

Les règles du rugby



En-avant

Il est interdit de passer le ballon à la main à un coéquipier se trouvant devant soi ou de lancer le ballon à la main devant soi.



Ruck

Après un plaquage, les soutiens doivent venir de leur camp et rester sur leurs appuis - debout - pour récupérer le ballon, en le ramassant ou en poussant dans l'axe.



Mêlée

Suite à un en avant, les deux packs s'affrontent. Il faut pousser dans l'axe et talonner le ballon.



Touche

Lorsque le ballon sort en touche. A 5 mètres de la ligne de touche, les joueurs s'alignent (de 2 à 7 joueurs) et le talonneur lance la balle dans l'axe de l'alignement.



Pénalité

Fait suite à une faute "grave" la défense se place automatiquement à 10 mètres et ne doit pas intervenir si l'équipe attaquante joue vite. Sinon, elle recule à 10 mètres de plus.



Drop

Coup de pied du dix entre les poteaux pour marquer 3 points.



Essai

Aplatir le ballon dans l'en-but adverse en le portant ou en se jetant dessus suite à un coup de pied.



Transformation

Coup de pied suite à un essai. Il vaut 2 points.



Avants

Les joueurs de 1 à 8. Ils participent aux gains du ballon dans le jeu et sont là pour faire la place au $\frac{3}{4}$



Trois-quarts

Les 7 joueurs des lignes arrières. Ils utilisent la largeur du terrain pour franchir la ligne de défense adverse, se sont eux qui jouent le plus souvent au pied.



Carton jaune/rouge

Fautes techniques répétées, mauvais gestes, brutalités... Un joueur recevant un carton jaune doit quitter le terrain pendant 10 minutes sans être remplacé. Le carton rouge équivaut à une expulsion définitive du terrain.



Petit côté (côté fermé)

Lors d'une phase de jeu, c'est partie du terrain la plus étroite du terrain.



Grand côté (côté ouvert)

Lors d'une phase de jeu, c'est la partie du terrain la plus large.



Plaquage

Il s'effectue entre les chevilles et la ligne des épaules en saisissant le joueur adverse avec ses bras ou en appuyant plus ou moins avec son épaule.



Contester un ballon

Le joueur tente de récupérer le ballon, en essayant de l'arracher à son adversaire qui est debout ou au sol.



Libérer (lâcher) le ballon

Obligatoire dès lors qu'un joueur est plaqué au sol.



Nettoyer

Lorsqu'un coéquipier se fait plaquer, les joueurs lui apportent de l'aide en se plaçant au-dessus de lui, sur leurs appuis, pour empêcher les défenseurs de s'emparer de la balle.



Plonger

1 - Dans l'en-but, pour marquer un essai.
2 - Mais signifie aussi se jeter dans un regroupement pour récupérer la balle ou protéger la sortie du ballon.



Passe

Donner le ballon à un coéquipier vers l'arrière à la main ou au pied en avant ou en arrière.



Hors-jeu

Un joueur est en position de hors-jeu s'il se trouve soit devant un coéquipier porteur du ballon, ou devant un coéquipier qui tape le ballon vers le cap adverse.