Rugby

mobile
cahier pratique

27

2|07 OFSPO & ASEP

Essai transformé // Et si on jouait au rugby à l'école? Craint par certains enseignants en raison de ses contacts, le rugby met pourtant en avant la notion de loyauté qui vise justement à garantir l'intégrité du joueur.

Philippe Lüthi, Véronique Keim
Photos: Daniel Käsermann; dessins: Leo Kühne; graphisme: Monique Marzo

▶ Le rugby est un sport de combat pour la conquête loyale du ballon et la progression dans le terrain. Le jeu se caractérise par une situation d'affrontement collectif comportant une ligne de front, par la possibilité de charger et de saisir l'adversaire et enfin par la possibilité de conserver le ballon sans limitation, à condition de respecter les règles fondamentales.

Chance à saisir

Le rugby permet à chaque élève de trouver sa place. En effet, tout le monde peut participer, car le principe de jeu est simple et ne requiert pas de compétences techniques particulières au départ. L'élève le plus habile aura à tout moment besoin de ses coéquipiers pour progresser vers l'avant, contrairement à d'autres jeux – handball, basketball par exemple – où la maîtrise du dribble permet souvent d'aller marquer tout seul. Cette dimension collective renforce les rapports d'entraide, de solidarité et de respect entre les joueurs. Le rugby s'accommode donc bien des différences de niveau inhérentes à chaque classe. Il apprend à l'élève à s'organiser avec l'autre, à accepter le contact et à contrôler ses émotions. Tout un programme!

Nouvelle donne

Les vertus éducatives du rugby résident dans sa spécificité. La maîtrise des émotions liées à l'affrontement corporel va développer des vertus de courage, de loyauté et de détermination.

Au niveau du principe, le rugby diffère de nombreux autres jeux puisqu'ici on peut – on doit même! – courir avec la balle pour avancer et tenir compte à la fois du droit de charge sur le porteur du ballon et de la transmission de ce dernier vers l'arrière. L'affrontement corporel est d'ailleurs le premier problème à résoudre lorsqu'on aborde l'activité, surtout dans les classes mixtes. L'affrontement place les joueurs dans une situation qui fait émerger le problème de la gestion du binôme risque/sécurité, un thème passionnant à traiter au cours d'éducation physique!

Richesse du contenu

Les règles fondamentales du rugby donnent au jeu ses caractéristiques essentielles. Peu nombreuses, elles constituent et garantissent la permanence de son esprit.

Elles assurent en outre sa spécificité: sport de combat collectif qui se différencie des autres par l'effort de continuité (règle du tenu) et la permanence de la ligne de front (règle du hors-jeu). //

Le *cahier pratique* est une annexe de «mobile», la revue d'éducation physique et de sport.
Commandes supplémentaires:
- 1 exemplaire (avec la revue «mobile»): Fr. 10.–/€ 7.–
- Dès 2 exemplaires (seulement *cahier pratique*): Fr. 5.–/€ 3.50 (par exemplaire)
- Dès 5 exemplaires: Fr. 4.–/€ 3.–
- Dès 10 exemplaires: Fr. 3.–/€ 2.–

A envoyer à:
OFSPO, 2532 Macolin
Fax +41 (0)32 327 64 78
mobile@baspo.admin.ch
www.mobile-sport.ch

Au contact!

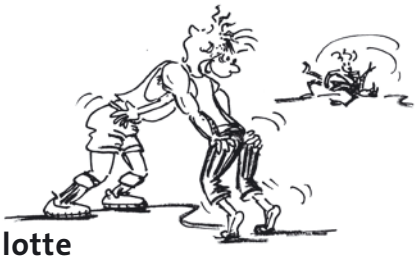
▶ Ces activités préliminaires conviennent bien à la mise en train. Mais au début d'un cycle, l'application première est la rencontre: accepter et respecter les autres dans un esprit de loyauté.

La tortue

Quoi? Par deux. Un joueur à quatre pattes doit résister au chasseur en restant le plus longtemps possible sur ses pattes. Le chasseur tente de retourner la tortue sur le dos le plus rapidement possible.
Remarques: la tortue ne peut pas s'accrocher avec les mains au terrain ou au tapis. Changer les rôles après chaque combat. Influencer le jeu pour que les prises du chasseur se fassent à bras le corps et pas seulement à bout de bras.

Lutte à genoux

Quoi? Deux joueurs assis dos à dos se retournent au signal et tentent de se renverser mutuellement pour appuyer les épaules adverses contre le sol.
Les prises doivent être appliquées en dessous des épaules, en respect du jeu loyal (voir encadré).
Remarques: passer progressivement en position debout. Possibilité de limiter les prises (ex: seulement les jambes).



Lutte à la culotte

Quoi? Deux joueurs, face à face, appuyés l'un contre l'autre avec les épaules, se tiennent «à la culotte» (mains sur les hanches). Ils tentent de se renverser mutuellement pour appuyer les épaules adverses contre le sol (prises en dessous des épaules).
Remarques: interdiction d'utiliser les jambes pour faire tomber l'adversaire. Avec des habits fragiles, interdire leur saisie mais demander la prise à bras le corps.

Lutte au ballon

Quoi? Deux joueurs face à face tentent au signal de ramener le ballon dans leur camp. Un troisième joueur-arbitre tient le ballon entre les deux joueurs à égale distance.
Les déplacements s'effectuent à genoux, à quatre pattes ou debout, selon l'indication de l'enseignant.
Remarques: pour augmenter les contacts, les ballons peuvent être ramenés dans le camp adverse. Les joueurs d'une équipe peuvent êtres favorisés par l'enseignant qui lance le ballon plutôt de son côté.

Esprit de loyauté

▶ Les droits des joueurs régissent les possibilités d'intervention sur l'adversaire. Ils mettent en avant l'activité de combat, tant pour l'attaquant que pour le défenseur.

Pour garantir la sécurité, il faut fixer des règles dont découlent naturellement des devoirs de loyauté: **ne pas faire mal, ne pas se faire mal, ne pas se laisser faire mal.**

Nous pouvons imager cet esprit auprès des élèves par la phrase «Ne fais pas à ton copain ce que tu n'as pas envie qu'il te fasse».

Les sangsues

Quoi? Deux équipes: les sangsues et les promeneurs. Tout le monde se déplace librement. Au premier signal, chaque sangsue s'accroche à un promeneur, à l'arrêt. Au second signal, les promeneurs tentent de gagner l'extérieur du terrain le plus vite possible.
Remarques: les sangsues ne font pas tomber l'adversaire mais tentent de le retarder. Les promeneurs peuvent porter leur sangsues, plusieurs sangsues peuvent s'accrocher à la même proie.

La marmite

Quoi? Deux groupes: les cuisiniers et les croûtons. Les croûtons baignent au fond de la marmite (couchés sur le sol en boule ou à genoux). Au signal, les cuisiniers sortent tous les croûtons de la marmite le plus rapidement possible en les soulevant (ils ne les tirent pas). Les croûtons ne se mêlent pas les uns aux autres.
Variante: remplacer les croûtons par des spaghetti qui peuvent se mélanger dès le départ.

La forteresse

Quoi? Les joueurs A défendent la forteresse dans laquelle se trouve le diamant du roi (ballon). Au signal, les joueurs B tentent de récupérer le diamant et de le sortir du terrain le plus vite possible. Les défenseurs peuvent recouvrir le ballon de leur corps, mais pas le soulever. Un défenseur qui sort de la forteresse est éliminé. Possibilité de placer plusieurs ballons.

Le grand déménagement

Quoi? Deux équipes. Tout le monde trottine dans un espace délimité (terrain de volleyball p. ex.). Au signal, les déménageurs saisissent les meubles et essaient de les repousser hors du périmètre. Les meubles tentent de résister à la poussée des déménageurs. L'enseignant définit les modalités d'intervention – poussée, tirage – pour garantir la sécurité des joueurs.

Rencontrer l'autre

▶ Jouer à se battre n'occasionne habituellement pas de problèmes pour deux copains. Affronter un camarade de classe avec lequel on n'a pas forcément d'affinité, un élève de l'autre sexe ou encore d'une autre nationalité peut générer des réactions inattendues, parfois de refus. Ces situations nécessitent une gestion émotionnelle particulière.
Les exercices d'échauffement moteur doivent avant tout préparer les élèves à accepter de saisir un camarade, de lutter avec lui et peut-être de se faire renverser par lui.
De nombreuses formes d'organisation permettent aux enseigants de provoquer une rencontre entre chaque élève:
Le cercle: les couples d'élèves sont répartis en cercle. Après deux combats, les élèves A changent de tapis. Ainsi de suite jusqu'à ce que le tour complet soit effectué.
Le tapis roulant: les couples d'élèves sont alignés, les uns à côté des autres. Après un combat, chaque élève se déplace d'un terrain sur la gauche. Avec un effectif impair, un élève reste au repos en bout de ligne. Avec un effectif pair, un élève désigné (en bout de ligne) reste sur place pendant tous les changements.
Le tournoi: après chaque combat, les élèves choisissent librement un autre camarade.

Premiers essais

▶ Les élèves construisent leur rugby. L'enchaînement de ces jeux par l'intermédiaire de l'introduction des règles fondamentales facilite leur appropriation et permet d'y lier l'esprit aux principes fondamentaux qui en découlent.

Pour bien démarrer

Mise et remise en jeu

Afin de favoriser le combat, les équipes sont placées face à face, proches l'une de l'autre (env 2m) à chaque remise en jeu. L'enseignant présente le ballon à un joueur de l'équipe non-fautive ou qui a encaissé le but. A l'injonction «jouer», la partie reprend. Au début de la partie et après un essai, la remise en jeu se fait au milieu du terrain. Après chaque faute ou sortie de terrain, elle s'effectue à l'endroit de la faute ou de la sortie de terrain, mais à trois mètres au moins de la ligne de touche.

La marque

Pour marquer, le joueur doit déposer (aplatir) le ballon dans l'en-but adverse (sur ou derrière la ligne), avec ses mains, ses bras, ou avec la partie supérieure de son corps (sauf la tête). Il doit y avoir un contact momentané joueur/ballon/sol pour que l'essai soit validé. L'essai rapporte 5 points.

Les droits du joueur

Pour le porteur de la balle:

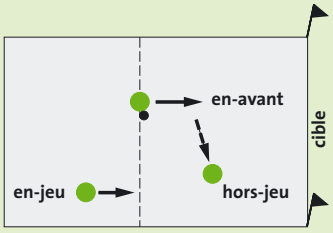
■ Droit d'avancer en portant la balle à la main sans aucune contrainte technique (pas de dribble, pas de limitation dans l'avancée)

■ Droit de défier physiquement l'adversaire et d'aller au contact dans les limites de la règle (pas de poing en avant, pas de moulinets de bras, etc.)

Pour le défenseur:

■ Droit de s'opposer physiquement au porteur de balle (ceinturage, plaquage) dans les limites de la règle (pas de jeu dangereux comme le croche-pied, coup, etc.)

Le hors-jeu (et son corollaire l'en-avant)



Est hors-jeu tout joueur se trouvant en avant du porteur de la balle, selon une parallèle à la ligne de but. La passe effectuée à un joueur hors-jeu est une faute (un en-avant).
Cette règle engendre une ligne de front entre les deux équipes et impose aux joueurs d'avancer pour marquer.

Le tenu

Le porteur de la balle tenu au sol doit immédiatement lâcher la balle ou la passer, et s'en éloigner afin de laisser la possibilité aux autres joueurs de la jouer.
Le porteur du ballon, bloqué par l'adversaire pendant trois secondes, est aussi considéré comme fautif. Cette règle favorise la continuité du jeu et permet «la vie du ballon».

Face à face

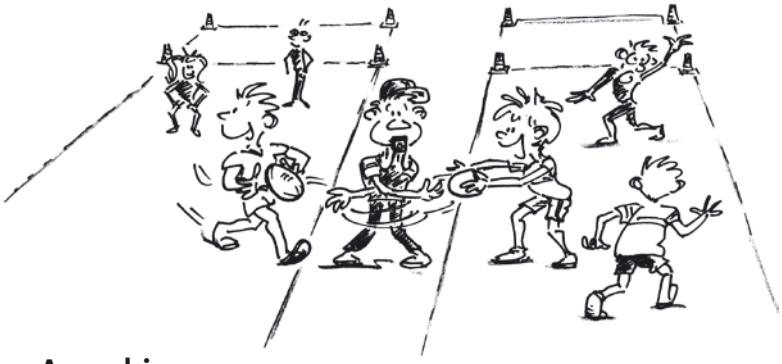
Quoi? Deux équipes, les attaquants avec un ballon chacun, et les défenseurs, placés dans leur zone, à 5 mètres de leurs adversaires (varier la largeur de la zone). Au signal, les attaquants avancent avec la balle et vont au contact. Ils essaient de passer leur adversaire direct pour aller marquer (aplatir le ballon). Les défenseurs tentent de les ceinturer pour arrêter leur course et récupérer la balle. Les ballons récupérés sont entreposés dans un couvercle de caisson. Après 4 passages par équipe, qui a le plus de ballons dans les caissons?
Règle pour les défenseurs: ne pas faire mal à l'adversaire!

Ballon derrière la ligne

Quoi? 6 à 10 joueurs par équipe sur un terrain deux fois plus long que large (largeur-référence = 50 cm par joueur). L'équipe attaquante essaie de marquer (aplatir la balle ou le ballon lesté) derrière la ligne d'en-but en respectant les deux règles suivantes: la marque et les droits du joueur (voir encadré). Chaque essai vaut 5 points.
Variantes: donner la balle de main à main ou imposer les passes rapprochées.

Stop ou encore

Quoi? Même principe que le ballon derrière la ligne en ajoutant la règle du tenu: les joueurs essaient de bloquer l'adversaire plus de trois secondes ou tentent de le mettre au sol pour récupérer la balle. Au départ et après chaque faute ou sortie de terrain, l'enseignant met la balle en jeu en la présentant aux joueurs.
Variante: élargir le terrain afin de favoriser les échappées. Jouer avec des groupes de niveau similaire.



Anarchie

Quoi? Deux équipes de 6 joueurs (en jouant sur deux terrains, on occupe 24 joueurs!). Quatre en-buts sont matérialisés par des cônes. Les joueurs circulent librement dans le terrain jusqu'à ce que l'enseignant annonce un en-but et donne la balle à un joueur de son choix. A ce moment, les équipes s'organisent: les attaquants se placent derrière le porteur pour éviter le hors-jeu et les défenseurs se placent pour stopper leur avancée. Après 8 mises en jeu (4 pour chaque équipe), qui a marqué le plus de points?

Bataille

Quoi? 6 à 10 joueurs par équipe sur un terrain assez large (largeur = 1 m par joueur; longueur = 2 × la largeur). Même principe que «Stop ou encore» en ajoutant la règle du hors-jeu. Elargir éventuellement encore le terrain.

La vitesse, ennemie du progrès

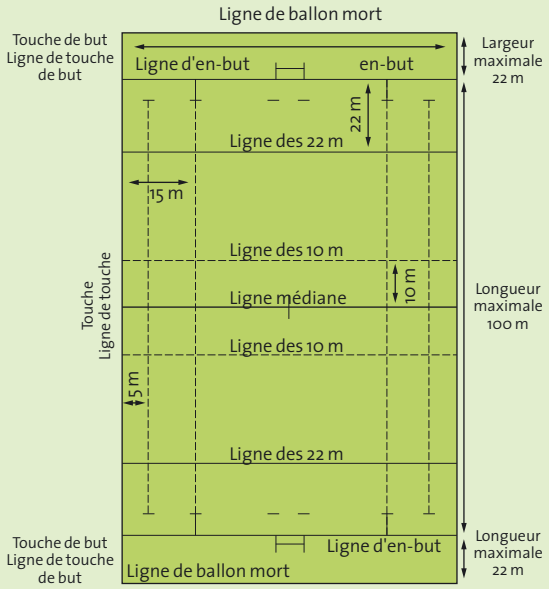
▶ Les résistances les plus fréquentes rencontrées en début d'apprentissage sont liées aux notions de peur du contact avec l'adversaire et avec le sol. Pour franchir cet obstacle affectif, nous devons modifier les facteurs vitesse et force de contact.
Un moyen pour cela: la réduction des terrains en largeur: 0,5m par joueur. La diminution de l'espace permet de limiter la vitesse de déplacement des élèves. Progressivement, lorsque les appréhensions s'atténuent, nous pouvons élargir les limites du terrain (jusqu'à 1 m par joueur).
Autre moyen, remplacer le ballon par un ballon lesté.

Terrain et ballons

▶ Le rugby se joue avant tout sur herbe. Seules les situations d'apprentissage peuvent être introduites en salle, avec des aménagements de sécurité adéquats (tapis). L'activité n'exige aucun matériel spécifique, ce qui facilite la mise en place des situations de jeu.
Pour l'école, les ballons de taille 4 conviennent bien. Pour limiter la vitesse au début, il peut être judicieux d'utiliser des ballons lestés.

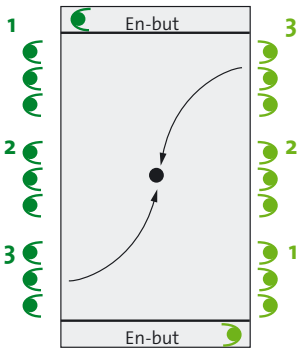
Terrain de jeu: les dimensions sont adaptées en fonction du nombre de joueurs. On disitngue:
■ **Le champ de jeu,** la zone située entre les lignes de but et les lignes de touche. Ces lignes ne font pas partie du champ de jeu.
■ **L'aire de jeu,** la partie de terrain composée du champ de jeu et des en-buts. Les lignes de touche, les lignes de touche de but et les lignes de ballon mort ne font pas partie de l'aire de jeu.
■ **L'en-but,** la zone située entre la ligne de but et la ligne de ballon mort, et entre les lignes de touche de but.

A l'école, les lignes de 10 m et de 22 m ne sont pas nécessaires.
L'important, c'est que l'en-but soit assez large pour que les élèves ne risquent pas de buter avec la tête contre une paroi ou un poteau.



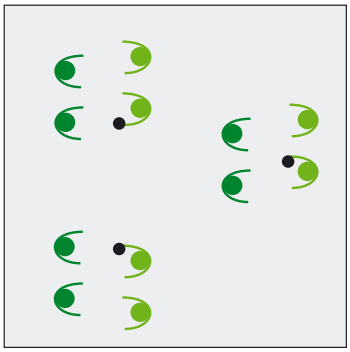
Tous d'attaque!

▶ Pour que chaque élève ait du plaisir à jouer, on doit proposer des jeux qui conviennent aussi bien aux «forts» qu'aux élèves moins habiles. Réduire l'effectif des groupes permet de combiner la différenciation et l'organisation de la leçon.



Béret collectif

Quoi? Délimiter des terrains étroits de 5 m × 10 m (éventuellement plus large en fonction du niveau des élèves). Former des groupes de 2 ou 3 joueurs qui se font face et les numéroter. Les groupes appelés luttent pour le ballon et essaient de l'amener dans l'en-but adverse afin de l'aplatir (règle de la marque). Les passes se font en arrière (règle du hors-jeu). Si le porteur du ballon est emmené au sol, il doit lâcher la balle (règle du tenu).
Remarques: le ballon est donné par l'enseignant qui peut, en fonction du niveau des joueurs, favoriser un groupe ou l'autre. Plusieurs groupes peuvent être appelés simultanément.



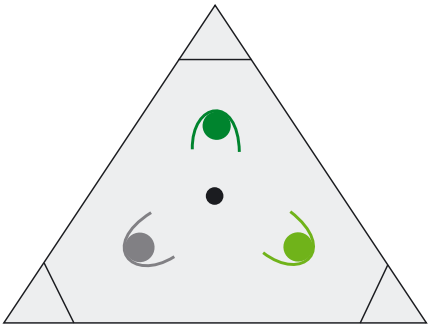
Gendarmes et voleurs

Quoi? Deux équipes de 6 à 10 joueurs. Délimiter un terrain de 10 m × 10 m à 15 m × 15 m et former des duos à l'intérieur de chaque équipe. Au signal, les duos de défenseurs tentent de récupérer la balle conservée par les attaquants. Interdiction de faire tomber l'adversaire. Jouer au temps ou changer les rôles dès qu'un duo a perdu la balle. Comptabiliser les points pour l'équipe.

Lancer le jeu – un pas vers le succès

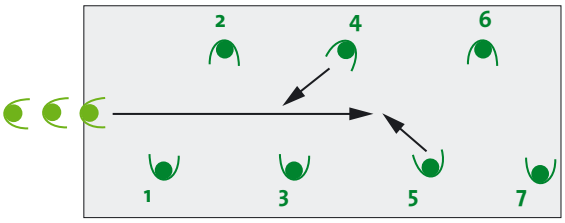
▶ L'hétérogénéité différencie le groupe de classe d'une équipe de club. Elle peut poser problème lorsqu'il s'agit de gérer les émotions. Former des groupes de niveau (béret collectif et individuel) est la première mesure à mettre en place. Le lancement du jeu (ou la distribution du ballon) peut aussi atténuer les différences et placer certains joueurs dans une situation favorable.

- Pour réduire les contacts, l'enseignant garde le ballon dans les mains et les joueurs viennent se l'approprier.
- Pour placer un attaquant dans des conditions optimales, l'enseignant lui donne le ballon à une certaine distance de son adversaire. Il peut le lancer mais aussi le rouler (cela oblige le joueur à se baisser puis à se relever pour percuter).
- Pour placer un défenseur dans des conditions optimales, l'enseignant passe le ballon en l'air (plus ou moins haut), permettant ainsi au joueur d'avancer sur son adversaire avant le contact.



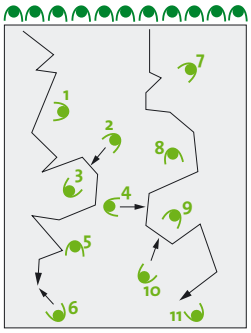
Le triangle

Quoi? Délimiter des triangles de jeu (6 à 10 m de côté), avec une ligne de but dans chaque angle. Trois joueurs s'affrontent. Le ballon est lancé en l'air (par l'enseignant ou un des trois joueurs). Le joueur en possession de la balle essaie d'aller marquer son essai dans un des deux buts adverses, les deux autres protègent leur angle et tentent de récupérer le ballon. Premier joueur à trois points.



Le TGV

Quoi? Deux équipes, les TGV et les dérailleurs. Les dérailleurs, numérotés, sont alignés le long d'un couloir (2 m de largeur). Au signal, un TGV muni d'un ballon s'engage pour traverser le couloir et marquer un essai. A l'appel de leur numéro, les dérailleurs essaient de le stopper.
Remarques: appeler les défenseur d'abord l'un après l'autre, puis plusieurs ensemble. Appeler les joueurs proches d'abord, puis de plus en plus éloignés (vitesse).
Variantes: au signal, plusieurs TGV s'engagent en même temps. Varier les distances entre les défenseurs et la largeur du terrain.

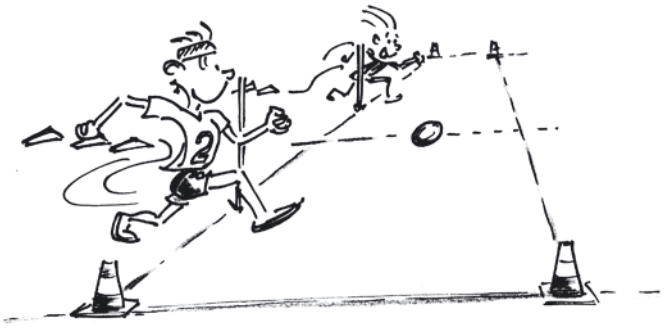


La grande traversée

Quoi? L'équipe A se répartit librement dans le terrain. L'équipe B tente de traverser sans être mise à terre par les défenseurs. Le joueur qui réussit la traversée sans tomber marque un point. S'il est mis à terre, il est éliminé et sort du terrain. Départ seul ou à plusieurs.
Variantes: se déplacer à genoux, à quatre pattes, etc.). Les défenseurs sont numérotés. Seuls ceux qui sont appelés peuvent stopper l'adversaire.
Remarque: jouer la partie plusieurs fois en conservant les mêmes rôles avant de changer.

Béret individuel

Quoi? Délimiter des couloirs de 2 m × 10 m. Former deux groupes et numéroter les joueurs. Au signal, les deux joueurs ayant le même numéro contournent un piquet et essaient d'attraper le ballon. Celui qui y parvient l'emmène dans l'en-but adverse pour l'aplatir (règle de la marque). S'il est mis à terre par son défenseur, il doit s'en défaire et le jeu part de l'autre côté.
Remarques: plusieurs élèves peuvent être appelés simultanément. Seules les passes arrières sont autorisées.



Le plaquage – Petite méthodologie

▶ Pour des raisons pratiques, les exercices ont été faits en salle, mais il est préférable d'entraîner le plaquage sur un terrain herbeux pour éviter tout risque de blessure!

Principe: le plaqueur ne doit pas projeter au sol le porteur du ballon mais le ceinturer pour l'amener au sol avec lui. Cela signifie qu'ils chutent ensemble!

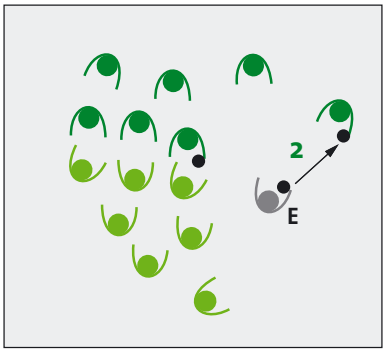
Départ à genoux
- Genoux au sol
- Dos à plat
- Contact permanent épaule-cuisses
- Serrage des bras autour des cuisses

Départ accroupi
- Dos plat
- Recherche prioritaire du contact épaule-cuisses
- Serrage des bras autour des cuisses

La chute
- Faire tomber l'adversaire du côté de l'épaule qui plaque
- Dans la chute, le plaqueur doit garder sa tête au-dessus du joueur, et non pas entre le joueur et le terrain.
- Le plaqueur reste lié avec son adversaire jusqu'au sol

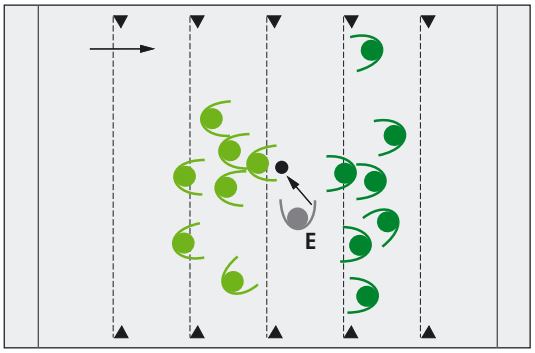
Unir les forces

▶ Sport collectif de combat, le rugby soumet les joueurs à une obligation constante: rassembler les forces de chacun pour repousser l'adversaire. Plusieurs possibilités permettent d'aborder cet objectif clé qu'est la collaboration.



Passe-muraille

Quoi? Former des équipes de 6 à 8 joueurs. Un attaquant reçoit le ballon de l'enseignant. Il avance ou passe à un partenaire démarqué. S'il est bloqué plus de deux secondes, l'enseignant donne un second ballon (2) à un autre attaquant libre. Le joueur bloqué ramène le ballon à l'enseignant avant de revenir en jeu. Le but: marquer l'essai avec le moins de ballons possibles. Chaque essai vaut 5 points, chaque ballon bloqué ramène un point aux défenseurs. Changer les rôles après deux minutes.



Batailles de zones

Quoi? Deux équipes de 6 à 8 joueurs. Diviser le terrain en zones de 5 mètres de largeur. Jeu normal avec, en plus, un point par zone franchie vers l'avant pour les attaquants, et un point pour les défenseurs si le porteur de la balle recule d'une zone. L'essai compte toujours 5 points.
La mise en jeu se fait au milieu, les opposants se tiennent à 5 mètres.
Remarque: jouer éventuellement avec un ballon lesté pour ralentir le jeu et favoriser les contacts.

Surnombre

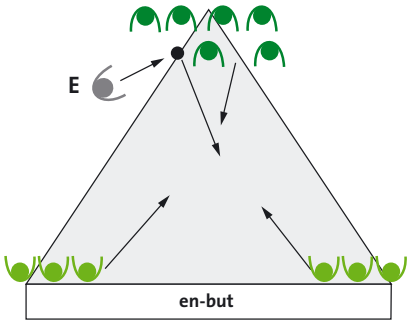
Quoi? Délimiter différentes zones de 10 mètres de large. Sur les zones 2 et 4 se trouvent les défenseurs. Les attaquants (nombre égal aux défenseurs) essaient de traverser pour aller marquer l'essai en face. Les défenseurs ne peuvent sortir de leur zone. S'ils récupèrent la balle, ils deviennent attaquants, sinon on change les rôles après trois minutes.
Variantes: modifier les dimensions des zones et le nombre de joueurs.

L'homme du terrain

▶ L'auteur de ce cahier, Philippe Lüthi, est maître d'éducation physique et chef de branche J+S Rugby.
Contact: **phluthi@bluewin.ch**
Site de la Fédération suisse de rugby: www.rugby.ch

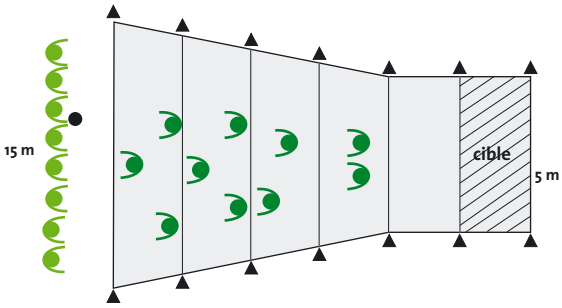
Grand large

Quoi? Deux équipes de 6 joueurs s'opposent sur un terrain triangulaire. Les défenseurs sont placés sur la ligne d'en-but, aux deux angles. Les attaquants attendent sur la pointe du triangle en face. Dès que l'enseignant lance le ballon à un joueur, le jeu démarre. Les attaquants remontent le plus vite possible le terrain, de même que les défenseurs qui essaient de bloquer leurs adversaires dans la partie la plus étroite possible.



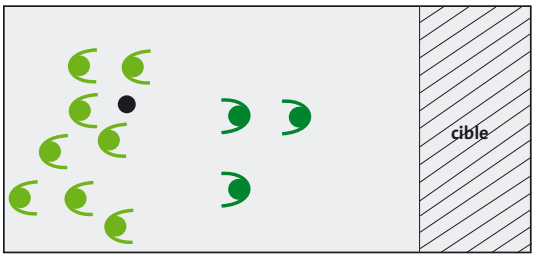
L'entonnoir

Quoi? Délimiter des zones de plus en plus étroites (entonnoir). Des défenseurs y prennent place (3-3-2-2 par exemple). Les attaquants tentent de traverser les différents rideaux défensifs pour marquer l'essai en face. Si c'est trop facile, augmenter le nombre de défenseurs par zone ou inverser l'entonnoir. Quelle équipe marque le plus grand nombre d'essais en trois minutes?



Pas touche!

Quoi? Jeu en surnombre. Les attaquants (8 par ex.) doivent marquer l'essai dans la cible sans que les défenseurs (3) ne touchent la balle. Remplacement des défenseurs après deux minutes. Quels défenseurs parviennent à bloquer toutes les attaques?
Variantes: modifier la largeur du terrain et le nombre de défenseurs. Au lieu de toucher le ballon, les opposants essaient le récupérer.



Rabais spécial pour «mobile»

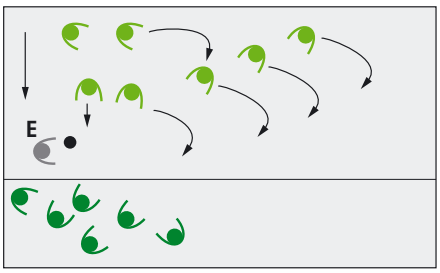
Ensemble, c'est moins cher!
Tarifs spéciaux pour écoles et clubs:
- Dès cinq abonnements: Fr. 37.–/abonnement
  → pour une livraison à une seule et même adresse
- Dès cinq abonnements: Fr. 38.50/abonnement:
  → pour une livraison à plusieurs adresses

Prix normal = Fr. 42.–
→ une bonne affaire!

Informations et commandes sous:
www.mobile-sport.ch

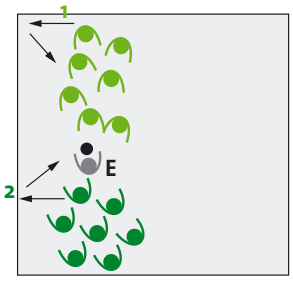
Percevoir et agir

▶ L'affrontement n'est pas le seul choix qui s'offre au joueur. La logique du jeu donne aussi l'occasion d'éviter le combat en exploitant les espaces libres laissés par la défense. Ces choix demandent une bonne perception du jeu. Les repères qui conduisent à ces décisions sont nombreux.



Paquet-ligne

Quoi? Avancer en équipe pour franchir la ligne d'avantage et marquer l'essai. Au départ, l'enseignant pose la balle au sol pour les attaquants. A ce moment, les défenseurs reculent à 5 mètres (groupés). Les attaquants se dispersent et exploitent les espaces libres pour franchir la ligne d'avantage (3 points), puis pour marquer (5 points). Les défenseurs s'organisent pour bloquer le porteur de la balle le plus vite possible et pour empêcher les relais (passes arrières). Changement de rôle après 3 minutes.



En avance

Quoi? Marquer avec le moins de blocages possibles. Les attaquants essaient d'évoluer à travers le rideau défensif et d'aller marquer l'essai. Les défenseurs s'organisent pour bloquer le porteur du ballon (plaquage) et pour rendre la passe difficile (marquage des adversaires).
Mise en jeu: l'enseignant donne deux signaux. Au premier, les attaquants touchent la ligne latérale et partent en attaque. Au second, les défenseurs font de même avant de se placer. Les attaquants ont donc un léger avantage. A l'enseignant de moduler les signaux pour accentuer le déséquilibre ou le réduire.

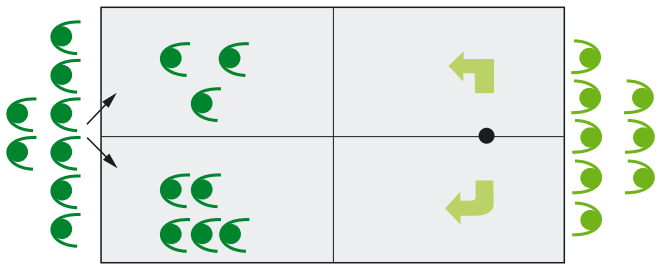
Du général au particulier

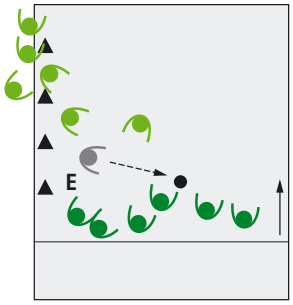
▶ La démarche d'apprentissage (enchaînement des situations) proposée ici s'inscrit dans un développement de l'intelligence tactique: il s'agit de rendre les joueurs conscients de leurs actes et de leurs conséquences!

- En début de séance, le travail en collectif total éveille l'attention des joueurs, pose le problème et commence à le résoudre (Paquet-ligne/En avance).
- Le travail en collectif réduit permet de mieux coordonner les actions de chacun des joueurs engagés dans l'action (Côté faible/Défense à étage).
- Le travail en un contre un permet d'affiner les réponses (Avantage attaque/Duel rapproché).
- Le retour au collectif total est nécessaire pour «ancrer» les bonnes réponses. Cette dernière situation sera utile à l'enseignant qui pourra ainsi mesurer les réelles acquisitions des joueurs.

Côté faible

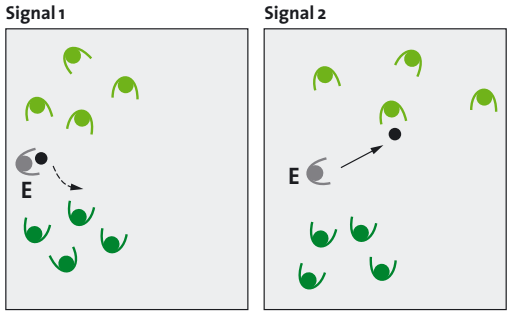
Quoi? Marquer en situation de surnombre. Le terrain est divisé en deux dans le sens longitudinal (10 m de large pour chaque demi-terrain). D'un côté les défenseurs, de l'autre les attaquants (8 joueurs par équipe par ex.). Au signal, les défenseurs se séparent en deux groupes inégaux, un à droite, l'autre à gauche. En même temps, les attaquants, divisés en deux groupes de 4, saisissent le ballon placé sur la ligne médiane et choisissent rapidement le côté «faible» pour bénéficier du surnombre. Après 4 attaques par équipe, qui a marqué le plus d'essais?





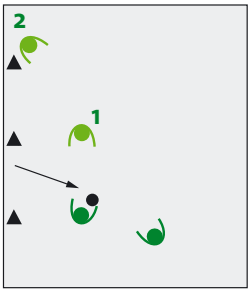
Défense à étage

Quoi? Six joueurs par équipe répartis sur un terrain de 25 m × 20 env. Au signal de l'enseignant, les joueurs entrent en jeu par leurs portes respectives: les attaquants (en vert foncé) tous par la même, les défenseurs par groupes de deux, dans trois portes différentes. Les attaquants essaient de traverser les trois rideaux défensifs successifs ainsi formés pour aller marquer l'essai.
L'objectif est de marquer plus que l'adversaire en 5 tentatives. L'action se termine lorsqu'il y a essai ou lorsqu'un attaquant est bloqué plus de 5 secondes. A ce moment, l'enseignant fait une nouvelle mise en jeu. 5 points pour l'essai marqué, 1 point par rideau défensif passé.
Variante: modifier le nombre de joueurs par étage.



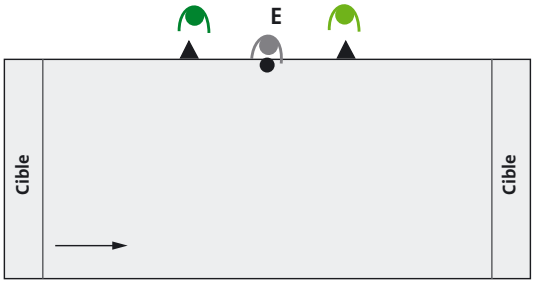
Circulez!

Quoi? Deux équipes de 4 s'affrontent sur un terrain assez large pour permettre le démarquage des attaquants. L'enseignant lance le jeu. Au premier signal, les attaquants se déploient en formant un losange, tandis que les défenseurs attendent près de la ligne latérale. Dès que la balle est mise en jeu par l'enseignant (signal 2), le jeu commence. Le but pour les défenseurs: s'organiser au plus vite pour freiner la progression de la balle. Pour les attaquants, profiter de leur avantage au départ pour avancer et aller marquer. 5 points pour l'essai marqué. On peut jouer au temps ou au nombre de ballons distribués (4 ballons par équipe).



Avantage attaque

Quoi? Jeu à deux attaquants contre un défenseur (1) + un défenseur en retard (2). Les joueurs attendent sur la ligne latérale. Lorsque l'enseignant lance la balle en l'air, les joueurs entrent sur le terrain, en passant derrière leur cône respectif. Ils récupèrent la balle sur passe de l'enseignant et partent en attaque. Les défenseurs tentent alors de bloquer le porteur de la balle et/ou empêcher la passe. L'essai marqué rapporte 5 points, tandis que le blocage retranche 2 points aux attaquants. Cinq mises en jeu par équipe. Qui marque le plus de points?



Duel rapproché

Quoi? Jeu à un contre un. L'enseignant, placé entre l'attaquant et le défenseur, lance le ballon en l'air à l'attaquant. Dès que celui-ci l'a attrapé, le défenseur entre en jeu et s'oppose à son adversaire.
Le but: stopper et plaquer le porteur de la balle, selon les règles.
Si l'essai est marqué, l'attaquant récolte 5 points, si le défenseur stoppe la course du porteur et le plaque, il reçoit 3 points. Après 5 mises en jeu chacun, qui a le plus de points?
Remarque: l'enseignant peut équilibrer le duel en donnant le ballon plus ou moins près de l'attaquant.

Joueurs en mouvement

▶ Seul le porteur du ballon peut modifier l'emplacement de la ligne de front (règle du hors-jeu). Que font ses partenaires? En fonction de leur position «en avance ou en retard», les joueurs orienteront leur courses en prenant des informations sur l'adversaire et le partenaire.

Les joueurs en avance doivent «jouer avec l'adversaire» en s'écartant du ballon pour occuper les espaces libres ou étirer la défense.

Les joueurs en retard soutiennent leur partenaire afin d'assurer la conservation du ballon en cas de blocage.

Coup d'envoi

▶ Les conditions réelles de jeu révèlent les compétences du joueur. Le rugby devrait être le début de tout apprentissage, à l'exception des premières séances. Le jeu lui-même témoigne des manques à combler.

Jeu des petits (niveau primaire)

On joue à 8 contre 8 sur un terrain de 30 m × 22 m, les en-buts en plus.

Objectif prioritaire: résoudre les problèmes affectifs liés aux contacts avec l'adversaire, puis progressivement prendre en compte les adversaires et ses partenaires afin d'utiliser les espaces libres.

Coup d'envoi (début et après un essai): au centre du terrain, par un coup de pied tombé (ou drop, demi-volée en football)

Remises en jeu: chez les petits, c'est l'enseignant qui pose le ballon au sol à l'endroit correct et qui éloigne la défense à trois mètres. Le jeu démarre à la prise de balle d'un attaquant. Pour maintenir un rythme de jeu soutenu, il relance le jeu rapidement, spécialement après une faute mineure. Il permet ainsi aux joueurs attentifs d'exploiter les déséquilibres provoqués lors d'actions précédentes.

Exemple d'évaluation
Les élèves en pause reçoivent une feuille et notent le comportement de leurs camarades.

Rôles	Comportement observable	Niveau de réussite		
		1	2	3
Porteur du ballon	Fait le bon choix: passe, conserve, libère Protège sa balle pour la conserver Se libère pour passer			
Attaquant sans balle	Vient en soutien rapproché (pour pousser ou arracher) Vient en soutien en se démarquant Joue en soutien à distance (en attirant l'adversaire ou en recevant la passe)			
Défenseur	Bloque ou plaque le porteur Permet l'arrachage (oriente le porteur vers les autres défenseurs) Est en soutien rapproché pour arracher ou pousser			

Jeu des grands (secondaires 1 et 2)

Le passage au jeu des grands nécessite une formation technique qui assurera la sécurité des joueurs, en particulier des avants lors des mêlées et des touches.
On peut jouer à 12 contre 12 sur un grand terrain (56 m × 50 m), les en-buts en plus.

Objectifs prioritaires: amener les joueurs à organiser leur jeu en fonction du dispositif adverse (éléments tactiques). Amener de nouveaux éléments techniques dans le jeu (mêlée, touche).

Coup d'envoi (début et après un essai): au centre du terrain, par un coup de pied tombé (ou drop, demi-volée en football).

Remises en jeu:
■ Si le ballon sort derrière l'en-but (ballon mort): à 5m de la ligne de but.
■ En cas d'en-avant: à l'endroit de la faute (mais au moins à 5m de toute ligne).
■ En cas de pénalité (non respect des droits du joueur, tenu, hors-jeu): à l'endroit de la faute (mais au moins à 5m de toute ligne).
■ Sortie en touche: à l'endroit de la sortie (mais à 5 m de toute ligne).

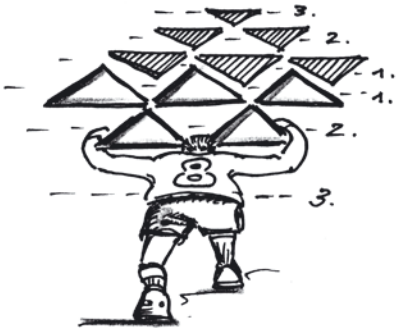
La mêlée (à 6)

C'est une forme de lancement de jeu effectuée suite à une faute mineure (sortie derrière l'en-but, faute dans l'en-but, en-avant). Six joueurs de chaque équipe sont liés entre eux sur trois lignes. Les têtes des premières lignes sont imbriquées. Cela crée un tunnel dans lequel un demi de mêlée introduit le ballon afin que les joueurs de première ligne (talonneurs) puissent le talonner avec un de leurs pieds. Les joueurs qui ne participent pas à la mêlée (sauf le demi de mêlée) doivent se placer au moins derrière les pieds du 3e ligne centre.

■ Talonneurs
Liaisons: par dessus les épaules des piliers, les mains sous leurs aisselles.
Appuis supérieurs: engager la tête assez loin sous la poitrine adverse et toujours en contact avec elle (tête à gauche de celle de son adversaire direct). Placer le dos bien à plat, tête relevée.

■ Piliers
Liaisons dans leur ligne: les piliers ceinturent le talonneur avec les bras intérieurs.
Appuis supérieurs: engager la tête assez loin sous la poitrine adverse et toujours en contact avec elle (tête à gauche de celle de son adversaire direct). Placer le dos bien à plat, tête relevée.

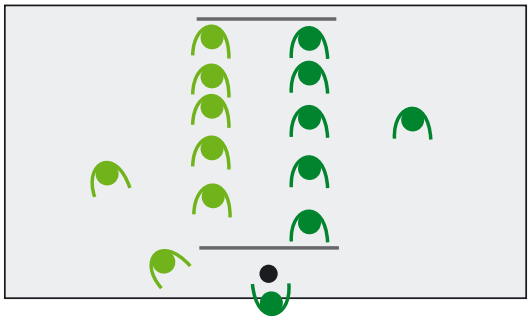
■ 2es lignes
Liaisons entre eux: sous l'aisselle.
Appuis supérieurs: placement de l'épaule au-dessous du pli fessier du pilier.
Liaison avec les piliers: la main libre se lie au pilier en tenant son maillot entre ses jambes et à hauteur de la ceinture.



■ 3e ligne centre
Appuis supérieurs: sous le pli fessier des joueurs de 2e ligne.
Liaisons avec 2e ligne: bras à l'extérieur. Resserre les bassins des joueurs de 2e ligne.

La touche (à 6)

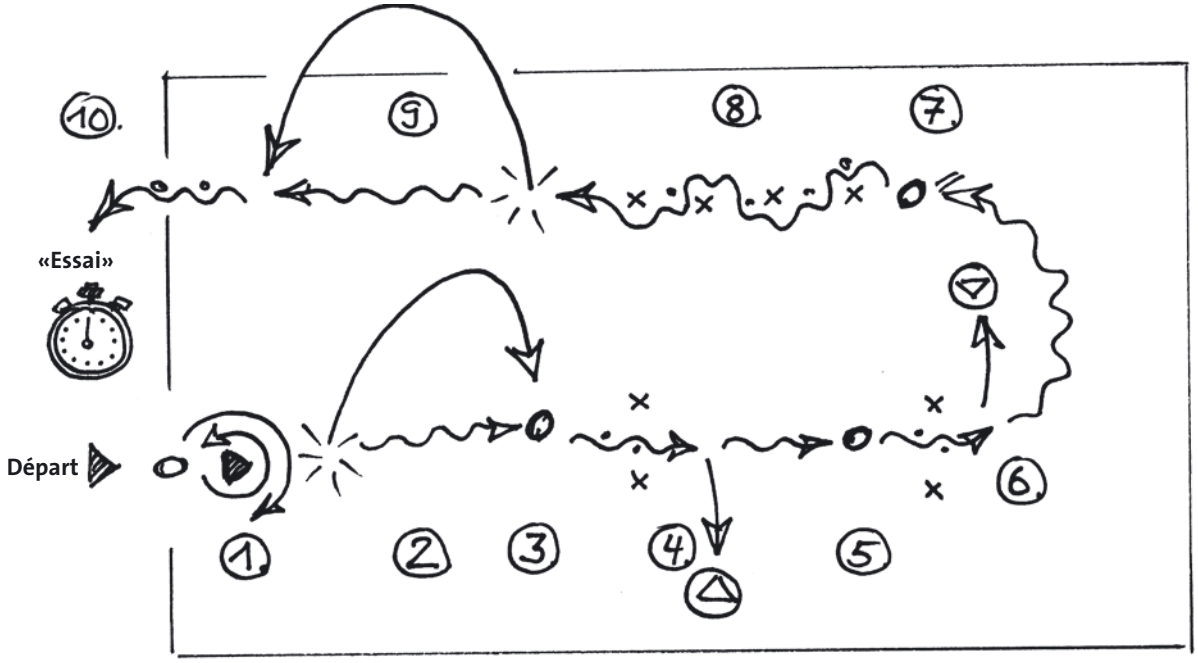
Elle s'effectue suite à une sortie de balle. Les joueurs forment deux rangées parallèles perpendiculaires à la ligne de touche. Les joueurs participant à l'alignement sont le lanceur du ballon et son adversaire direct, les deux réceptionneurs et les joueurs qui se trouvent dans l'alignement (minimum 2, maximum 5). Les joueurs qui ne participent pas à l'alignement doivent se placer au moins à 10 mètres en arrière de la ligne de remise en jeu. Le ballon doit être lancé droit et parcourir au moins 5 mètres le long de la ligne de remise en jeu avant de toucher le sol ou d'être touché par un joueur.



Vers l'avant

▶ Différents circuits permettent d'évaluer les compétences motrices sous forme ludique. Ils sont modulables à volonté faciles à organiser. En voici un exemple.

Parcours d'évaluation



1 Départ ballon au sol: ramasser la balle (départ chrono) et maniement: tourner le ballon autour de la taille (1 × à droite, 1 × à gauche), puis autour des cuisses (gauche et droite).
2 Propulser le ballon avec le pied (drop) et le rattraper avant qu'il touche le sol.
3 Courir en tenant le ballon à deux mains.
4 Passer à droite après la porte (2 cônes) au joueur dans le cerceau.
5 Ramasser un ballon en pleine course.
6 Passer à gauche après la porte au joueur dans le cerceau.
7 Courir et ramasser le ballon au sol par glissade.
8 Slalomer entre les piquets, ballon tenu à deux mains.
9 Propulser le ballon par un coup de pied à suivre (le ballon doit arriver dans l'espace de la marque en une fois).
10 Marquer l'essai (aplatir le ballon): chrono arrêté.

Estafettes

Les courses de relais peuvent prendre place en fin d'échauffement avec des accents spécifiques: course en ligne droite, ramassage du ballon, esquives, passes, etc.

1 Accent: ramassage du ballon et démarrage.
Les premiers joueurs (A) courent, ramassent le ballon dans le cerceau 1, le portent et le déposent sur la ligne. Ils continuent et ramassent le second ballon dans le deuxième cerceau. Ils le déposent sur la ligne près de leur coéquipier et vont lui taper dans la main. A ce moment, B part à son tour et fait le chemin inverse.

2 Accent: passes
Chaque équipe est disposée en ligne. Dès que le joueur A a passé le ballon, il court se placer en sommet de colonne (A'). Là il reçoit le ballon du dernier joueur (E) et le lui redonne. Ainsi le ballon revient en arrière à B par passes successives. B passe alors à C et va se placer en B', etc. La première équipe qui a retrouvé son placement initial a gagné.

Repères d'arbitrage

L'arbitre est un animateur de jeu. Il en favorise le déroulement en veillant au respect des règles, et surtout des règles fondamentales, qui sont en étroite relation avec les principes fondamentaux du jeu.

Principes	Règles fondamentales	Repères pour l'arbitre
Rugby = sport de combat collectif: Le joueur est responsable de la sécurité de son adversaire	Droits et devoirs du joueur	Tout geste considéré comme dangereux est sanctionné.
Avancer en continuité pour aller marquer	La marque Le tenu	■ Poser ou aplatir la balle derrière la ligne d'en-but adverse. ■ Le plaqueur doit saisir le porteur du ballon à bras le corps. Les plaquages hauts et dangereux doivent être sanctionnés. Plaqueur et plaqué doivent se relever s'ils veulent jouer le ballon et personne n'a le droit de les en empêcher.
Maintenir la notion d'affrontement. On ne joue pas en avant du partenaire porteur du ballon	Le hors-jeu et le geste qui en découle, l'en-avant	Tant que le ballon est porté, la position de hors-jeu n'est pas sanctionnable, à condition que le joueur n'intervienne pas sur la défense. ■ Au coup de pied, les joueurs placés en avant du botteur sont pénalisables s'ils avancent ou s'ils sont à moins de 10 mètres du premier point de chute du ballon. ■ Toute passe à un joueur en avant est sanctionnable. ■ On peut, dans un premier temps, tolérer les maladresses (ballon lâché).

Bibliographie

Beltramo, J.: Du rugby à l'école vers l'école de rugby. Ed. L'Est Républicain
Billi, E.: 1000 exercices et jeux de Rugby. Paris, Vigot.
Collinet, S.: (2006). Rugby. Manuel pour l'éducateur, l'entraîneur et l'enseignant. Paris, Amphora.
Mioche P.: Et si on jouait au rugby à l'école? Comité Départemental FFR de l'Isère.
Touraine, S.: Le rugby à l'école. CDDP Haute Garonne/CRDP Midi-Pyrénées

Rugby. Dossier technique et pédagogique. Paris, Revue EPS.
Site www.ctefsr.ch de la commission technique des écoles, fédération suisse de rugby

Au secours!

mobile

La revue d'éducation physique et de sport

Commandes de revues, *cahiers pratiques* et mobile*plus* inclus à Fr. 10.–/ € 7.50 (+ port):

Numéro: Thème: Nombre:

Numéro: Thème: Nombre:

Numéro: Thème: Nombre:

Numéro: Thème: Nombre:

Commandes de *cahiers pratiques* et/ou mobile*plus* à Fr. 5.–/€ 3.50 (+port). Minimum deux cahiers. Pour un seul cahier, commande du numéro complet (voir plus haut):

Numéro: Thème: Nombre:

Numéro: Thème: Nombre:

Numéro: Thème: Nombre

Numéro: Thème: Nombre:

❒ Je m'abonne à «mobile» pour une année et désire devenir membre du mobile*club* (Suisse: Fr. 57.– / Etranger: € 46.–)

❒ Je m'abonne à «mobile» pour une année (Suisse: Fr. 42.– / Etranger: € 36.–)

❒ Je désire un abonnement à l'essai (3 numéros pour Fr. 15.–/€ 14.–)

❒ **français** ❒ **deutsch** ❒ **italiano**

Prénom / nom:

Adresse:

NP / lieu:

Téléphone:

E-mail:

Date, signature:

Envoyer ou faxer à: Rédaction «mobile», OFSPO, CH-2532 Macolin, fax +41 (0) 32 327 64 78, www.mobile-sport.ch