



AVANT-MATCH: OFFICIEL DE MATCH

NOMS DES ARBITRES	
COM	
ÉQUIPES	
COMPÉTITION	
DATE	

QUELS SONT LES ENJEUX DE CE MATCH POUR VOUS ET POUR LES DEUX ÉQUIPES ?

--

QUELS SONT VOS OBJECTIFS DANS LES SECTEURS SUIVANTS DANS LE CONTEXTE DE CE MATCH ?

TECHNIQUE	
TACTIQUE	
GESTION DE MATCH	

COMMENT TENTEREZ-VOUS D'ACCOMPLIR CES OBJECTIFS DANS CE MATCH ?

--



AUTO-ÉVALUATION POST-MATCH

Évaluez votre performance en utilisant les couleurs indiquées ci-dessous en fonction des objectifs énoncés dans votre plan d'avant-match.

TECHNIQUE	Plaqueurs/aide-plaqueurs relâchent clairement et s'écartent du ballon 	Les joueurs qui arrivent entrent dans la zone de plaquage par la « porte » 	Défense clairement derrière la ligne de hors-jeu au ruck 	Position corporelle positive à la mêlée 	Nombre de joueurs correct à la touche
TACTIQUE	Bien faire jouer l'avantage 	Récompenser les mêlées dominées légalement 	Récompenser les bonnes luttes pour le ballon et les bons « cleanout » aux regroupements 	Récompenser les équipes avec de l'espace gagné 	Jugement du contexte – comprendre ce dont le jeu a besoin
GESTION DE MATCH	Communication claire 	Établir un environnement positif 	Progression des sanctions 	Rester calme sous pression 	Tolérance zéro pour le jeu déloyal

CODE DE COULEUR

PRIORITAIRE

À SURVEILLER

CONSTANT

DANS QUELS SECTEURS AVEZ-VOUS BIEN PERFORMÉ?

QU'AVEZ-VOUS IDENTIFIÉ COMME ÉLÉMENT À TRAVAILLER LORS DE VOTRE PROCHAIN MATCH? INDIQUEZ DES POINTS D'APPRENTISSAGE AVEC LE SOUTIEN VIDÉO LORSQUE POSSIBLE.

COMMENT POUVEZ-VOUS METTRE EN PRATIQUE CE QUE VOUS SOUHAITEZ AMÉLIORER LORS DE VOTRE PROCHAIN MATCH?