Rugby s'cool: Un éventail de jeux

Le set de fiches «rugby s'cool» offre aux enseignants des outils pratiques et faciles pour organiser leur enseignement et assurer un apprentissage progressif du rugby. Il permet de programmer les cours de façon structurée, logique et ludique.

Cinq domaines sont distingués selon les différentes parties de la leçon et dans lesquels les exercices sont classés du plus simple au plus complexe.

- **Echauffement cardiovasculaire**: Les jeux sont imagés et permettent un premier contact entre joueurs.
- **Jeux de lutte**: Ils vont d'une situation d'un contre un au sol vers une forme tous contre tous en position debout. Ils ont pour visée de mettre en exergue les règles des droits et devoirs du joueur, d'en comprendre le sens et d'en extraire la nécessité d'un strict respect.
- **Jeux à effectif réduit**: Ils permettent aux enseignants de différencier les groupes en fonction du niveau d'engagement des élèves et facilitent l'introduction des règles fondamentales, leur compréhension et leur indispensable observation.
- **Jeux à effectif complet**: Ils conduisent progressivement au jeu final et à ses quatre règles fondamentales que sont les droits et devoirs du joueur, la marque, le tenu et le hors-jeu.
- **Retour au calme**: Il donne la possibilité à chacun de retrouver un rythme cardiaque de repos.

Des fiches sur mesure

Chaque fiche propose des variantes afin de mettre en œuvre le jeu à plusieurs reprises ou d'en compliquer les objectifs. Il comprend les règles fondamentales utilisées, la forme d'organisation et les dimensions du terrain recommandées pour limiter les risques liés aux chocs violents générés par la vitesse de déplacement des joueurs, ainsi que des conseils tirés de l'expérience des auteurs.

L'enseignant peut ainsi choisir les exercices ou leurs variantes en adéquation avec le niveau d'apprentissage et de progression de ses élèves pour un enseignement réussi.

Set de fiches (pdf)

Les fiches sont conçues de manière à être imprimées, découpées et plastifiées puis réunies par un lien. Chaque enseignant peut ainsi confectionner son set de jeux en éventail.

Source: Philippe Lüthi, chef de sport J+S Rugby et enseignant d'éducation physique; Mario Bucciarelli, expert J+S Rugby et entraîneur en LNA

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO