul** est formé par un ou plusieurs joueurs de chaque équipe debout sur leurs pieds, au contact, entourant un joueur en possession du ballon.

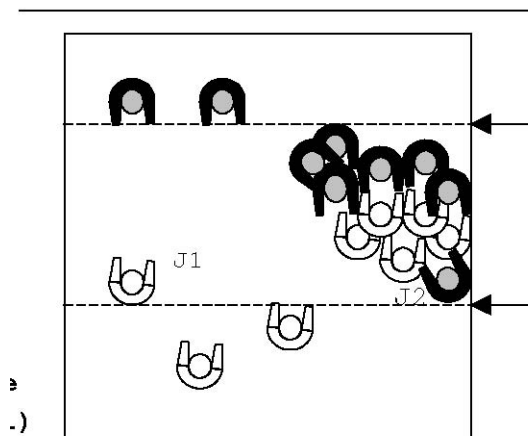
Une **mêlée spontanée** se produit quand le ballon est au sol, et qu'un ou plusieurs joueurs de chaque équipe se trouvent, debout sur leurs pieds, au contact, entourant le ballon qui se trouve parmi eux.

### 1.2. HORS -JEU sur MAUL ou MÊLÉE SPONTANÉE.

L'expression «ligne de Hors-jeu», désigne une ligne parallèle aux lignes de but, passant par le dernier pied des joueurs de son équipe participant au maul ou à la mêlée spontanée.

Pendant une mêlée spontanée ou un maul, un joueur est hors-jeu si :

- il s'y **joint par le côté** de l'adversaire (J2),
- il ne se joint pas à la mêlée spontanée ou au maul et **ne se retire pas sans délai** derrière la ligne de hors-jeu (J1).



**SANCTION : Coup de pied de pénalité à l'endroit de la faute sur la ligne de hors jeu**

### NOTE :

Quand le ballon devient injouable **dans un maul**, ou que le maul cesse de progresser ou s'effondre sans qu'une faute ne soit commise, une mêlée sera ordonnée et le ballon sera introduit dans la mêlée par l'équipe qui **n'était pas** en possession du ballon au début du maul.

Quand le ballon devient injouable **dans une mêlée spontanée**, sans qu'une faute ne soit commise, une mêlée sera ordonnée par l'arbitre et le ballon sera introduit **par l'équipe qui progressait immédiatement avant l'arrêt du jeu**. Si aucune équipe ne progressait, le ballon sera donné à l'équipe qui progressait avant la formation de la mêlée spontanée.

## 2. LA MÊLÉE

### 2.1. LES ORDRES.

Une mêlée ordonnée est formée de 3 joueurs des deux équipes, groupés de manière à permettre au ballon d'être lancé, sur le sol, entre eux. La mêlée doit être formée à l'endroit de la faute mais jamais à moins de cinq mètres de la ligne de touche et de but.

Chaque première ligne doit être : **accroupie, la tête et les épaules pas plus bas que les hanches**, et doit respecter les commandements de l'arbitre :

Mêlée à 4 séquences

Ordres de l'arbitre

## Les Règles Essentielles du Rugby à 7. Modifié en novembre 2004.

- |  |                   |
|--|-------------------|
| 1) PRÉPARATION DE LA MÊLÉE « S'ACCROUPIR » | « ATTENDEZ »      |
| 2) SE TOUCHER                              | « TOUCHEZ »       |
| 3) MARQUER UN TEMPS D'ARRÊT                | « REGARDEZ VOUS » |
| 4) ENTRER LORSQUE L'ARBITRE INDIQUE        | « ENTREZ »        |

**SANCTION : Coup de pied franc à l'endroit de la faute.**

**Pendant la formation d'une mêlée :**

Chaque première ligne doit :

- Avoir les épaules au-dessus du niveau des hanches,
- Le ballon doit être introduit sans retard.

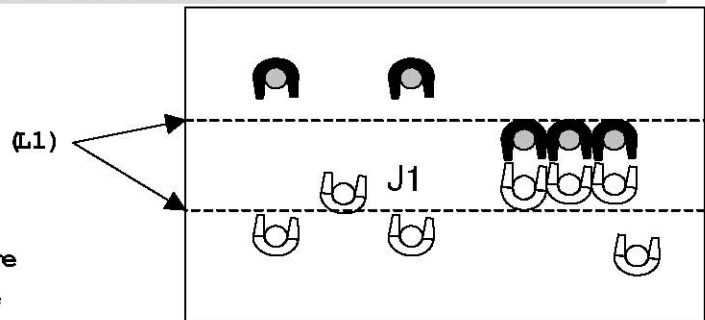
**La mêlée est terminée quand :** quand le ballon émerge de la mêlée.

**NOTE :**

En Minimes et Cadet UNSS à 7 le ballon dans la mêlée doit être gagné par l'équipe qui l'introduit, et aucune poussée n'est autorisée. En Junior et Senior, une poussée (pas plus de 1,5m) est autorisée et le ballon peut être disputé.

### 2.2 HORS - JEU sur MELEE ORDONNEE

L'expression "ligne de hors - jeu" désigne une ligne parallèle aux lignes de but, passant par le dernier pied des joueurs de son équipe en mêlée. Un joueur est hors-jeu si n'étant pas dans la mêlée ordonnée et n'étant pas le joueur de l'une ou l'autre équipe chargé d'introduire le ballon en mêlée, ne se retire pas derrière la ligne de hors jeu (J1)



**SANCTION : Coup de pied de pénalité à l'endroit de la faute sur la ligne de hors jeu.**

**ATTENTION :**

En rugby à 7, l'opposant direct du joueur chargé d'introduire le ballon dans la mêlée, doit rester derrière la ligne de hors jeu.

### 2.3. LES SÉQUENCES D'ENTRÉE EN MÊLÉE.

## Les Règles Essentielles du Rugby à 7. Modifié en novembre 2004.

### INDIQUER LE LIEU

L'arbitre marque le point de la mêlée au sol et indique qui bénéficie de l'introduction



### « ATTENDEZ ! »

Les joueurs se lient entre partenaires et s'accroupissent.



### « TOUCHEZ ! »

Chaque première ligne touche de la main l'épaule de son vis-à-vis.



### « REGARDEZ-VOUS ! »

Les joueurs se préparent à entrer en mêlée



### « ENTREZ ! »

Les joueurs entrent en contact



**INTRODUIRE LE BALLON**

**SANS DÉLAI.**

### 3. LA TOUCHE.

## Les Règles Essentielles du Rugby à 7. Modifié en novembre 2004.

- Les participants à la touche sont : un lanceur, un relayeur, et deux sauteurs dans l'alignement (mini et maxi),
- Le « soulevé » est interdit. Une touche commence quand le ballon quitte les mains du lanceur.
- Une touche est terminée quand :
  - Une mêlée spontanée ou un maul s'est formé et que tous les pieds des joueurs de la mêlée spontanée ou au maul se sont déplacés au-delà de la ligne de remise en jeu, ou
  - un joueur porteur du ballon s'est dégagé de l'alignement, ou
  - le ballon a été passé, tapé vers l'arrière de l'alignement ou botté, ou
  - le ballon devient injouable.

### 3.1. HORS -JEU sur TOUCHE.

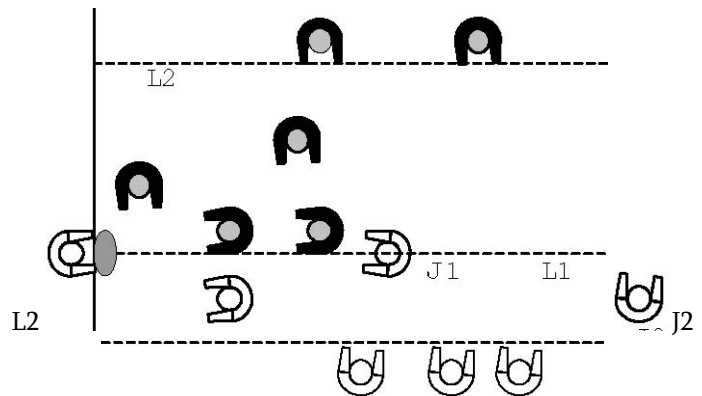
L'expression « ligne de hors-jeu » désigne une ligne située à dix mètres en juniors ou 5m minimes et cadets, en arrière de la ligne de remise en jeu et parallèle aux lignes de but ; si la ligne de but se trouve à moins de dix mètres en juniors ou 5m en minimes et cadets, de la ligne de remise en jeu, la "ligne de hors-jeu" est constituée par la ligne de but elle-même.

#### HORS-JEU DES PARTICIPANTS À L'ALIGNEMENT :

- avant que le ballon ait touché un joueur ou le sol, il avance (J1), volontairement, en avant de la ligne de remise en jeu (L1),

#### HORS-JEU DES JOUEURS QUI NE PARTICIPENT PAS À L'ALIGNEMENT :

- un joueur non-participant à la touche est hors-jeu s'il avance (J2), ou reste en avant de la ligne de hors-jeu (L2).

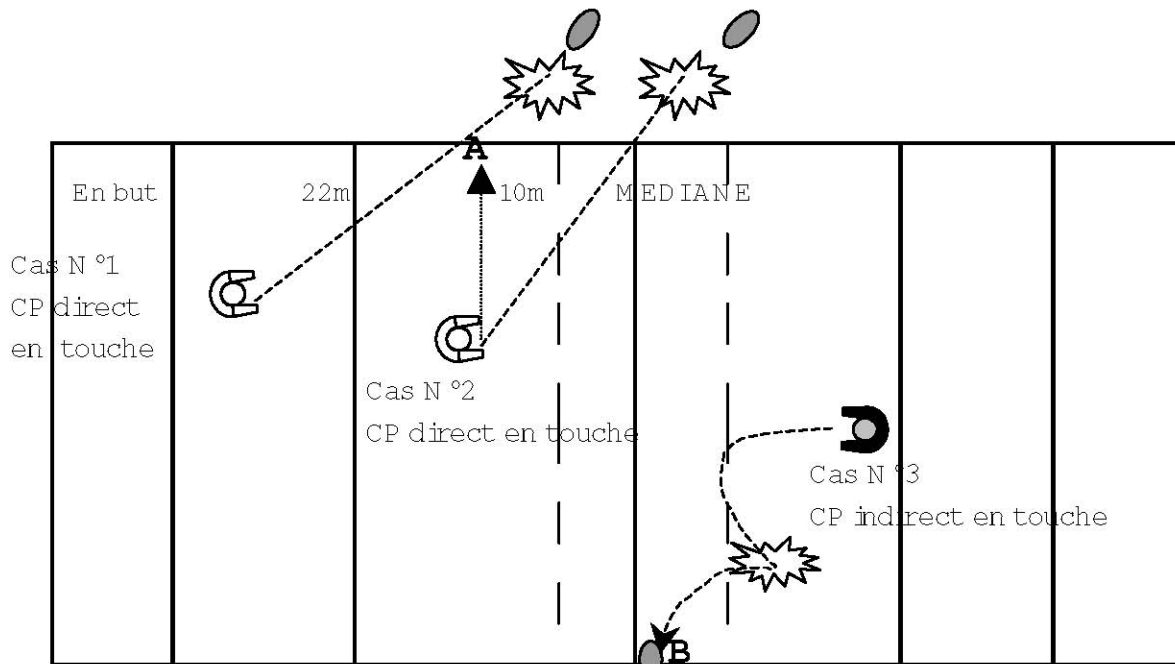


**SANCTION : Coup de pied de pénalité à l'endroit de la faute sur la ligne de hors jeu.**

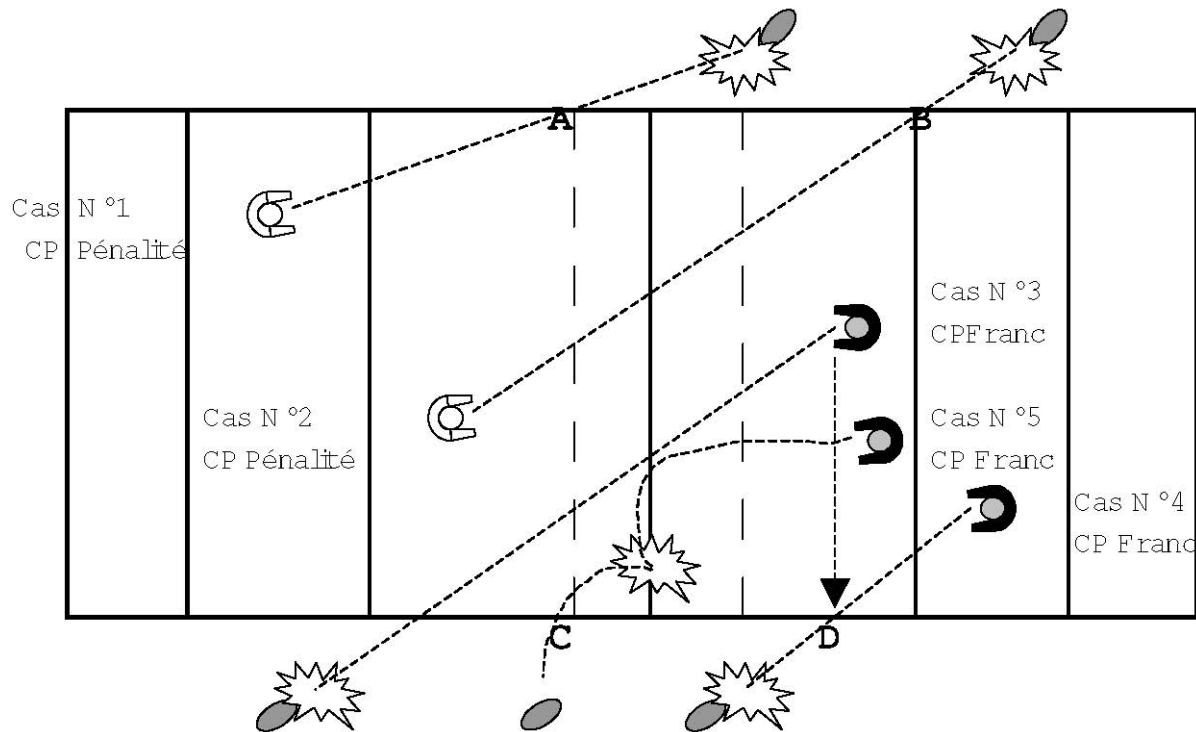
### 3.2. TOUCHE OU PAS TOUCHE.



Les Règles Essentielles du Rugby à 7. Modifié en novembre 2004.



CAS N°1 et N°2 TOUCHE AU POINT A POUR LES NOIRS  
CAS N°3 TOUCHE AU POINT B POUR LES BLANCS



CAS/N°1 TOUCHE EN A POUR LES BLANCS/N°2 TOUCHE EN B POUR LES BLANCS  
N°3 et N°4 TOUCHE EN D POUR LES BLANCS/CAS N°5 TOUCHE EN C POUR LES BLANCS

**ATTENTION**

EN BENJAMINS MINIMES ET CADETS À 7, LE COUP DE PIED DIRECT EN TOUCHE (COUP DE PIED DANS LE JEU OU FRANC OU PENALITÉ) N'EST AUTORISÉ QUE DEPUIS L'EN BUT.

#### 4. CAS DE REMISE EN JEU.

##### Sur MAUL, MÊLÉE SPONTANÉE, MÊLÉE et TOUCHE.

Un joueur **hors jeu** peut être remis en jeu :

- **par lui-même** en se repliant dans son camp,
- **par un de ses partenaires** parti derrière la ligne de hors jeu si ceux ci le dépassent ou viennent à son niveau.
- **par son adversaire** porteur du ballon si celui-ci **court** 5m ou **botte**.

Mais il ne peut pas être remis en jeu par une passe.