

# e Jeu

Le combat  
est l'essence  
même du jeu

Le mouvement des joueurs  
rend le combat plus  
efficace et  
plus économique

**Défini comme un sport collectif de combat, le rugby se caractérise par la lutte et les déplacements de deux équipes qui s'attaquent mutuellement en avançant (collectivement et individuellement) au contact et dans les espaces libres, de manière organisée, dans le respect du règlement.**

**Utilisateurs et opposants avancent et assurent la continuité du mouvement qui avance (avec ou sans ballon) pour gagner le ballon, le conserver, le récupérer, modifier le rapport de force à leur avantage et marquer.**

Le respect de ces principes nécessite la mise en place de règles d'action qui se traduisent concrètement par des comportements directement observables dans les situations tactiques et les situations stratégiques.

**L**e joueur doit être capable de répondre aux problèmes liés à sa participation au jeu de mouvement, à la gestion des contacts et des luttes, à l'organisation des conquêtes et des lancements de jeu, en utilisant le règlement.



# Le Jeu

## Les comportements observables

### Entrée dans l'activité

#### Découverte

##### Participer avec ou sans ballon au jeu de mouvement

- Action individuelle de course ou peu de mouvement en avançant.
- Maladresses.
- Pas d'avancée en continuité, les passes sont dues au hasard ou effectuées pour se débarrasser du ballon.
- Les plaquages sont rares, ce sont le plus souvent des blocages debout, ou des accrochages.
- L'opposition s'effectue le plus souvent en reculant.

#### Gérer les contacts, les luttes

- Des attitudes de crainte par rapport au contact avec le sol, avec l'adversaire.
- Les regroupements sont nombreux, pas structurés, anarchiques, plusieurs joueurs de la même équipe luttent pour la balle, les joueurs s'engagent différemment dans l'intensité, mais il n'existe pas de différenciation des rôles.
- Des joueurs au cœur du regroupement se montrent très actifs.
- D'autres joueurs s'investissent moins intensément en périphérie, certains restent satellites par crainte ou par tactique.

#### Respecter les règles

- Difficultés à respecter les règles fondamentales
  - la marque : le joueur jette le ballon dans l'en-but
  - le hors-jeu : le soutien est réalisé en avant du porteur de balle
  - le tenu (plaquage) : certains joueurs conservent le ballon au sol
  - méconnaissance des droits et devoirs sur le plan de la loyauté et de la sécurité
    - actions de cravates, croche-pieds, raffuts trop violents, réactions trop énergiques pour se débattre ...
    - gestes dangereux pour soi, ses partenaires ou ses adversaires

### Déclencher les lancements de jeu

- Les lancements de jeu sont peu intelligents, ils opposent les points forts aux points forts adverses.
- Ils provoquent souvent des blocages immédiats.
- Les joueurs utilisent des actions de contournements individuelles.
- Pas de jeu sans ballon, ni de "pré action".

### Sensibilisation

#### Participer avec ou sans ballon au jeu de mouvement

- Les joueurs avancent et passent au contact, ils ne choisissent pas toujours le porteur le mieux placé pour faire avancer le ballon.
- Le jeu au pied est quelquefois utilisé mais le ballon est le plus souvent rendu à l'adversaire sans pression.
- Le joueur opposant commence à être efficace lors des plaquages (encore rares).
- L'opposition est capable de récupérer des ballons.

#### Gérer les contacts, les luttes

- Les regroupements avancent, le ballon est conservé mais pas libéré au bon moment.
- Les attitudes sont plus efficaces pour la poussée, le buste est placé, le joueur s'engage avec la tête et les épaules.
- L'organisation au contact n'est pas bien maîtrisée, le joueur n'est pas suffisamment fléchi sur ces jambes, ni stable sur ses appuis, le ballon n'est pas éloigné rapidement de l'adversaire.

#### Respecter les règles

- Les joueurs ont intégré les règles fondamentales.
- Les joueurs respectent le règlement sur les phases de blocages.
- Certains joueurs se retrouvent hors-jeu sur le jeu au pied de leurs partenaires.

### Déclencher les lancements de jeu

- Certains lancements sont effectués en avançant.
- Certains joueurs se placent en fonction des points faibles adverses.

# Le Jeu

## Initiation

## Exploration

### Participer avec ou sans ballon au jeu de mouvement

- Les joueurs avancent et passent avant d'être pris, ils cherchent donc un partenaire qui fera avancer le ballon (relais), afin d'assurer la continuité.
- Le soutien s'organise autour du porteur, mais encore rarement en fonction de l'adversaire.
- L'opposition s'organise pour stopper le porteur : beaucoup de plaquages et nombreuses récupérations de balle dues à l'investissement collectif dans la défense, avec contre attaque.
- Le jeu devient un peu plus structuré.

### Gérer les contacts, les luttes

- Les regroupements avancent
- Le regroupement est organisé pour favoriser la sortie du ballon et pour imposer la pression.
- Les joueurs gèrent de mieux en mieux les contacts avec l'adversaire, ils assurent le plus souvent la disponibilité du ballon.
- Les joueurs proches s'investissent au regroupement les autres occupent les espaces libres.

### Respecter les règles

- Certains joueurs se trouvent encore hors-jeu sur le jeu au pied de leur partenaire (encore peu fréquent).

### Déclencher les lancements de jeu

- Les lancements s'effectuent en fonction de ses points forts avec des joueurs lancés.
- L'adversaire n'est peu ou pas pris en compte.



## e Jeu

## Axes de construction d'un projet de jeu

## Moins de 7 ans

## Moins de 9 ans

## Jeu de mouvement

- Porter la balle vers l'avant
- Avancer en opposition
- Marquer souvent
- Attraper le ballon
- Courir avec le ballon
- Ramasser le ballon
- Défendre sa ligne de but
- S'opposer physiquement
- Attraper le porteur de balle

- Avancer individuellement et collectivement en utilisation et en opposition

- S'orienter dans l'espace de jeu
- Avancer vers l'adversaire
- Éviter l'adversaire
- Arrêter le porteur de balle
- Bloquer et s'opposer au porteur de balle
- Reconnaître ses partenaires

## Gestion des contacts et des luttes

Conserver le ballon au contact ou le récupérer.

Jouer en sécurité  
Avancer au contact de l'adversaire  
Lutter pour gagner le ballon  
Accepter de tomber

- Protéger et canaliser la balle dans le regroupement
- Repousser les opposants

- Lutter au cœur du regroupement
- Entrer au contact avec l'adversaire
- Éloigner le ballon de l'adversaire
- Pousser en engageant les épaules

## Lancement de jeu

S'orienter vers la cible

Repérer la ligne de marque  
Se placer chacun dans son camp  
Respecter les limites du terrain

- Opposer le point fort au point faible adverse

- Avancer dans l'espace laissé libre
- Jouer individuellement avec son point fort : défier et contourner

## Respect des règles

Connaître la règle de la marque et du hors-jeu

Poser le ballon pour marquer  
Se replacer pour faire avancer

- Respecter les 4 règles fondamentales :
  - Marque
  - Droits et devoirs
  - Hors-jeu
  - Plaquage

- être utile et disponible pour le jeu.
- Jouer en sécurité malgré l'augmentation de l'intensité des courses et des luttes.
- Permettre au jeu de se dérouler.

Les moyens techniques utilisés, qui garantissent efficacité et sécurité, sont décrits dans les situations d'apprentissage.

# Le Jeu

## Axes de construction d'un projet de jeu

### Moins de 11 ans

### Moins de 13 ans

#### Jeu de mouvement

- Assurer la continuité du jeu en évitant le blocage
- Prendre en compte le partenaire
- Arrêter le porteur de balle

- Se placer dans l'axe du porteur de balle
- Passer le ballon en relais
- Soutenir le porteur de balle sur le plan latéral
- Plaquer le porteur de balle
- Défendre avec son partenaire proche

- Assurer la continuité du mouvement qui avance en évitant le blocage
- Réalisation du choix "passe ou perce"
- S'opposer directement ou glisser

- Avancer dans les intervalles
- Avancer dans des espaces à faible densité de joueurs adverses
- Choisir le meilleur soutien
- Soutenir dans l'axe : retard pour meilleure vitesse et plus de puissance
- Soutenir latéralement : s'écarte du porteur, jouer avec l'espace
- S'opposer collectivement sur l'espace menacé
- Conserver une réserve défensive

#### Gestion des contacts et des luttes

- S'investir dans le regroupement
- Rendre le ballon disponible

- Assurer les différents rôles : arracher-protéger-pousser-ramasser
- Placer son buste
- Fléchir ses jambes- être équilibré
- Amener le ballon loin de la ligne de front et l'utiliser

- S'organiser dans le blocage
- Sortir des axes de poussée des utilisateurs/ Opposants

- Percuter en protégeant son ballon
- Faire le choix : rester debout ou aller au sol
- Extraire la balle du regroupement
- Combattre collectivement
- Respecter son rôle
- Contourner la pression adverse
- Se lier et repousser les attaquants
- Retourner le porteur de balle

#### Lancement de jeu

- Se placer pour franchir la ligne d'avantage au plus vite

- Faire avancer le premier rideau
- Réagir vite à la mise en place
- Organiser les soutiens au porteur de balle

- Approche des stratégies
- Lancement du jeu loin ou lancement près

- Se démarquer
- Changer les trajectoires de courses
- Avancer et provoquer l'adversaire
- Reconnaître les points faibles et les utiliser

#### Respect des règles

- Intégrer les règles fondamentales
- Respecter le hors-jeu sur les phases de blocage

- S'engager dans le placage
- Placer son dos et sa tête; serrer les bras
- Se replacer pour soutenir ses partenaires
- Être peu pénalisé
- Ne pas faire mal
- Ne pas se faire mal

- Règles du Hors jeu sur le jeu au pied
- Règles de la phase ordonnée la mêlée

- Occuper l'espace
- Presser l'adversaire
- Inverser le rapport de force
- Être peu pénalisé
- Se positionner correctement : liaisons-placements dos-flexion
- Regarder à l'entrée en mêlée
- Talonner et conduire le ballon

Les moyens techniques utilisés, qui garantissent efficacité et sécurité, sont décrits dans les situations d'apprentissage.

# e Joueur

L'éducateur doit s'employer à aider le joueur à développer ses ressources (affectives et relationnelles, perceptives et décisionnelles, techniques, physiques) en lui proposant des situations d'apprentissage où chacune sera mobilisée en terme de priorité momentanée (dominante).



## Le joueur et ses ressources

**Une rotation méthodique des dominantes entraînera le joueur dans une spirale de progrès à tous les plans, pour autant que l'éducateur soit capable de créer un climat d'apprentissage permettant de solliciter et développer les habiletés mentales.**

**A**u cours de la première étape, le jeune joueur se confronte à des problèmes liés à des situations dites tactiques qu'il va progressivement tenter de résoudre en s'appuyant sur ses ressources. Ce potentiel initial sera mobilisé en fonction de ses "qualités naturelles" et de son vécu (imitation, apprentissage dans d'autres disciplines, milieu), mais aussi de ses motivations, représentations (quelle image du rugby ?) et son degré d'appréhension,.... Le joueur agit ou plutôt réagit de manière intuitive dans les situations jouées en faisant appel prioritairement à ses ressources affectives et relationnelles et en utilisant des habiletés motrices pour s'engager de son mieux dans le jeu total.

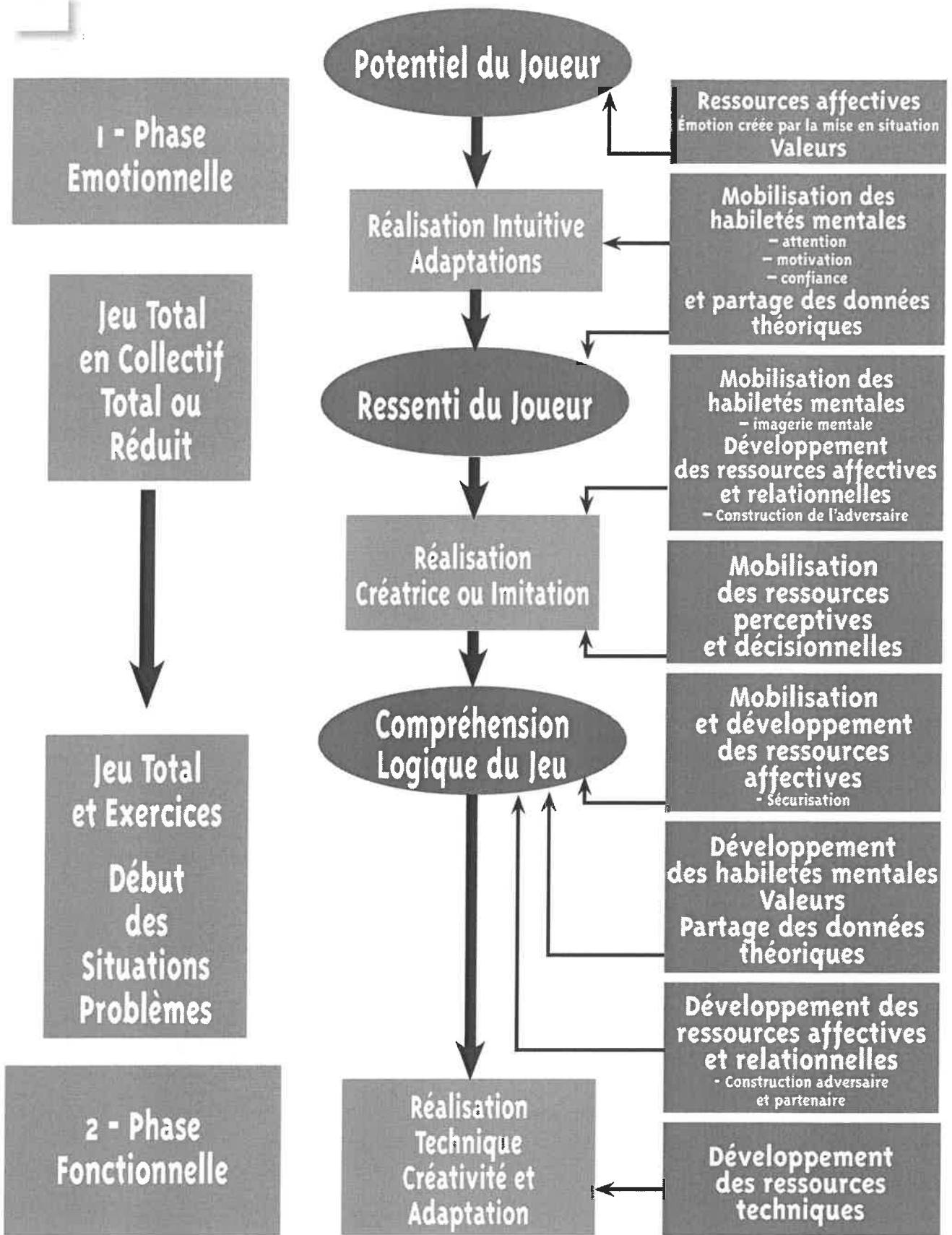
L'éducateur doit faire vivre suffisamment longtemps cette phase émotionnelle dans un jeu simplifié qui, sans être dénaturé, respecte les principes de sécurité, l'assimilation des règles fondamentales et le partage des données théoriques. Pour aider le joueur à développer d'autres ressources, l'éducateur l'incitera à mobiliser des habiletés mentales fondamentales (attention - en marche vers la concentration - confiance, motivation) qui vont le sécuriser et lui permettre de ressentir le but du jeu, d'imiter ou d'inventer les moyens adaptés pour parvenir à ce but. La mobilisation de ressources perceptives (sensations, repères...) et décisionnelles (l'enfant commence à faire des choix), la visualisation, le développement des ressources affectives et relationnelles vont l'amener progressivement à une compréhension de la logique du jeu.

C'est le moment où les habiletés motrices (courir, pousser, lutter, lancer, attraper,...) se transforment en techniques (courir pour marquer ou se placer avec des appuis de plus en précis, placer son dos pour orienter sa poussée, pour plaquer, passer, ...). La banque d'images et les moyens d'action s'enrichissent mutuellement, l'éducateur met en œuvre la pertinence de son observation pour proposer les situations pédagogiques adaptées à cette période essentielle dans la spirale de progrès.

Par la valorisation des efforts entrepris, le questionnement et la verbalisation par le joueur, il pourra ancrer les "bonnes réponses" et participer à la construction de nouveaux outils simples et généraux permettant de concrétiser des intentions tactiques, outils qu'il faut tendre à automatiser pour mieux les enrichir et les diversifier. C'est l'étape où le joueur passe du registre émotionnel au registre fonctionnel. La rotation méthodique des dominantes fait entrer le joueur dans la spirale de progrès, le niveau d'exigence sur la pertinence des choix et les moyens d'action augmente au fur et à mesure que le jeu se structure, que les actions sont effectuées en pleine conscience sur des repères partagés par le collectif.

Cependant des voies rapides peuvent et doivent être utilisées pour assurer la sécurité des joueurs. Les voies rapides sont celles que l'on emprunte lorsqu'on veut agir sur le jeu, en prenant des raccourcis. Or, si on admet que le joueur construit son jeu, sa formation procède par étapes de découverte, d'exploration et d'appropriation qui garantissent une stabilité des acquis, mais plus encore une adaptabilité de ses acquis. C'est pourquoi les "voies rapides" doivent rester des mesures d'exception.

# Le Joueur



## Remarques

# Les Ressources Physiques

**L**es séances à l'école de rugby ne doivent pas se transformer en séance de préparation physique généralisée, cependant l'éducateur doit prendre conscience des besoins futurs et aide le joueur à combler les manques observés dans ce domaine. Plus tard... ce sera peut-être trop tard !

Bien que le travail des capacités physiques ne soit pas prioritaire dans cette étape, il doit être pris en compte dans l'activité pour sensibiliser les jeunes sur l'importance des qualités à développer et leur donner des habitudes de travail. L'éducateur devra veiller à respecter les temps de jeu préconisés, et s'assurer que les enfants aient suffisamment de temps de récupération.

## Endurance

L'enfant doit devenir capable de courir à une allure régulière (à son allure) pendant une durée au moins égale à celle des temps de jeu prévus dans un tournoi. Un test pourra être réalisé en début et en fin de saison.

Un travail régulier peut être mis en place en méthode continue à condition d'utiliser des formes ludiques (course d'orientation, ski de fond, roller,...) Le travail s'effectuera la plupart du temps en méthode discontinue en pratiquant l'activité ou des jeux (développement d'habiletés motrices, jeux de lutte...)

## Vitesse

La vitesse de réaction et la vivacité dans cette tranche d'âge nous paraissent plus intéressantes que la capacité de vitesse qui pourra s'obtenir plus tard par un travail de la technique de course adaptée au rugby.

Les progrès sont concrétisés principalement par la pratique régulière de l'activité et par les jeux (développement d'habiletés motrices, jeux de lutte, relais...) Un test sur 15 à 20 m avec slalom ou autres changements de direction pourrait être mis en place en début et en fin de saison.

## Force

Des exercices de gainage doivent être proposés dès cette tranche d'âge. Les progrès sont amenés principalement par la pratique régulière de l'activité et par les jeux (développement d'habiletés motrices, jeux de lutte...)

## Travail lactique

Aucun travail spécifique.

## Coordination, agilité et éducation posturale

- Équilibration lors des changements de direction en course (suivre un joueur en course lors de ses changements de direction...).
- Dissociation bras/jambes...
- Placement du dos.
- Manipulation de balles.

Les progrès sont assurés principalement par la pratique régulière de l'activité et par les jeux (développement d'habiletés motrices, jeux de lutte, jeux de balle...), des parcours d'habiletés motrices (chronométrés parfois) doivent être mis en place.

## Souplesse

Prise en compte progressive du schéma corporel par des exercices d'étirement associés à des exercices respiratoires.

