

Le Comité Midi-Pyrénées de Rugby présente

MÔM' EN RUGBY

L'actu et les connaissances rugbystiques du champion pyrénéen de demain !

Le Journal des 6 - 10 ans

N° 5 => Décembre 2015

Coupe du Monde : La Nouvelle-Zélande sacrée !



Les conseils santé avec Harmonie Mutuelle

Pour bien grandir et avoir une bonne santé, il faut manger de tout :

- réduire les sucreries et les repas trop gras
- choisir les légumes plutôt que les frites,
- préférer un fruit (cru ou en compote) aux barres chocolatées.

Pour les sportifs, l'alimentation sera une véritable alliée pour gagner !

A toi de jouer ! (Entoure la bonne réponse)

Que veut dire « manger équilibré » ?

- A) Manger un peu de tout
- B) Manger debout
- C) Manger un peu moins de bonbons

Super les hamburgers, les frites et les pizzas !
Mais c'est très gras ! Il ne faut pas en manger ...

- A) Plus d'une fois par jour
- B) Plus d'une fois par semaine
- C) Plus d'une fois par mois



A LA UNE

Connais-tu vraiment les All-Blacks, Champions du Monde 2015 ?

Sacrée pour la troisième fois de son histoire, et la deuxième consécutive, tout le monde connaît la Nouvelle-Zélande et ses All-Blacks. Mais sais-tu pourquoi...

...la Nouvelle-Zélande joue en noir ?

Les All Blacks sont connus par leurs tenues en noir, dont on dit qu'elles sont destinées à porter le deuil de leur adversaire.



...les All-Blacks pratiquent le Haka ?

Avant le début de chaque rencontre, les All-Blacks pratiquent une danse appelée le haka, qui est également leur chant de guerre. Le haka permet aux joueurs de se motiver, et de tenter d'impressionner l'adversaire. Il y en a plusieurs. Le plus connu d'entre eux est le « Ka mate ».

...leur emblème est la fougère ?

Avec le kiwi (oiseau local), la fougère argentée est un symbole national en Nouvelle-Zélande. Elle représente l'énergie, l'éveil et la croissance. Des valeurs qui caractérisent bien le jeu des All-Blacks.



LES VALEURS DU RUGBY



Quand on joue au rugby, on partage tous la même passion. On reste unis et soudés dans la victoire comme dans la défaite.



Tu partages avec tes copains et copines du rugby, toutes les victoires et les défaites. Vous êtes un groupe, une équipe, une bande d'amis qui partagez la même passion : le rugby.



MES 4 MOTS D'ANGLAIS





Toutes ces nations du rugby parlent l'anglais !
Je vais t'apprendre des mots :



 **a drop goal** = un drop 

 **the kicker** = le buteur 

 **up and under** = une chandelle 

 **the tee** = le tee 

LES REGLES DU JEU - Les cartons de l'arbitre

Au rugby, l'arbitre a le droit de pénaliser une équipe par des cartons qu'à partir de la catégorie -16 ans, avant cette catégorie le remplacement du joueur sanctionné est obligatoire.

Il existe 3 types de cartons :

→ **Carton Blanc** : Faute technique ou faute répétée. Exclusion de 5 min ou 10 min selon les catégories.

→ **Carton Jaune** : Faute de jeu déloyal (= qui met en danger l'adversaire ou soi-même) et faute d'anti-jeu (=qui empêche l'adversaire de jouer). Exclusion de 5 min ou 10 min selon les catégories

→ **Carton rouge** : Faute de jeu déloyal en fonction de la gravité, plaquage cathédrale, coup de poing et coup de pied. Exclusion définitive du joueur.



FICHE D'IDENTITÉ EQUIPE NATIONALE

AFRIQUE DU SUD

Nom du stade :
Ellis Park

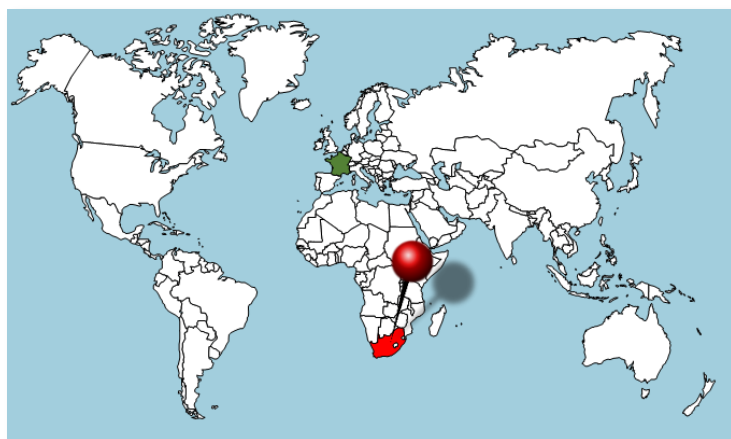
Hymne National :
Nkosi Sikelel'iAfrika



Capitale : Le Cap

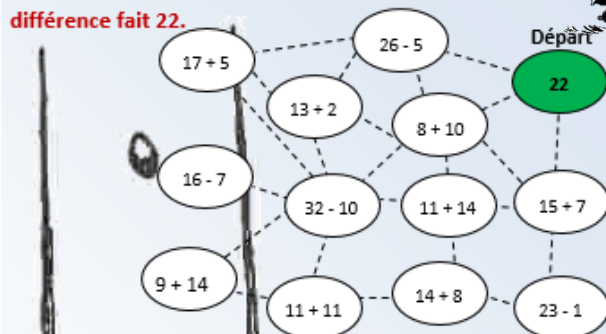
Surnom :
Springboks

Capitaine :
Jean de Villiers



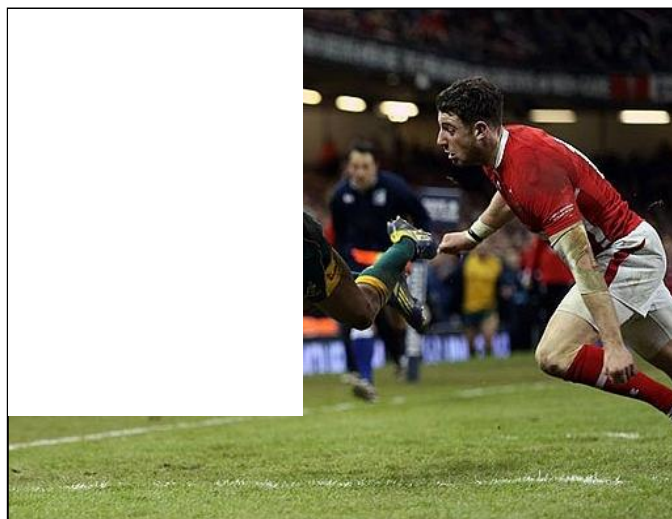
DIVERTISSEMENTS

Trace le chemin des ballons dont la somme ou la différence fait 22.



Aide-moi à mettre le ballon entre les poteaux !

Imagine et continue la photo en dessinant.





**Guy
NOVES**



Français

Né le : 05/02/1954 à Toulouse (31)
61 ans

Poste actuel: Sélectionneur XV
de France

Ancien Poste : Manager Stade
Toulousain

Club formateur : Stade
Toulousain (Ancien joueur au
poste d'ailier)



**Fabien
PELOUS**



Français

Né le : 07/12/1973 à Toulouse (31)
42 ans

Poste actuel : Directeur Sportif Stade
Toulousain

Ancien Poste : Manager France U20
Carrière de Joueur : Graulhet, Dax,
Stade Toulousain

118 sélections (Recordman des
sélections)

Club formateur : Saverdun UAS
(ancien joueur au poste de 2^{ème} ligne)

QUIZZ

- Qui a remporté le match pour la 3^{ème} place lors de la dernière Coupe du Monde ?
Afrique du Sud Argentine Irlande
- Sur quel continent se trouve la Nouvelle-Zélande ?
Afrique Asie Océanie
- Quel joueur termine meilleur marqueur de l'édition 2015 ?
Bryan Habana Julian Savea Juan José Imhoff
- Où se déroulera la prochaine Coupe du Monde (2019) ?
Japon Australie Italie



Pour répondre aux questions, entoure les bonnes réponses et renvoie la partie « Quizz » par courrier à l'adresse postale du CMP ou par mail à l'adresse suivante : momenrugby@cmp-rugby.com

Tirage au sort parmi les bonnes réponses. LOTS A GAGNER !!!



LA CARTE DE LA REGION MIDI-PYRENEES

LE SAVAIS-TU ?
A partir du 1^{er} Janvier 2016, les territoires des régions françaises vont évoluer. Midi-Pyrénées et Languedoc-Roussillon ne formeront plus **qu'une seule région.**



Connais-tu bien ta région ?
 Découpe les vignettes ci-dessous avec les noms des départements et place-les sur la carte !



HAUTE-PYRENEES

HAUTE-GARONNE

TARN-ET-GARONNE

ARIEGE

AVEYRON

TARN

LOT

GERS