Règles du jeu
Rugby Loisir Sans Plaquage
Rugby à 5

FFR

Mise à jour – 25 Août 2020

SOMMAIRE

LEXIQUE	**3**
REGLE 1 : LE TERRAIN	**3**
REGLE 2 : LE BALLON	**4**
REGLE 3 : NOMBRE DE JOUEURS	**4**
REGLE 4 : EQUIPEMENTS DES JOUEURS	**5**
REGLE 5 : DUREE DE LA PARTIE	**5**
REGLE 6 : DERNIERE ACTION	**6**
REGLE 7 : OFFICIEL DE MATCH	**6**
REGLE 8 : MANIERE DE JOUER	**6**
REGLE 9 : ETABLISSEMENT DU SCORE	**7**
REGLE 10 : JEU DELOYAL ET REFUS DE JEU	**8**
REGLE 11 : HORS JEU ET EN JEU	**9**
REGLE 12 : EN-AVANT, PASSE EN AVANT ET BALLON TOMBE AU SOL	**9**
REGLE 13 : COUP D'ENVOI ET COUP DE RENVOI	**10**
REGLE 14 : TOUCHE	**10**
REGLE 15 : PENALITE	**10**
REGLE 16 : EN-BUT	**11**

Selon le Titre VIII des Règlements Généraux de la FFR : le Rugby à 5 est une pratique loisir sans plaquage autorisée aux garçons âgés de plus de 14 ans et aux filles âgées de plus de 15 ans.

LEXIQUE

Attaquant : Joueur ou équipe en possession du ballon, dans le but d'inscrire un essai dans l'en-but adverse.

Utilisateur : Joueur de l'équipe attaquante.

Opposant : Joueur défenseur ou équipe qui s'oppose à l'équipe qui possède le ballon.

Défenseur : Joueur ou équipe n'ayant pas la possession du ballon et essayant d'empêcher l'équipe attaquante de marquer un essai.

Avantage territorial : Distance gagnée par rapport à l'endroit de la faute lors d'un ballon récupéré par l'équipe défendant sur un ballon tombé de l'équipe attaquante.
Cet avantage est terminé quand l'équipe a parcouru au minimum 5m en direction de la ligne de but adverse

Joueur en jeu : Joueur ne se trouvant pas en position de hors-jeu.

Relayeur : Joueur de l'équipe attaquante relevant le ballon sur une remise en jeu après un toucher.

REGLE 1 : LE TERRAIN

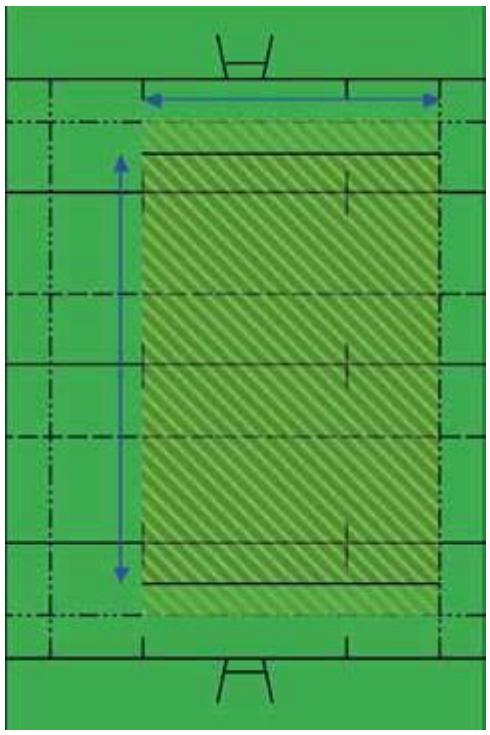
Champ de jeu :
Zone située entre les lignes de touche et les lignes d'en-but, ces lignes exclues.

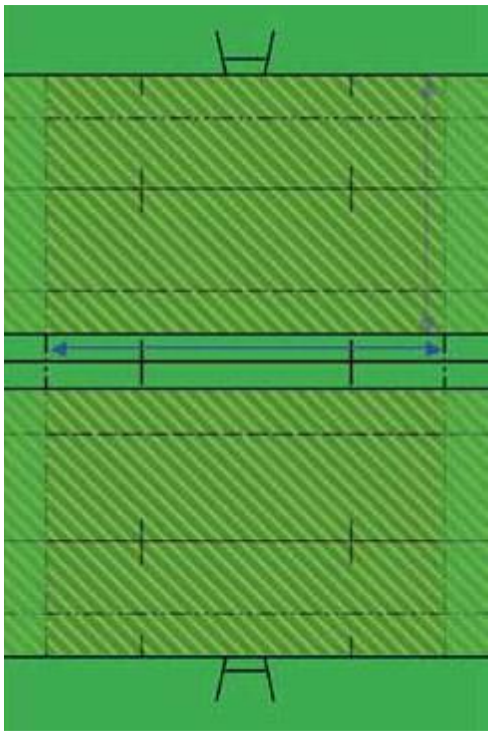
Aire de jeu :
Comprend le champ de jeu et les en-buts (entre 5 et 10 mètres).

En but :
Zone délimitée par la ligne de but, de touche de but et la ligne de ballon mort. Seul la ligne de but appartient à l'en-but.

Sol de l'aire de jeu :
La surface du sol doit être gazonnée, ou recouverte de gazon synthétique. On peut également jouer sur surface dure. En revanche, il n'est pas possible de jouer sur une surface gelée pour des raisons de sécurité.

<u>Dimension de l'aire de jeu</u> :
Longueur : entre 50 et 70 mètres
Largeur : entre 35 et 50 mètres
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





REGLE 2 : LE BALLON

Le rugby à 5 est joué avec un ballon de taille 4

REGLE 3 : NOMBRE DE JOUEURS

<u>Nombre maximum de joueurs</u> :
Une équipe est composée de 11 joueurs maximum et ne peut avoir plus de 5 joueurs présents sur l'aire de jeu.
Dans les équipes mixtes, le nombre minimum de féminines sur l'aire de jeu est de 2 par équipe.

Remplacements :
Les remplacements sont illimités et peuvent avoir lieu lors des arrêts de jeu ou également lorsque le ballon est vivant pour l'équipe attaquante.

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 », qui 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. Si les deux zones de remplacement sont impossibles à mettre en place par manque d'espace, alors les deux équipes partagent la même zone de remplacement.
L'arbitre signalera le manque de respect de la règle, s'il apparaît une gêne caractérisée au déroulement du jeu et arrêtera le jeu le temps que le changement soit effectué.

REGLE 4 : EQUIPEMENTS DES JOUEURS

Tous les joueurs d'une même équipe doivent être vêtus de maillots ou t-shirts similaires et numérotés de façons à pouvoir identifier chaque joueur.

Chaussures :
Les chaussures avec des crampons moulés, crampons vissés (en aluminium ou plastique) et chaussures de sports sont autorisées.

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

REGLE 5 : DUREE DE LA PARTIE

Le temps de jeu maximum pour une rencontre est de 20 minutes.
Une rencontre est composée de deux périodes allant de 5 à 10 minutes et d'une mi-temps de 1 à 2 minutes.
La durée des matchs est fixée par l'organisateur en fonction du nombre d'équipes engagées, du nombre de terrains disponibles, et de la durée du tournoi.
Chaque équipe ne devra pas jouer plus de 80 minutes sur une journée et 60 minutes sur une demi-journée.
Le ballon devient mort lorsque l'arbitre a sifflé.

REGLE 6 : DERNIERE ACTION

Quand le temps de jeu est expiré, l'arbitre annonce aux 2 équipes « fin du temps réglementaire ». A partir de l'annonce de l'arbitre, la partie s'achève au 1er toucher, un essai (marqué par une équipe ou l'autre) ou une faute sauf pénalité.

REGLE 7 : OFFICIEL 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.

REGLE 8 : 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'endroit du coup de pied
Si le ballon est récupéré par un adversaire, avant ou après avoir touché le sol, un avantage pourra être accordé.

Le « toucher » : Le plaquage, la percussion et le raffut sont interdits
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 (bras inclus).

Le nombre de « toucher » est limité. Au 6ème « toucher » un changement de possession est effectué à l'endroit du 6ème « toucher ».
La remise en jeu s'effectue selon les modalités d'une pénalité.

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). Le touché et le toucheur ne peuvent se déplacer et/ou rejouer que lorsque le relayeur a passé le ballon ou s'est éloigné balle en main, de 5 mètres de la cellule toucheur-touché.
=> Sanction : pénalité pour l'équipe attaquante.

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 rapidement à l'endroit précis du « toucher » Même si ce point, se situe à moins de 5m d'une ligne.
Le ballon doit être posé au sol, immobile et entre les pieds du joueur touché avant d'être saisi par un partenaire du joueur touché (veiller au respect du poser - lâcher avant de jouer).
Le défenseur (partenaire du toucheur) peut monter dès que le ballon est relevé par un partenaire du joueur touché.

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

Il est interdit d'arracher le ballon des mains de son adversaire. Cette faute doit être sanctionnée si elle se répète :
=> 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 1 minute du joueur fautif.

En cas de lutte équilibrée entre un utilisateur et son opposant à la réception d'une passe ou d'un coup de pied, l'arbitre sifflera un toucher en faveur de l'équipe utilisatrice.

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 doit être territorial. Il 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.

REGLE 9 : 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 comprise entre la taille et le cou. Un essai compte pour 1 point.

Lors d'une tentative d'essai, la priorité sera donnée au joueur qui plonge depuis le champ de jeu, pour scorer et ce sans plonger sur un joueur défenseur en barrage, dans ce cas l'arbitre (les arbitres) ne sifflera pas un touché mais accordera l'essai. Dans le cas où le porteur de balle plonge sur un défenseur en barrage, l'essai ne sera pas validé et l'arbitre accordera une pénalité à l'équipe défendante.

Le vainqueur :
L'équipe qui a marqué le plus d'essais à la fin de la partie est déclarée vainqueur. 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, on procède à la mort subite.

Points attribués – phase de poule :

- Match gagné : 4 points
- Match nul : 2 points
- Match perdu : 0 point
- Bonus offensif : match gagné par au moins 4 essais d'écart : 1 point
- Bonus défensif : match perdu par au plus 2 essais d'écart : 1 point
- Match forfait : 0 point
- Match gagné par forfait : 5 points

Procédure de « mort subite » :

- Chaque équipe enlève un joueur de l'aire de jeu.
- La partie redémarre à 4 contre 4 obligatoirement avec des joueurs présents sur l'aire de jeu à la fin du temps règlementaire
- Il y aura un nouveau tirage au sort pour déterminer l'équipe qui engage. 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, avec un minimum de deux joueurs présents par équipe.

Pour les équipes mixtes, 2 filles doivent être sur le terrain comme précisé dans la Règle 3.

REGLE 10 : JEU DELOYAL ET REFUS DE JEU

Jeu déloyal :
Il comprend les obstructions, les manquements à la loyauté, le jeu dangereux (plaquage, poussée, percussion, plongeon délibéré sur un ou des joueurs pour marquer l'essai…),
Les incorrections (tirage de maillots…) qui sont préjudiciables au jeu et à toute action d'anti-jeu.

=> 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 1 minute du joueur fautif.

Refus de jeu :
Une équipe qui, par son absence d'initiative montrerait un comportement contraire à l'esprit sportif, sera avertie par les arbitres, poing levé de l'arbitre + communication verbale « Attention, non jeu ». A partir de la fin de cette communication de l'arbitre, l'équipe a 3 secondes maximum pour jouer le ballon.
=> Sanction : pénalité pour l'équipe non fautive

REGLE 11 : 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 interfère sur le 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.

REGLE 12 : EN-AVANT, PASSE EN AVANT ET BALLON TOMBE AU SOL

Suite à un en-avant ou à une passe en avant, la remise en jeu s'effectue à l'endroit de la faute, par l'équipe non fautive et selon les mêmes modalités que pour une pénalité.

Ballon tombé au sol (en arrière) :
Si la faute est sifflée, la remise en jeu se fera au point de chute du ballon par l'équipe non fautive et selon les mêmes modalités que pour une pénalité.
Si l'avantage est accordé par l'arbitre, le jeu peut se dérouler sans attendre.

Si sur un ballon tombé au sol ou en-avant ou passe en avant, un acte d'anti-jeu est réalisé par l'équipe fautive, le jeu déloyal (Règle 10) sera retenu et sanctionné par les arbitres (Exemple : coup de pied dans le ballon pour empêcher l'équipe non fautive de jouer l'avantage).

REGLE 13 : 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 de volée ou tombé. 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.

Si, sur un coup d'envoi le ballon franchi 5m et revient vers la zone du coup d'envoi, le coup d'envoi sera à refaire (à répéter autant de fois que nécessaire).

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.

REGLE 14 : 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 (pas de possibilité d'effectuer la remise en jeu seul)
Un joueur qui porte le ballon en touche doit libérer immédiatement le ballon, pour qu'une remise en jeu rapide puisse être effectuée.
=> Sanction : Pénalité pour l'équipe adverse.

REGLE 15 : PENALITE

Remise en jeu suite à une pénalité : 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.

La pénalité peut être jouée rapidement par l'équipe utilisatrice.
Si faute de l'équipe adverse, 5 mètres supplémentaires par rapport au point de la 1ère faute.

Un joueur a la possibilité de jouer la pénalité pour lui-même.
Dès que le joueur relève le ballon, les adversaires ont la possibilité de jouer, s'ils sont en jeu.
Une pénalité accordée à une équipe, remet à zéro le compteur du nombre de « toucher » pour cette même équipe.

REGLE 16 : EN-BUT

Une équipe rend le ballon mort dans son en-but :

Lorsqu'une équipe rend le ballon mort dans son propre en-but, la remise en jeu est effectuée par l'équipe adverse, 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.

Une équipe rend le ballon mort dans l'en-but adverse :

Lorsqu'une équipe rend le ballon mort dans l'en-but adverse, la remise en jeu s'effectue par l'équipe adverse 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.

CAS PARTICULIERS :

Remise en jeu suite à un « toucher » dans l'en-but :

1er cas : Le joueur attaquant est touché dans l'en-but adverse, la remise en jeu s'effectue à 5 mètres en avant de la ligne de but, face au point du toucher, selon les modalités de remise en jeu après toucher.

2ème cas : Le joueur défendant est touché dans son en-but, la remise en jeu s'effectue à 5 mètres en avant de la ligne de but, face au point du toucher, selon les modalités de remise en jeu après toucher.