



# RUGBY CANADA

## VARIANTES DES RÈGLES DE 2023 POUR LE RUGBY COMMUNAUTAIRE :

### POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)

#### AVIS IMPORTANT

LE PRÉSENT DOCUMENT DÉCRIT DES VARIANTES DU JEU. EN CAS DE DOUTE SUR LES RÈGLES, APPLIQUER LES RÈGLES DU JEU DE WORLD RUGBY ET LES VARIANTES POUR LES MOINS DE 19 ANS LE CAS ÉCHÉANT.

INTÉGRITÉ ~ RESPECT ~ SOLIDARITÉ ~ PASSION ~ DISCIPLINE



**JOUER  
INTELLIGEMMENT**  
PRIORITÉ AUX ATHLÈTES

**RUGBY.CA**



# CONTENU

## Moins de 13 ans et moins de 14 ans (rugby à VII)

Vision et mission des variantes des règles .....	3
1. Le terrain .....	7
2. Le ballon .....	7
3. L'équipe .....	7
4. L'équipement des joueurs.....	8
5. Durée de la partie .....	9
6. Officiels de match .....	9
7. L'avantage.....	10
8. Établissement du score .....	11
9. Jeu déloyal .....	11
10. Hors-jeu et en jeu dans le jeu courant .....	12
11. En-avant ou passe en avant.....	12
12. Coup d'envoi et renvois .....	12
13. Joueurs au sol dans le jeu courant.....	13
14. Plaquage.....	13
15. Ruck.....	14
16. Maul.....	14
17. Marque.....	14
18. Touche, touche rapide et alignement .....	14
19. Mêlée ordonnée .....	15
20. Pénalité et coup franc .....	16
21. En-but.....	16
Définitions .....	17

### AVIS IMPORTANT

LE PRÉSENT DOCUMENT DÉCRIT DES VARIANTES DU JEU. EN CAS DE DOUTE SUR LES RÈGLES, APPLIQUER LES RÈGLES DU JEU DE WORLD RUGBY ET LES VARIANTES POUR LES MOINS DE 19 ANS LE CAS ÉCHÉANT.





# VISION ET MISSION DES VARIANTES DES RÈGLES

## VISION

Favoriser un environnement inclusif et accueillant afin que les joueurs de tout âge, sexe, forme, taille, capacité et niveau d'aptitude puissent participer à des matchs contrôlés, compétitifs, agréables et appropriés au développement. Utiliser le jeu comme le meilleur moyen d'apprendre le travail d'équipe, la coopération et le respect entre les participants, les entraîneurs, les joueurs, les officiels, les parents et les supporters.

## MISSION

Utiliser un modèle centré sur le joueur et axé sur le développement pour évaluer, adapter et améliorer continuellement les variantes des règles appropriées pour tous les âges partout au Canada. Nous cherchons à nous assurer que l'intégrité, la passion, la solidarité, la discipline et le respect sont les principes centraux de toutes les considérations, décisions et modifications apportées.





# VISION ET MISSION DES VARIANTES DES RÈGLES

RUGBY CANADA

## PROJET DE DEMI-MATCH

	EXPLICATION	CONSIDÉRATIONS RELATIVES AUX RÈGLES / NOTES
Garantie d'un demi-match	Chaque jour de match, tous les joueurs ont la garantie de jouer un demi-match.	Les minutes de demi-match peuvent être accumulées en une seule fois ou par le biais de remplacements illimités.
Garantie de commencer un match	Chaque joueur doit commencer un match par jour de tournoi ou de compétition.	L'accent est mis sur les opportunités de développement pour tous les joueurs à une variété de postes.
Compétitions à trois ou à quatre équipes	<p>Jouer plusieurs matchs plus courts dans un format de tournoi en utilisant des effectifs complets ou modifiés et des durées de match modifiées.</p> <p>S'efforcer de programmer trois matchs par équipe par tournoi. Veiller à ce qu'il y ait un temps de repos approprié entre les matchs.</p>	<p>Il est recommandé de programmer plusieurs matchs lorsque cela est possible, afin de promouvoir la participation et l'expérience des joueurs.</p> <p>Recommandé pour les moins de 16 ans et les catégories plus jeunes.</p> <p>Cette structure permet d'enregistrer les résultats des matchs et peut être utilisée à la fois dans un cadre récréatif et dans un cadre compétitif.</p>





# VISION ET MISSION DES VARIANTES DES RÈGLES

## DIRECTIVES SUR LA HAUTEUR DES PLAQUAGES

Les plaquages doivent se situer autour de la taille du porteur du ballon ou en dessous.

Les plaquages sous les aisselles et au-dessus de la taille doivent être gérés en rappelant aux joueurs de plaquer sous la taille.

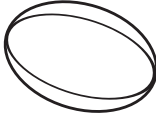




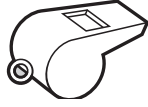
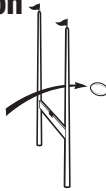




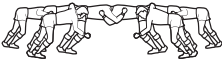
## DIRECTIVES SUR LES PROTÈGE-DENTS

Les protège-dents sont généralement portés dans les sports de contact pour protéger la bouche des blessures. L'objectif d'un protège-dents est de répartir uniformément dans la bouche l'impact d'un contact, ce qui réduit potentiellement les risques de blessure. Des études antérieures ont montré que le port d'un protège-dents réduit l'incidence des blessures des tissus durs et mous de la bouche, des fractures de la mâchoire et des blessures du cou (Ranalli, 2000; Knapik et al, 2007; Newsome et al, 2001). Une étude menée au sein de la fédération néo-zélandaise de rugby a fait état d'une réduction de 47 % des dommages dentaires suite à l'introduction du port obligatoire du protège-dents (Quarrie et al, 2005).





# CARTE DE JEU

<b>Taille du terrain</b>  <b>60 m x 40 m</b> À l'exclusion de l'en-but	<b>Zone de sécurité entre les terrains</b>  <b>5 m</b>	<b>Taille du ballon</b>  <b>Taille 4 ou 5</b>  	<b>Nombre de joueurs par équipe</b>  <b>7</b>	<b>Remplacements</b>  <b>Remplacements illimités</b>  
<b>Durée d'une mi-temps – Match unique</b>  <b>7 min</b> 	<b>Durée maximum d'une mi-temps – Tournoi</b>  <b>7 min</b> 	<b>Temps de jeu maximum des joueurs par jour / événement</b>  <b>70 min</b> 	<b>Officiel de match</b>  <b>Officiel de match certifié et nommé si possible</b>  	<b>Entraîneurs sur le terrain (à l'exception de l'officiel de match)</b>  <b>Non</b>
<b>Coup de pied de pénalité et de transformation</b>  <b>Non</b> 	<b>Carton jaune</b> <b>Mise à l'écart</b> <b>Tournoi : 2 min</b> <b>Match unique : 5 min</b> Le joueur est mis à l'écart pendant une courte période afin d'obtenir les commentaires de l'entraîneur sur le jeu déloyal (opportunité d'apprentissage). Le joueur est remplacé pour qu'il y ait un nombre de joueurs égal par équipe. 	<b>Carton rouge</b> <b>Oui</b>  Le joueur fautif est retiré et remplacé pour qu'il y ait un nombre de joueurs égal par équipe.	<b>Hors-jeu</b>  <b>Appliquer les règles du jeu de World Rugby</b>	<b>Pénalités</b>  <b>Jouées à la main</b>  
<b>Coup d'envoi et renvois</b>  <b>Coup de pied de volée ou drop depuis le centre du terrain</b>	<b>Plaquage</b>  <b>Appliquer les règles du jeu de World Rugby</b>	<b>Ruck</b>  <b>Appliquer les règles du jeu de World Rugby</b>	<b>Maul</b>  <b>Non</b>	<b>Touche</b> <b>Oui</b> 2 receveurs par équipe. Contestées sans soulèvement.  
<b>Mêlée</b> <b>Oui — Lutte entre talonneurs en 3 c. 3</b>  Pas de pression. Le 9 en possession doit passer. Aucune pression du 9 adverse.  	<b>Coup de pied dans le jeu courant</b>  <b>Appliquer les règles du jeu de World Rugby</b>	<b>Raffût</b>  <b>Oui</b> Pas de contact à la tête ni au cou	<b>« Squeeze ball »</b>  <b>Non</b>	<b>En-but</b> <b>5   7   5</b>  Si un essai est marqué dans les 5 m du milieu, accorder 7 points. S'il est marqué ailleurs que les 5 m du milieu, accorder 5 points.





# VARIANTES DES RÈGLES POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)

7

## 1. LE TERRAIN

- 1.1** L'enceinte de jeu doit être sûre pour y jouer dessus sans danger.
- 1.2** Le sol doit être couvert d'herbe, de sable, d'argile, de neige ou de gazon artificiel. Un organisateur de match peut décider d'utiliser un autre sol à condition que le sol choisi respecte les obligations de la présente règle.
- 1.3** Les matchs se jouent sur un terrain ne dépassant pas 60 m de long d'une ligne de but à l'autre et 40 m de large d'une ligne de touche à l'autre pour les matchs de tournoi et les matchs uniques.
- 1.4** Une ligne continue doit indiquer chaque ligne de touche, la ligne de but et la ligne du milieu. Si aucune ligne n'est possible, les marquages requis peuvent être indiqués par des cônes souples.
- 1.5** Toute réclamation de l'une des équipes concernant le terrain doit être formulée par l'entraîneur à l'arbitre avant le début du match, qui essaiera de trouver une solution à la situation en collaboration avec l'organisateur.

S'il y a moins de joueurs disponibles, l'organisateur du match devrait ajuster les dimensions du terrain pour tenir compte du nombre de joueurs sur celui-ci. Environ quatre mètres par joueur sur le terrain.

## 2. LE BALLON

- 2.1** Le ballon utilisé doit être en conformité avec la Règle du Jeu 2 de World Rugby. Il sera normalement de taille 4.

## 3. L'ÉQUIPE

- 3.1** Aucune distinction n'est faite entre les participants garçons et filles.
- 3.2** Chaque équipe ne doit pas avoir plus de sept joueurs dans l'aire de jeu.
- 3.3** Les équipes doivent avoir le même nombre de joueurs, avec un minimum de cinq.





# VARIANTES DES RÈGLES POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)

8

- 3.4** L'entraîneur d'une équipe peut, à tout moment, avant ou pendant un match, formuler auprès de l'arbitre une requête sur le nombre de joueurs de l'équipe adverse. Dès que l'arbitre est informé qu'une équipe a trop de joueurs, il doit donner à l'entraîneur de cette équipe l'ordre d'en diminuer le nombre en conséquence. Le score acquis au moment de la formulation de la réclamation reste inchangé.  
**Sanction : pénalité.**
- 3.5** Une équipe peut désigner un nombre illimité de remplaçants.
- 3.6** Une équipe peut, à tout moment, remplacer n'importe quel nombre de joueurs au cours d'un match. Le remplaçant doit entrer dans l'aire de jeu à la ligne du milieu. Un joueur quittant l'aire de jeu peut le faire de n'importe quel endroit. Un remplaçant n'entre sur le terrain que lorsque le joueur remplacé a quitté le terrain.
- 3.7** Un joueur expulsé définitivement pour jeu déloyal peut être remplacé.
- 3.8** Si l'arbitre décide – avec ou sans l'avis d'un médecin ou d'une autre personne ayant les compétences médicales nécessaires – que la blessure d'un joueur est suffisamment grave pour l'empêcher de jouer, il peut ordonner que ce joueur quitte l'aire de jeu. L'arbitre peut également ordonner qu'un joueur blessé quitte le terrain pour subir un examen médical.
- 3.9** Un joueur souffrant d'une blessure ouverte ou qui saigne doit quitter l'aire de jeu. Le joueur ne peut y retourner que si le saignement a été arrêté et la plaie pansée.

## 4. L'ÉQUIPEMENT DES JOUEURS

Appliquer les règles de World Rugby pour les moins de 19 ans | Règles de World Rugby





# VARIANTES DES RÈGLES POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)

9

## 5. DURÉE DE LA PARTIE

- 5.1** Une partie dure au maximum 14 minutes de temps de jeu. Elle est divisée en deux mi-temps, d'un maximum de sept minutes de temps de jeu chacune. Les organisateurs de match peuvent réduire la durée de la partie, le cas échéant.
- 5.2** Il y a une pause de deux minutes maximum à la mi-temps, après laquelle les équipes changent de côté.
- 5.3** L'arbitre assure le chronométrage.
- 5.4** L'arbitre a le pouvoir d'arrêter la partie à tout moment s'il considère qu'il serait dangereux de continuer.
- 5.5** Si la durée fixée expire et que le ballon n'est pas mort, l'arbitre autorisera la poursuite du jeu jusqu'à ce que le ballon soit mort.
- 5.6** Les joueurs ne doivent pas dépasser 70 minutes de jeu dans une journée.

## 6. OFFICIELS DE MATCH

- 6.1** Chaque match est sous le contrôle d'un officiel de match formé, inscrit et nommé. Les personnes supplémentaires, autorisées par un organisateur de match, peuvent comprendre les officiels de match assistants et l'officiel de match de réserve. Si un officiel de match formé, inscrit et nommé n'est pas disponible, l'entraîneur d'une des deux équipes assume le rôle d'arbitre.
- 6.2** Tous les joueurs sont sous le contrôle de l'arbitre ou de l'organisateur du match à partir du moment où les joueurs arrivent sur le lieu du match jusqu'au moment où ils quittent celui-ci. En cas d'inconduite par un joueur, l'arbitre devra, à sa discrétion, avertir l'entraîneur ou lui demander de remplacer le joueur. Si l'acte d'inconduite est commis hors du champ de jeu, l'arbitre rapportera cet incident à l'organisateur du match.
- 6.3** L'arbitre organise le tirage au sort ou toute autre méthode appropriée pour déterminer quelle équipe commence et dans quelle direction. L'équipe qui gagne le tirage au sort choisit soit de commencer, soit le côté du terrain. Si le vainqueur du tirage au sort opte pour le choix du côté du terrain, les adversaires commenceront, et vice versa.



# VARIANTES DES RÈGLES POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)

10

- 6.4** L'arbitre peut consulter les arbitres assistants pour des questions liées à leurs devoirs.
- 6.5** Si un joueur est blessé et que la poursuite du jeu serait dangereuse, l'arbitre doit immédiatement siffler pour arrêter le jeu.
- 6.6** Si l'arbitre arrête la partie parce qu'un joueur a été blessé et qu'il n'y a pas eu d'infraction et que le ballon n'a pas été rendu mort, le jeu reprend par un tap et passe, effectué par l'équipe qui était en dernier en possession du ballon, avec le même nombre de rubans.
- a) Si le ballon ou le porteur du ballon entre en contact avec l'arbitre et qu'aucune équipe n'en tire avantage, le jeu se poursuivra. Si l'une des équipes bénéficie d'un avantage sur le champ de jeu, l'arbitre ordonnera un tap et passe, avec le même nombre de rubans.

## 7. L'AVANTAGE

Appliquer les règles du jeu de World Rugby : [Règles du jeu | Règles de World Rugby](#)

## 8. ÉTABLISSEMENT DU SCORE

- 8.1** Un essai est marqué lorsqu'un joueur attaquant est le premier à effectuer un touché à terre dans l'en-but adverse.

**Valeur : 5 points ou 7 points.**

- En-buts 5/7/5 (s'il n'y a pas de transformations)
- Les cinq mètres au milieu de la ligne de but doivent être identifiés par des cônes de couleur différente. Si une équipe marque un essai dans la zone de cinq mètres, sept points sont accordés. Si une équipe marque un essai hors de la zone de cinq mètres, 5 points sont accordés.



# VARIANTES DES RÈGLES POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)

11

**8.2** Un essai de pénalité est accordé lorsqu'un joueur aurait probablement marqué un essai s'il n'en avait été empêché par le jeu déloyal d'un adversaire.

**Valeur : 7 points.**

**8.3** La tentative de transformation doit être faite dans les 60 secondes suivant l'essai marqué.

## 9. JEU DÉLOYAL

Appliquer les règles du jeu de World Rugby : [Règles du jeu | Règles de World Rugby](#)

**9.1** Cartons jaunes et cartons rouges

- La durée de suspension temporaire suite à un carton jaune est de deux minutes.

Un joueur doit toujours être remplacé si un joueur est retiré du terrain.

## 10. HORS-JEU ET EN JEU DANS LE JEU COURANT

Suivre les règles du jeu de World Rugby : [Règles du jeu | Règles de World Rugby](#)

## 11. EN-AVANT OU PASSE EN AVANT

Appliquer les règles du jeu de World Rugby : [Règles du jeu | Règles de World Rugby](#)



# VARIANTES DES RÈGLES POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)

12

## 12. COUP D'ENVOI ET RENVOIS

- 12.1** Un coup d'envoi est donné au début de chaque mi-temps et le jeu reprend après un score par un coup de pied de volée ou un drop au centre de la ligne médiane. L'équipe qui a marqué les points effectue le renvoi.
- 12.2** Les joueurs de l'équipe adverse doivent se tenir à au moins dix mètres de la ligne médiane lorsque le jeu commence ou reprend.  
**Sanction : coup franc.**
- 12.3** Si le ballon est botté dans l'en-but adverse sans avoir touché un joueur et qu'un adversaire effectue un touché à terre sans délai ou si le ballon devient mort en passant par l'en-but, un coup franc sera accordé à l'équipe adverse au centre de la ligne médiane.
- 12.4** Si le ballon sort directement en touche sans rebondir d'abord, un coup franc sera accordé à l'équipe adverse au centre de la ligne médiane.

## 13. JOUEURS AU SOL DANS LE JEU COURANT

- 13.1** Les joueurs, qui vont au sol pour ramasser le ballon ou qui vont au sol avec le ballon, doivent immédiatement :
- se relever avec le ballon; ou
  - jouer (mais ne pas botter) le ballon; ou
  - lâcher le ballon.
- Sanction : pénalité.**
- 13.2** Une fois que le ballon est joué ou lâché, les joueurs au sol doivent immédiatement soit se relever soit s'écarter du ballon.  
**Sanction : pénalité.**
- 13.3** Un joueur au sol sans le ballon est hors du jeu et doit :
- Permettre aux adversaires qui ne sont pas au sol de jouer ou de gagner la possession du ballon.



# VARIANTES DES RÈGLES POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)

13

- Ne pas jouer le ballon.
- Ne pas plaquer ou tenter de plaquer un adversaire.

Sanction : pénalité.

**13.4** Les joueurs sur leurs pieds et sans le ballon ne doivent pas tomber sur des joueurs au sol qui ont le ballon ou sont près du ballon.

Sanction : pénalité.

## 14. PLAQUAGE

Appliquer les règles du jeu de World Rugby : [Règles du jeu | Règles de World Rugby](#)

## 15. RUCK

Appliquer les règles du jeu de World Rugby : [Règles du jeu | Règles de World Rugby](#)

**15.1** Les joueurs plaqués ne peuvent pas utiliser la technique dite du « squeeze ball » (sortie lente du ballon) pour recycler la possession.

### Définition

« **Squeeze ball** » (**sortie lente du ballon**) – Lorsqu'un joueur positionne son corps au-dessus du ballon et le pousse entre ses jambes pour recycler la possession.

## 16. MAUL

s.o.

## 17. MARQUE

s.o.



# VARIANTES DES RÈGLES POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)

14

## 18. TOUCHE, TOUCHE RAPIDE ET ALIGNEMENT

- 18.1** Le ballon est en touche lorsque le porteur du ballon ou le ballon touche la ligne de touche ou le sol au-delà de la ligne de touche.
- 18.2** L'endroit où le porteur du ballon ou le ballon a atteint la ligne de touche est l'endroit de la touche.
- 18.3** Un joueur ne peut pas délibérément lancer ou passer le ballon hors du champ de jeu.  
**Sanction : Tap et passe pour l'équipe non fautive.**
- 18.4** Quand le ballon est en touche, le jeu reprend par une touche contestée à six joueurs à l'endroit de la touche, par l'équipe qui n'a pas mis le ballon en touche.
- 18.5** Aucune équipe ne peut soulever un joueur dans l'alignement.
- 18.6** Chaque équipe forme une rangée distincte parallèle à la ligne de remise en jeu et placée à un demi-mètre de celle-ci de son côté de l'alignement, dans une zone située entre cinq mètres et dix mètres de la ligne de touche. L'espace entre ces deux rangées doit être respecté jusqu'au lancer du ballon.  
**Sanction : coup franc.**
- 18.7** L'équipe qui ne lance pas le ballon doit avoir un joueur placé entre la ligne de touche et la marque des cinq mètres. Ce joueur doit se tenir à un mètre de la marque de la touche du côté de l'alignement de son équipe et à un mètre de la marque des cinq mètres.  
**Sanction : coup franc.**
- 18.8** Les deux équipes doivent avoir un demi de mêlée. Le relayeur doit se tenir à au moins deux mètres de ses partenaires dans l'alignement, et entre cinq et dix mètres de la ligne de touche. Chaque équipe ne peut avoir qu'un seul demi de mêlée.  
**Sanction : coup franc.**
- 18.9** Les joueurs ne participant pas à l'alignement doivent rester à au moins dix mètres de la ligne de remise en jeu du côté de leur équipe ou derrière la ligne de but si celle-ci est plus proche.
- 18.10** La touche prend fin lorsque le demi de mêlée passe le ballon provenant de l'alignement et qu'un joueur qui ne participe pas à la touche le reçoit.



# VARIANTES DES RÈGLES POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)

15

**18.11** Lorsque le ballon entre en touche dans l'en-but, l'équipe qui n'a pas mis le ballon en touche reprend le jeu par un tap et passe à 5 mètres de la ligne de but et à trois mètres de la ligne de touche.

## 19. MÊLÉE ORDONNÉE

- 19.1** Il y a une mêlée ordonnée seulement lorsqu'il y a en-avant ou passe en avant, comme défini à la section 11. En-avant ou passe en avant.
- 19.2** Chaque équipe doit avoir deux piliers et un talonneur en première ligne, deux joueurs de deuxième ligne en seconde ligne et un demi de mêlée.
- 19.3** Les talonneurs contestent le ballon dans la mêlée, mais il n'y a pas de poussée.  
**Sanction : pénalité.**
- 19.4** La mêlée prend fin lorsque le demi de mêlée passe le ballon et qu'un joueur qui ne participe pas à la mêlée le reçoit.
- 19.5** Tous les joueurs qui ne participent pas à la mêlée doivent rester à au moins cinq mètres du dernier pied de leur coéquipier le plus en arrière dans la mêlée.

## 20. PÉNALITÉ ET COUP FRANC

**20.1** Tous les coups francs et pénalités sont joués par tap et passe.

### Définition

**Tap et passe** – un joueur doit taper le ballon avec le pied et le passer à un coéquipier avant que le jeu reprenne.





# VARIANTES DES RÈGLES POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)

16

## 21. EN-BUT

**21.1** Si le porteur du ballon est retenu dans l'en-but sans qu'un essai ait été marqué, le jeu reprend par un tap et passe à cinq mètres de la ligne de but avec la possession du ballon pour la même équipe.

## DÉFINITIONS

### Tap et passe

Le joueur qui a le ballon doit le taper du pied et le passer pour reprendre le jeu. L'équipe adverse ne peut pas avancer tant que la passe n'a pas été faite.

### « Squeeze ball » (sortie lente du ballon)

Lorsqu'un joueur plaqué positionne son corps au-dessus du ballon pour en retarder la sortie et le pousse entre ses jambes pour recycler la possession.



# **VARIANTES DES RÈGLES POUR LES MOINS DE 13 ANS ET LES MOINS DE 14 ANS (RUGBY À VII)**



**JOUER  
INTELLEIGEMENT**  
PRIORITÉ AUX ATHLÈTES

**RUGBY.CA**

RUGBY CANADA