

Présentation de l'activité Rugby

Devant un match de rugby, le spectateur novice peut se trouver dans un premier temps désorienter devant les nombreuses actions qu'il y découvre. Avec un peu de réflexion, il s'aperçoit rapidement que ce jeu se divise en plusieurs grandes **phases**.

À certain moment l'arbitre intervient pour arrêter le jeu afin de sanctionner une faute et remettre le ballon en jeu. On trouve au sein de ce groupe d'actions : les mêlées consécutives à un en-avant, les touches à la suite d'une sortie du ballon de l'aire de jeu ou encore les coups de pieds de pénalité qui permettent à l'équipe non fautive de tenter un but. Ces actions se caractérisent par un arrêt à la fois du ballon et des joueurs. Le ballon y est remis en jeu d'une manière organisée et codifiée. Ces phases sont qualifiées de **statiques**¹.

À l'opposé, dans un second groupe, il rassemblera toutes les actions où les joueurs et les ballons circulent librement. Lors de ces mouvements, le ballon est porté ou botté par les attaquants et les défenseurs tentent de s'opposer généralement en amenant le porteur du ballon au sol. Ces phases sont donc logiquement nommée : **phases de mouvement général du jeu**².

Mais à bien y regarder, notre spectateur novice se rendra compte qu'il lui est nécessaire de définir une troisième catégorie. En effet, il existe dans le jeu de rugby des actions où le ballon ne circule plus vraiment. Son porteur a été bloqué et d'autres joueurs se réunissent autour de lui. Ce regroupement peut ou non se déplacer. Le ballon s'en extrait plus ou moins rapidement. Ce troisième groupe d'actions de jeu porte le nom de **phases de fixation**. Il est caractérisé par un arrêt du ballon mais la circulation des joueurs est toujours possible.

En résumé, le jeu de rugby se décompose donc de 3 grandes phases :

1. Les phases statiques
2. Les phases de fixation
3. Les phases de mouvement général du jeu

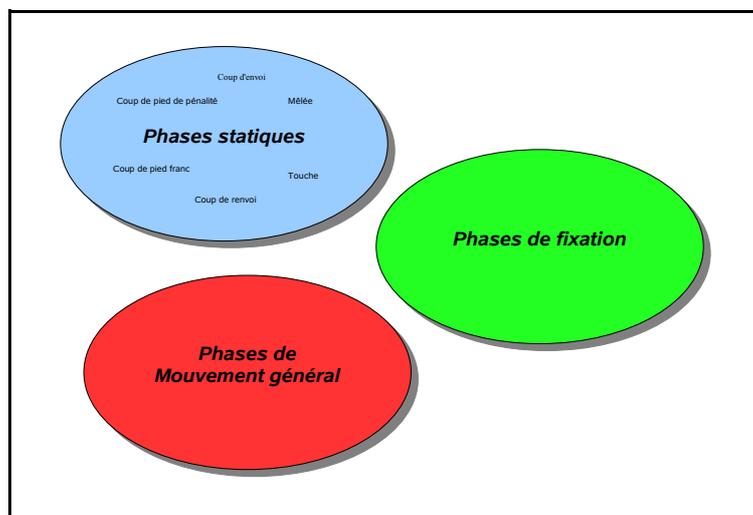


Illustration 1: Les phases du jeu.

1 Statique puisque le ballon et les joueurs sont arrêtés.
2 Puisque le ballon et les joueurs sont en mouvement.

Au cours des phases de mouvement général du jeu, la circulation du ballon peut s'effectuer en utilisant essentiellement l'un des trois axes. Les joueurs cherchent à atteindre l'en-but par le plus court chemin c'est-à-dire la ligne droite. Le ballon progresse directement vers la ligne de but. Il circule dans une bande peu large. Les joueurs utilisent prioritairement l'**axe profond**.

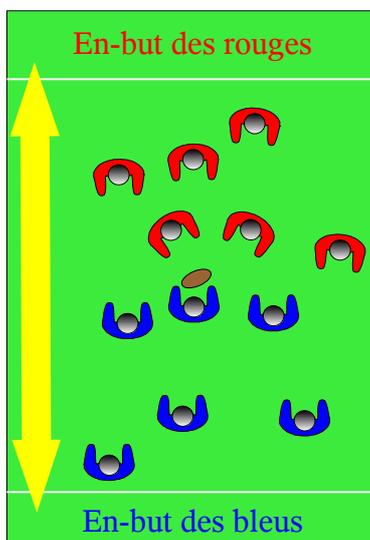


Illustration 2: L'Axe Profond.

Si les joueurs adverses se regroupent pour essayer d'entraver leur progression, des espaces se libèrent sur la largeur. Les utilisateurs seront donc très certainement amenés à utiliser ces espaces en y envoyant le ballon³. Celui-ci circule alors essentiellement vers l'une des lignes de touche pour essayer de déborder les défenseurs. Il se déplace sur l'**axe latéral**.

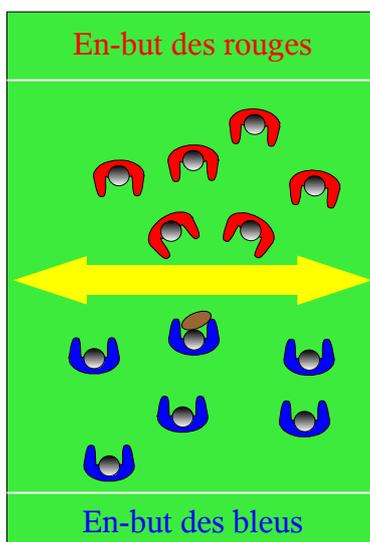


Illustration 3: L'Axe latéral.

Enfin les utilisateurs peuvent parfois être dans l'impossibilité de faire progresser le ballon dans les deux axes énoncés précédemment. Ils utiliseront alors le pied pour le faire avancer. Ils utilisent l'**axe vertical**.

³ Par des passes ou par des courses.

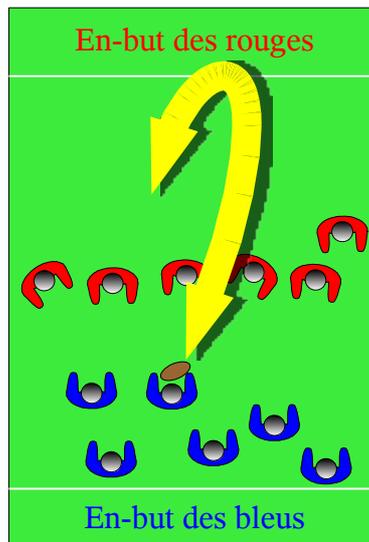


Illustration 4: L'Axe vertical.

Suivant l'axe de progression choisi, le jeu peut donc prendre trois **formes** :

- Le **jeu groupé** utilise l'axe profond.
- Le **jeu déployé** utilise l'axe latéral.
- Le **jeu au pied** utilise l'axe vertical.

L'objectif des attaquants est donc de choisir la bonne forme suivant le placement de la défense.

On peut ainsi imaginer que si les utilisateurs effectuent des choix adaptés et s'ils ne font pas de fautes techniques⁴, le jeu ne réduirait qu'à des phases de mouvement général. Les phases statiques ne seraient nécessaires que pour engager le ballon au début de chaque mi-temps ou quand une équipe aurait marqué des points. Il n'y aurait plus aucune phase de fixation⁵. On s'aperçoit à partir de cette idée que les phases de mouvement général sont fondamentales. Un cycle de rugby dans le scolaire s'attachera donc à utiliser prioritairement cette phase de jeu. On utilisera ainsi une forme simple pour remettre le ballon en jeu après une faute. L'objectif est de favoriser le mouvement et d'éviter les arrêts. Ce type de démarche favorise plutôt l'attaque en évitant à la défense de se réorganiser facilement lors de ces interruptions.

De surcroît, le règlement s'appliquant lors de cette phase se réduit simplement à 4 grandes règles⁶ :

1. La **marque**
2. Les **droits des joueurs**
3. Le **tenu**
4. Le **hors-jeu**

La première règle répond à la question : Comment marque-t-on des points au rugby ?

Le jeu de rugby utilise 2 cibles. L'une verticale, les poteaux de but se situe à 3 mètres de haut. Pour que du point soient accordés, il faut que le ballon parte du sol avant d'être botté. Il y a généralement 2

4 Pas d'en-avant, pas de ballons sortis du terrain et pas de ballons bloqués...

5 D'ailleurs Pierre VILLEPREUX, un grand joueur et entraîneur du rugby considère les regroupements comme des accidents du jeu.

6 C'est-à-dire que cela représente environ 5% des règles, 15% des règles concernent les phases de fixation et le reste pour les phases statiques.

manières de le faire. Soit on pose le ballon au sol et en le botte. C'est un **coup de pied placé**. Soit on fait rebondir le ballon avant de le botter. C'est un **drop**.

Ce type de mouvement se voit attribuer 3 points.

L'autre cible est horizontale. L'en-but s'étale sur toute la largeur du terrain. Le fait de poser⁷ le ballon dans la zone derrière la ligne de but donne 5 points et le droit d'essayer⁸ de tenter un but. Le premier geste se nomme un **essai** et la tentative du but permise, une **transformation**.

La seconde règle répond à la question : Qu'est ce qu'on a le droit de faire avec ou sans le ballon ?

Le rugby permet une très grande liberté aux joueurs. Ainsi un joueur peut botter le ballon, le passer ou encore s'en emparer et courir avec en le portant. Dans les autres sports collectifs, le porteur du ballon est généralement entravé dans sa progression⁹. Pour garantir l'égalité des chances, les opposants doivent donc être autorisés à stopper le porteur du ballon. Ils peuvent : Soit se saisir du ballon dans les mains du porteur du ballon. C'est ce qu'on nomme **arracher** le ballon. Soit l'amener¹⁰ le porteur au sol. C'est le **placage**. La règle suivante est directement liée à ce geste.

La troisième règle cherche à assurer la sécurité des joueurs et la disponibilité du ballon.

Un joueur **au sol** est en danger puisqu'il se trouve à hauteur des pieds et des genoux des autres joueurs. Un joueur est donc considéré au sol à partir du moment où il n'est plus sur ces 2 appuis. Par exemple, dès que le joueur a un genou au sol il est considéré au sol. Quand il a une main au sol, il a 3 appuis et est également au sol. Enfin le fait d'être au sol se transmet, ainsi un joueur en contact avec un joueur au sol est lui-même au sol. Un joueur au sol ne doit pas jouer¹¹. Il lui faut impérativement :

1. Lâcher le ballon s'il est en sa possession.
2. S'en écarter¹².
3. Se remettre debout sur ses appuis pour rejouer.

Les joueurs au sol ont donc pour obligation de **libérer** le ballon et le rendre disponible aux autres joueurs¹³. Ils ne doivent absolument pas le bloquer et empêcher des joueurs debout de s'en saisir pour le jouer.

Enfin la quatrième règle lie toute progression du ballon vers l'avant à un effort athlétique. C'est pourquoi toute progression du ballon vers la ligne de but adverse doit amener un effort physique de la part des utilisateurs. Il est en fait simplement interdit de lancer à un joueur placé à l'avant. Le porteur du ballon ne peut donc le passer que sur le côté ou vers son camp. En rugby, l'**avant** et l'**arrière** sont donc définis par l'orientation du terrain sur l'axe profond. Le sens dirigé vers la ligne adverse est l'avant tandis que celui de sa propre ligne est l'arrière. En clair, un joueur ne peut pas lancer avec les bras le ballon vers la ligne ad-

7 Mouvement du haut vers le bas pour appliquer le ballon sur le sol.

8 D'où le mot essai. Historiquement ce geste n'attribuait pas de points à l'équipe qui l'effectuait mais uniquement le droit de tenter le but.

9 En basket-ball ou en handball, le joueur en possession du ballon doit dribbler en progressant. En football, il ne faut utiliser le pied.

10 Il est interdit de projeter le porteur du ballon au sol. Il faut aller avec lui au sol.

11 Il lui est interdit de toucher le ballon, de plaquer...

12 Les autres joueurs convergeant sur le ballon pour s'en saisir, cette zone est dangereuse.

13 D'où l'intérêt du placage pour faire lâcher le ballon à l'adversaire.

verse¹⁴. C'est un **en-avant**¹⁵. Mais s'il le fait avec une autre partie du corps tous les joueurs placés derrière lui ne peuvent s'en saisir et jouer. Ils sont **hors-jeu**. Le porteur et ses partenaires placés à sa hauteur ou derrière lui sont les seuls à pouvoir faire action de jeu. Les joueurs hors-jeu doivent se replier derrière les joueurs **en-jeu**¹⁶. Ils sont remis en jeu dès qu'ils ont été dépassés par un joueur en-jeu¹⁷.

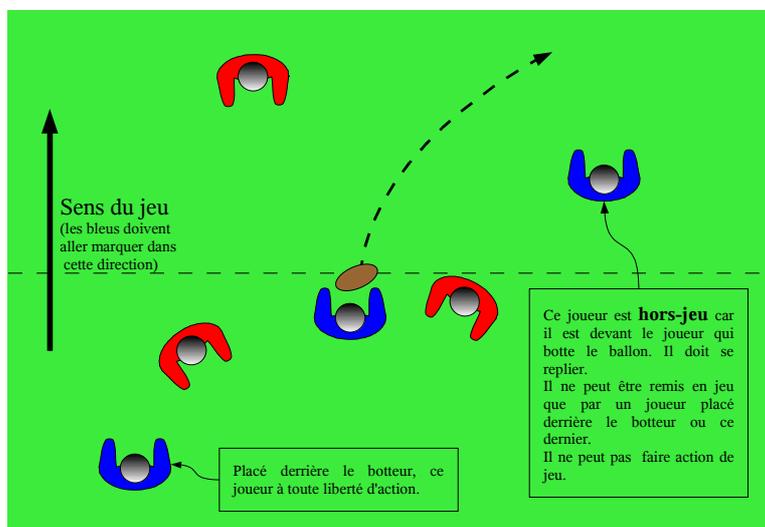


Illustration 5: La règle du hors-jeu (cas d'un coup de pied).

Ces 4 règles forment le noyau de l'activité. Si l'on modifie l'une d'entre elle, l'activité pratiquée n'est plus du rugby. Elles sont donc nommées **règles fondamentales**¹⁸.

Il faut ajouter aussi qu'en rugby si une faute est commise et que l'équipe non fautive récupère le ballon ou maintient sa possession l'arbitre ne siffle pas tout de suite mais laisse l'**avantage**. Si l'arbitre juge que cette équipe en a tiré un avantage¹⁹, il annule la faute sinon il y revient.

La règle du hors-jeu va avoir une incidence importante sur l'activité. Le moyen le plus simple de marquer des points est de se saisir du ballon et de courir avec vers la ligne de but adverse. Le porteur du ballon avance²⁰. Face à cette menace, l'adversaire va certainement essayer de s'opposer à cette progression ou de récupérer le ballon. La passe sera utilisée alors pour transmettre le ballon à un partenaire mieux placé pour **avancer**. La passe est de ce fait directement liée à l'intervention de la défense et engendrée par cette volonté de continuer à avancer. Il faut noter enfin que les passes en rugby se faisant vers son but²¹, elles éloignent de la cible. Plus une équipe fait de passes plus elle se rapproche de son en-but et se met en difficulté. D'où ce principe de toujours essayer d'avancer quand on a le ballon et de faire une passe quand on ne le peut plus.

14 Le ballon touchant soit le sol, soit un adversaire, soit un partenaire.

15 Cette faute est normalement sanctionnée par une mêlée.

16 Un joueur hors-jeu faisant action de jeu est sanctionné par un coup de pied de pénalité.

17 Un joueur en jeu peut également être remis en jeu par un adversaire mais dans tous les cas il doit dans un premier temps se replier.

18 Les modifications régulières des règles du rugby portent sur celles régissant les 2 autres phases.

19 Voir ci-dessous l'idée du principe fondamental.

20 Il progresse préférentiellement sur l'axe profond.

21 Ou à hauteur. Mais chez les débutants, les passes se font majoritairement en profondeur.

À cause de la règle de la marque et surtout du fait de la taille des cibles²² il n'est pas possible de les défendre en restant adosser à celles-ci comme en football ou en handball.. Les opposants doivent intervenir au niveau du ballon et repousser les utilisateurs le plus loin possible de leur but.

Si le porteur du ballon se retrouve avec tous ses partenaires devant lui, il ne pourra transmettre le ballon. Il aura même des difficultés pour obtenir le soutien de ceux-ci puisqu'ils seront obligés de reculer alors que les défenseurs avanceront.

En résumé, que ce soit en attaque ou en défense, les joueurs tentent d'avancer continuellement vers la cible adverse. Ce **principe** d'action est dit **fondamental**. En rugby, on essaye donc continuellement d'avancer. D'ailleurs pour revenir à la règle de l'avantage, l'arbitre considère qu'une équipe a tiré un avantage d'une situation lorsqu'elle a suffisamment²³ progressé.

Lorsqu'une équipe avance, elle met ses adversaires à la poursuite et facilite le remplacement de ses propres joueurs. Elle provoque donc un déséquilibre de la situation en sa faveur. On dit qu'elle impose la **pression** à l'adversaire. Cette notion de pression est directement liée à cette nécessité d'avancer : L'équipe qui a le plus de joueurs qui avancent impose une pression à l'autre. Ceci étant vrai tant en attaque qu'en défense²⁴.

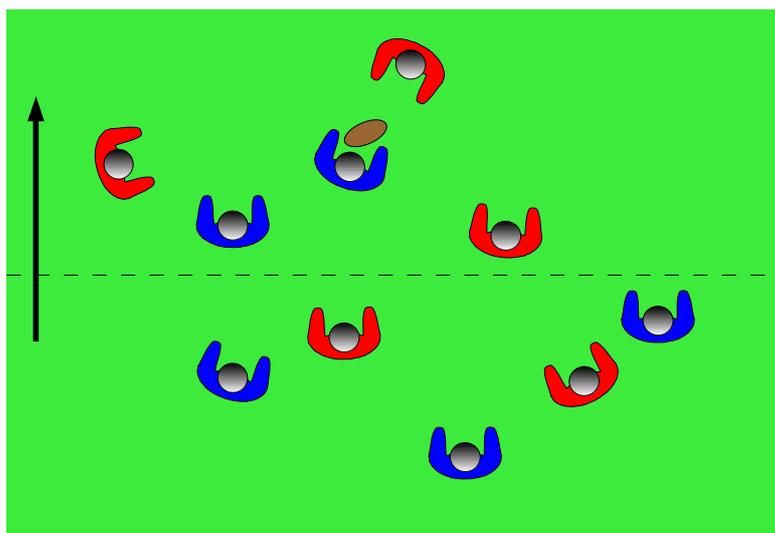


Illustration 6 : Situation de déséquilibre favorable aux bleus.

22 La hauteur du but empêche toute défense de cette cible. La largeur importante de l'en-but a la même conséquence.

23 L'utilisation d'un adverbe ne facilite pas une interprétation simple et claire de la règle. Celle-ci est donc laissée à l'appréciation de l'arbitre.

24 Tant et si bien qu'on utilise plutôt le terme utilisateur pour l'équipe en possession du ballon et les opposants pour l'autre. L'équipe attaquante est alors celle qui avance, l'autre se défendant.

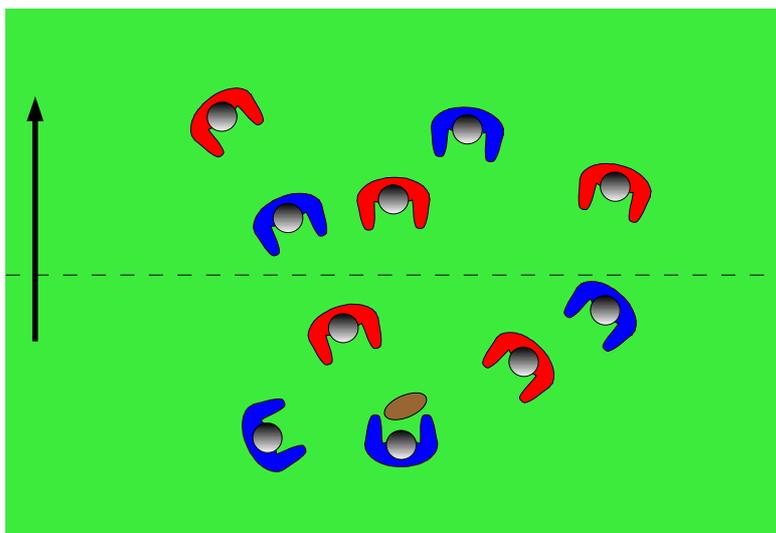


Illustration 7 : Situation de déséquilibre favorable aux rouges.

Si aucune des 2 équipes n'arrivent à imposer une pression à l'autre, on se trouve dans une situation d'**équilibre**. L'objectif pour les 2 équipes est donc de trouver un moyen de déséquilibrer l'équipe adverse, de l'utiliser ce déséquilibre pour avancer et de le maintenir continuellement jusqu'à marquer²⁵.

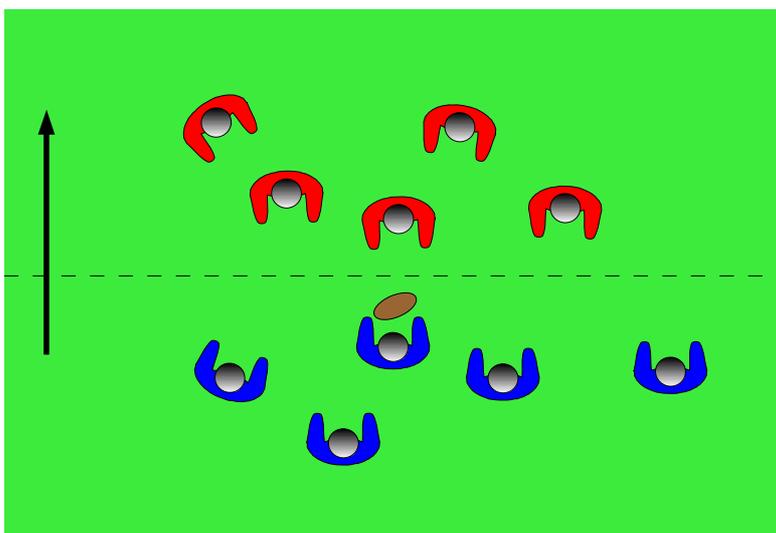


Illustration 8 : Situation d'équilibre.

²⁵ Pour marquer les opposants doivent bien évidemment récupérer tout d'abord le ballon. Mais ils seront dans une situation d'autant plus favorable qu'ils le récupéreront en avançant et plus près de la ligne adverse.

EPS : VERS LE RUGBY.

Comment les activités rugby permettent-elles de développer les compétences en EPS visées au cycle 3 ?

Objectifs généraux de l'EPS au cycle 3

« L'enseignement de l'éducation physique et sportive vise, au cycle 3 :

- le **développement des capacités et des ressources nécessaires aux conduites motrices** ;
- **l'accès au patrimoine culturel** que représentent les diverses activités physiques, sportives et artistiques, pratiques sociales de référence ;
- **l'acquisition des compétences et connaissances utiles pour mieux connaître son corps, le respecter et le garder en forme.** »

« De façon plus spécifique, elle **participe à l'éducation à la santé et à la sécurité**. Tout en répondant au "besoin de bouger" et au "plaisir d'agir", elle **donne aux élèves le sens de l'effort et de la persévérance**. Elle est également l'occasion d'acquérir des notions et de construire des compétences utiles dans la vie de tous les jours.

L'éducation physique et sportive **contribue à la formation du citoyen**, en éduquant à la responsabilité et à l'autonomie. Elle **offre la possibilité de jouer avec la règle, de mieux la comprendre, de la faire vivre, et d'accéder ainsi aux valeurs sociales et morales**.

L'éducation physique aide également à concrétiser certaines connaissances et notions plus abstraites, elle en facilite la compréhension et l'acquisition, en relation avec les activités scientifiques, les mathématiques, l'histoire et la géographie... »

Compétence 3 : S'affronter individuellement ou collectivement

« coopérer avec des partenaires pour s'opposer collectivement à un ou plusieurs adversaires dans un jeu collectif. »

Exemples de compétences de fin de cycle : comme attaquant (se démarquer dans un espace libre, recevoir une balle, progresser vers l'avant et la passer ou tirer - marquer-en position favorable) ; comme défenseur (courir pour gêner le porteur de balle, ou courir pour récupérer la balle ou s'interposer entre les attaquants et le but).

C'est par une pédagogie adaptée que les élèves **apprennent à mieux se connaître, à mieux connaître les autres, à accepter puis dominer leurs émotions, à prendre des repères dans l'environnement pour réussir leurs actions, à comprendre et mettre en œuvre des règles, des codes**.

Compétences transversales à développer lorsque l'on aborde l'activité balle ovale

S'engager lucidement dans la pratique de l'activité

* *S'engager dans les diverses situations de jeu* :

- en choisissant les stratégies d'action les plus efficaces, ou les plus adaptées: aller tirer quand on est seul face au but, passer à un partenaire mieux placé que soi...
- en anticipant sur les actions à réaliser : se placer en attaque dans un espace libre vers l'avant, en défense entre l'attaquant et le but...
- en contrôlant ses émotions et leurs effets dans des situations de « match »: tenter sa chance au tir, jouer gardien de but, défendre contre un attaquant plus fort que soi...

* *Enrichir son répertoire de sensations motrices inhabituelles et leurs combinaisons* :

- tenter des tirs « acrobatiques » (en suspension, par exemple), marquer un essai...

Construire de façon de plus en plus autonome un projet d'action

- * *Formuler, mettre en oeuvre des projets et s'engager contractuellement, individuellement ou collectivement, en utilisant ses ressources et ses connaissances de manière adaptée :*
 - pour viser une meilleure performance ou l'acquisition de formes d'action diversifiées : élaborer un projet d'entraînement de l'équipe pour améliorer la progression de la balle, ou une stratégie collective de défense...
 - pour acquérir des savoirs nouveaux : meilleure connaissance des règles de jeu, du rôle d'arbitre, de l'histoire de l'activité...

Mesurer et apprécier les effets de l'activité

- * *Apprécier, lire des indices de plus en plus nombreux et de plus en plus complexes :* les caractéristiques du terrain (lignes, zones interdites, cibles), les espaces libres, les déplacements des autres joueurs, les trajectoires de balle...
- * *Mettre en relation des notions d'espace et de temps :* partir vite en attaque dès que son équipe a récupéré le ballon, lancer la balle vers l'avant à un partenaire...
- * *Identifier, sélectionner et appliquer des principes pour agir méthodiquement (faire des hypothèses d'action, identifier des constantes, anticiper...):* Observer une situation de jeu à effectif réduit et dire pourquoi l'action (d'attaque ou de défense) a réussi ou échoué.
- * *Situer son niveau de capacités motrices, ses ressources corporelles et affectives :*
 - pour réaliser des actions précises : connaître ses points forts comme attaquant ou comme défenseur
 - pour s'engager dans une situation de risque mesuré : choisir le rôle du
- * *Évaluer, juger ses actions et celles des autres avec des critères objectifs :*
 - Expliquer sa propre action de joueur.
 - Tenir une feuille de match (tableau de résultats)
 - Arbitrer une période de jeu ou un match
- * *Identifier et décrire différentes actions et leurs principes :* dire ce qu'il faut faire pour dribbler, tirer en suspension, intercepter une balle, feinter un adversaire...

Se confronter à l'application et à la construction des règles de vie et de fonctionnement collectif

- * *Se conduire dans le groupe en fonction de règles, de codes, que l'on connaît, que l'on comprend et que l'on respecte, et que l'on peut expliquer aux autres :*
 - Règles de jeu de plus en plus contraignantes : ne pas « marcher » balle en main, ne pas percuter l'adversaire, ne pas marcher dans la zone...
 - Règles de vie collective : respecter les décisions de l'arbitre, ne pas l'injurier, ni injurier les autres joueurs...
- * *Coopérer, adopter des attitudes d'écoute, d'aide, de tolérance et de respect des autres pour agir ensemble ou élaborer en commun des projets (comme préparer un tournoi inter-équipes, élaborer des stratégies à plusieurs...)*
 - Proposer de nouvelles règles de jeu
 - Arbitrer un match à deux
 - Conseiller ses équipiers sur une façon d'attaquer ou de défendre
 - Conseiller un camarade sur la meilleure façon de s'y prendre pour réussir (marquer un panier, empêcher un adversaire de passer...): Attaquant, défenseur, gardien de but, arbitre, observateur, collecteur de résultats... »

LES SEANCES

Séance n°1 : découvrir le rugby – la marque, les droits du joueur et le plaquage.

Séance n°2 : découvrir le rugby – le hors-jeu.

Séance n°3 : se familiariser avec le contact.

Séance n°4 : la défense individuelle.

Séance n°5 : améliorer la continuité du jeu par la passe.

Séance n°6 : la défense collective.

Séance n°7 : percevoir et utiliser les espaces libres.

Séance n°8 : améliorer la continuité du jeu en variant les formes de jeu.

Séance n°9 : améliorer la gestion des regroupements.

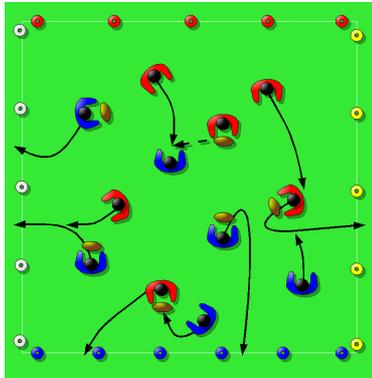
Séance n°10 : améliorer la technique de passe.

Séance n°1

Thème : Découvrir le rugby et entrer dans l'activité

Objectifs : Connaître les 3 premières règles fondamentales (marque, droits des joueurs et tenu)

Situation n°1



Matériel : Plots (4 couleurs différentes), chasubles et 6 ballons.

Effectif : 6 x 6

Espace : Un carré de 20 mètres de côté. Chaque côté a une couleur.

But : Aller marquer.

Description :

Pas d'équipes pour l'instant.

Les joueurs se passent le ballon sans le faire tomber.

Au signal les porteurs du ballon sortent poser le ballon hors du terrain sans se faire toucher (marquer).

Évolution n°1 :

Description :

Idem. L'enseignant annonce une couleur.

Aller marquer derrière la couleur annoncée.

Évolution n°2 :

Description :

Idem. L'enseignant annonce une couleur.

Aller marquer derrière la couleur annoncée en ayant préalablement fait le tour de la couleur opposée.

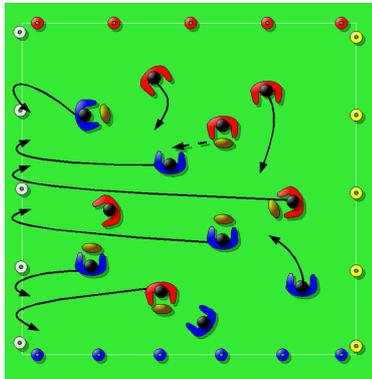
Variations :

Faire varier l'espace en modifiant la taille du côté du carré.

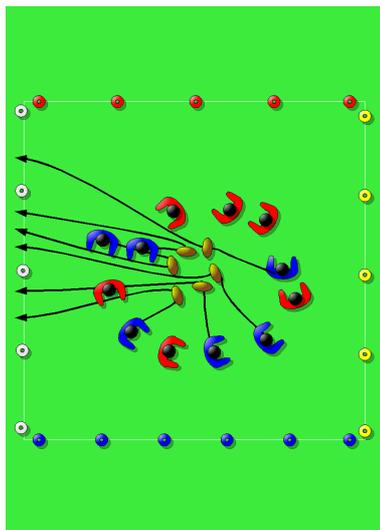
Demander aux défenseurs d'aller toucher l'une des lignes de touche.

Chaque défenseur ne peut toucher qu'un attaquant.

Faire varier l'intervention défensive (toucher, accrocher, ceinturer).



Situation n°2



Matériel : Plots (4 couleurs différentes), chasubles et 6 ballons.

Effectif : 6 x 6

Espace : Un carré de 20 mètres de côté. Chaque côté a une couleur.

But : Aller marquer.

Description :

Les 6 ballons sont posés au centre du terrain.

Les joueurs tournent autour des ballons.

L'enseignant annonce 2 couleurs :

- La première = couleur de l'équipe attaquante
- La seconde = couleur où elle doit aller marquer.

Variations :

Diminuer le nombre de ballon pour finir qu'avec un seul.

Faire varier l'espace en modifiant la taille du côté du carré.

Obliger les attaquants à aller faire le tour de la ligne opposée à celle de la couleur annoncée.

Demander aux défenseurs d'aller toucher l'une des lignes de touche.

Chaque défenseur ne peut toucher qu'un attaquant.

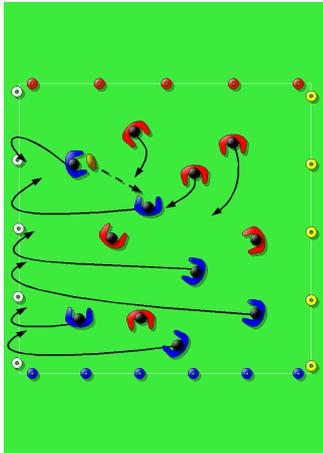
Faire varier l'intervention défensive (toucher, accrocher, ceinturer).

Séance n°2

Thème : Découvrir le rugby et entrer dans l'activité (suite)

Objectifs : Connaître la quatrième règle fondamentale (Hors-jeu) liée à la nécessité d'avancer.

Situation n°1



Matériel : Plots (4 couleurs différentes), chasubles et 6 ballons.

Effectif : 6 x 6

Espace : Un carré de 20 mètres de côté. Chaque côté a une couleur.

But : Marquer le plus de points.

Description : Les défenseurs peuvent ceinturer¹ ou arracher le ballon.

Les joueurs ont 2 manières de marquer :

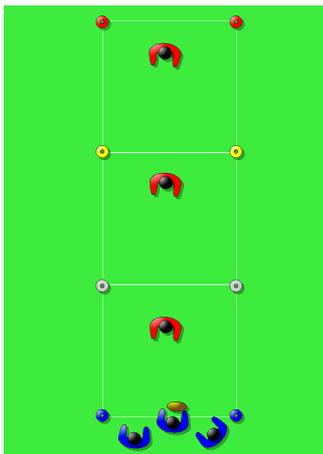
- Faire 10 passes sans faire tomber le ballon ou le faire sortir.
- Marquer derrière la couleur annoncée.

L'enseignant annonce au cours du jeu une couleur. La règle de l'en-avant s'applique alors.

L'équipe en possession du ballon fait le tour de la ligne adverse avant d'essayer d'aller marquer derrière la couleur annoncée.

Variations : Faire varier les consignes données aux défenseurs et aux attaquants pour le lancement du jeu.

Situation n°2



Plots, chasubles et 1 ballon pour 6.

Effectif : 3 x 1 + 1 + 1

Espace :

But : Marquer le plus de points possibles.

Description :

Les 3 attaquants essaient d'aller le plus loin possible en respectant l'en-avant.

Les points sont attribués de la façon suivante :

- 1^{ère} ligne = 1 point
- 2^{de} ligne = 3 points
- 3^{ème} ligne = 5 points

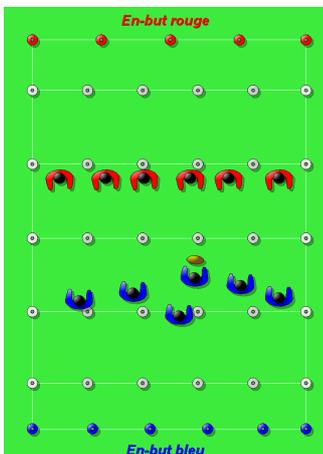
Attribution des points inverse pour la défense.²

Variations :

Faire varier la largeur du couloir.

Établir un temps de passage maximum.

Situation n°3



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 à 20 mètres de large sur 25 à 30 mètres de long

But : Marquer le plus de points possibles.

Description :

Les deux équipes s'opposent en collectif total (6 contre 6).

Les points sont attribués de la façon suivante :

- 5 points par essai
- 2 points par zone franchie

Chaque zone franchie en défense ou attaque attribue des points à l'équipe qui progresse.

Variations :

Faire varier l'espace. Limiter les blocages (introduire 2nd ballon).

Intervenir le nombre de points attribués.

1 Un joueur ceinturé doit : S'arrêter immédiatement et a 3 secondes pour transmettre le ballon ou le lâcher.

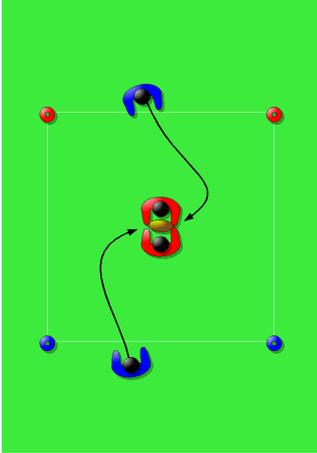
2 5 points si la première zone n'est pas franchie, 3 pour la seconde et 1 seulement pour la dernière.

Séance n°3

Thème : Améliorer l'appréhension du contact.

Objectifs : Accepter de lutter debout pour la conquête du ballon et de s'opposer pour défendre son en-but.

Situation n°1



Matériel : Plots, chasubles et 1 ou 2 ballons pour 4.

Effectif : 2 x 2

Espace : Un carré de 5 mètres de côté.

But : Récupérer le ballon ou le garder.

Description :

Deux joueurs se placent au centre du terrain, se saisissent du ballon et tentent de le protéger mais ne peuvent pas se déplacer.

Les 2 autres joueurs rentrent sur le terrain et tentent de prendre le ballon¹.

Si le ballon n'a pas été arraché en moins de 30 secondes, l'équipe qui le protège gagne le point.

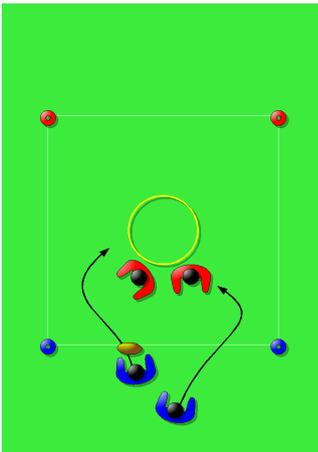
Variations :

Augmenter le temps du jeu (1 minute)

Donner un ballon pour 2.

Autoriser le déplacement des protecteurs du ballon voire la transmission.

Situation n°2



Matériel : Plots, chasubles, un cerceau et 1 ballon pour 4.

Effectif : 2 x 2

Espace : Un carré de 5 mètres de côté.

But : Poser le ballon dans le cerceau.

Description :

Deux joueurs tentent de poser le ballon dans un cercle défendu par 2 défenseurs. Si le ballon est récupéré par les défenseurs ou s'il sort du terrain², ils gagnent la partie.

Le temps du jeu est limité à 1 minute.

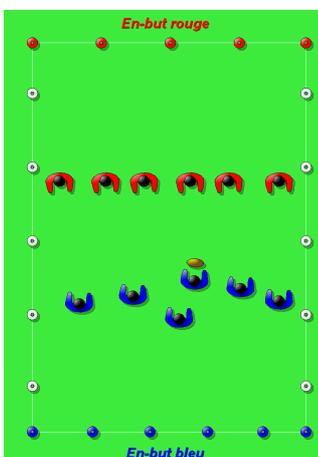
Variations :

Augmenter la taille du terrain.

Augmenter le temps de pratique.

Limiter les possibilités de transmission (passe de la main à la main).

Situation n°3



Matériel : Plots, chasubles et 1 ou 2 ballons pour 4.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 à 20 mètres de large sur 25 à 30 mètres de long

But : Aller marquer sans blocage ou en sortir rapidement le ballon.

Description :

Les deux équipes s'opposent en collectif total (6 contre 6) en respectant les 4 règles fondamentales vues au cours des séances précédentes.

La transmission du ballon ne peut se faire que de la main à la main.

Tout joueur ceinturé doit s'arrêter de courir et à 3 secondes : soit pour passer le ballon, soit pour le lâcher.

Les défenseurs peuvent arracher le ballon au porteur du ballon.

Variations :

Faire varier le type d'intervention des premiers défenseurs.

Réduire le terrain en largeur.

¹ Il est interdit de faire tomber le regroupement.

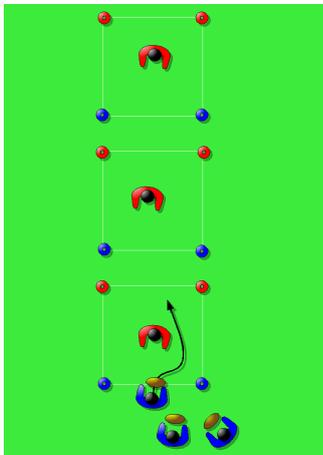
² Dans le cas où le ballon est porté, le défenseur doit amener le porteur à l'extérieur (ceinturer) et non pas le bousculer.

Séance n°4

Thème : Améliorer l'intervention défensive individuelle.

Objectifs : S'opposer individuellement et apprendre à plaquer.

Situation n°1



Matériel : Plots et 1 ballon pour 2.

Effectif : 3 x 1 + 1 + 1

Espace : 3 carrés de 4 mètres de côté avec une zone de 3 mètres entre eux.

But : Aller marquer 3 essais ou s'opposer.

Description :

Les attaquants tiennent le ballon à 2 mains.

Ils essaient d'aller marquer successivement 3 essais.

Chaque défenseur défend uniquement dans son carré.

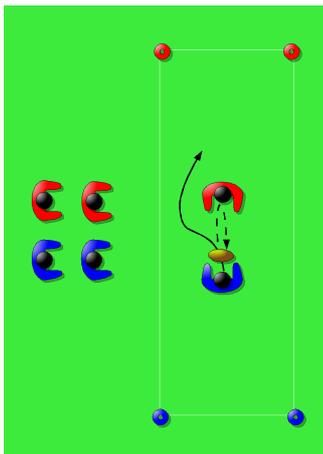
- 1 point s'il ceinture.
- 2 points s'il amène en touche (poussée).

Variations :

Augmenter le côté des carrés.

Ne valoriser que la poussée.

Situation n°2



Matériel : Plots et 1 ballon pour 2.

Effectif : 1 x 1

Espace : 3 à 4 mètres de large sur 8 mètres de long.

But : Aller marquer ou plaquer.

Description :

2 joueurs se tiennent face à face au centre du terrain et se font des passes.

Au signal, le porteur du ballon essaye d'aller marquer (1 point).

Son adversaire s'oppose. Il marque :

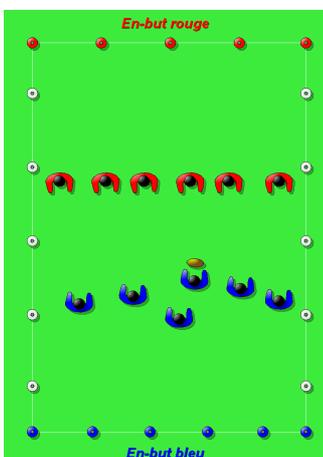
- 1 point s'il le pousse en touche.
- 2 points s'il le plaque.

Aucun point dans les autres cas.

Variations :

Faire varier l'espace.

Situation n°3



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 à 20 mètres de large sur 25 à 30 mètres de long.

But : Marquer le plus de points possibles.

Description :

Les deux équipes s'opposent en collectif total (6 contre 6).

Les points sont attribués de la façon suivante :

- 5 points par essai
- 2 points par placage

Variations :

Augmenter le nombre de points attribués par placage.

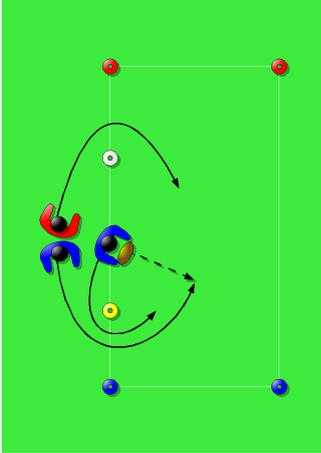
Variation du nombre de points suivant le joueur plaqué.

Séance n°5

Thème : Améliorer la continuité du jeu par la passe.

Objectifs : Faire avancer le ballon en le portant ou en le transmettant à un partenaire.

Situation n°1



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon pour 3.

Effectif : 1 + 1 x 1

Espace : 4 mètres de large sur 8 à 10 mètres de long.

But : Aller marquer ou s'opposer.

Description :

L'un des enfants est animateur. À son signal, les 2 autres font le tour des plots. Il donne le ballon à l'attaquant puis fait lui-même le tour d'un plot pour venir l'aider.

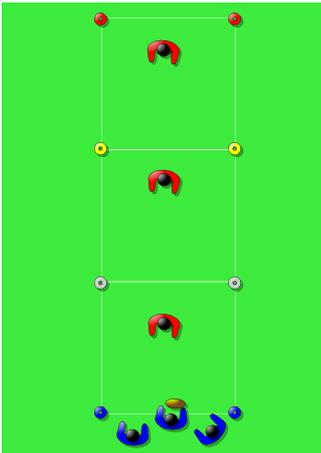
Variations :

Varié les distances.

Faire l'intervention du défenseur.

Autoriser ou non le soutien à venir prendre le ballon dans les mains du premier attaquant.

Situation n°2



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon pour 6.

Effectif : 3 x 1 + 1 + 1

Espace :

But : Marquer le plus de points possibles.

Description :

Les 3 attaquants essaient d'aller le plus loin possible.

Les points sont attribués de la façon suivante :

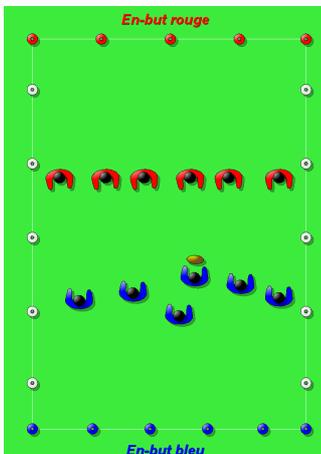
- 1^{ère} ligne = 1 point
- 2^{nde} ligne = 3 points
- 3^{ième} ligne = 5 points

Variations :

Faire varier l'intervention défensive.

Interdire la défense sur le ballon.

Situation n°3



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 à 20 mètres de large sur 25 à 30 mètres de long

But : Marquer le plus de points possibles.

Description :

Les deux équipes s'opposent en collectif total (6 contre 6).

Les points sont attribués de la façon suivante :

- 5 points par essai
- 2 points par relai

Variations :

Intervenir le nombre de points attribués (2 par essai et 5 par relai)

Faire varier l'intervention défensive.

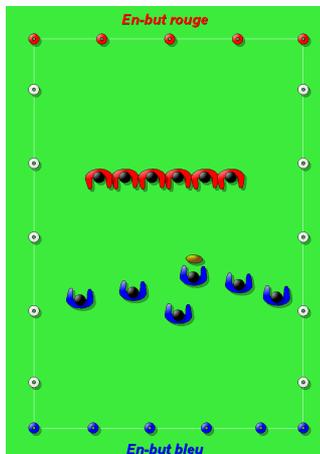
Interdire la défense sur le ballon.

Séance n°6

Thème : Améliorer l'intervention défensive collective.

Objectifs : S'organiser collectivement pour repousser l'attaque et récupérer le ballon.

Situation n°1



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 mètres de large sur 25 mètres de long

But : Marquer des essais ou toucher le porteur du ballon.

Description :

Les défenseurs forment un « filet » en se tenant par la main.

Ils doivent toucher le porteur du ballon sans casser le « filet ».

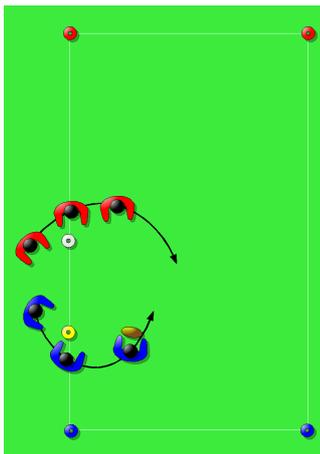
6 ballons consécutifs pour l'attaque (1 par enfant). 1 point par essai marqué.

Nouveau ballon si le porteur est touché ou en cas de faute.

Variations :

- Donner 2 points à la défense si elle repousse l'attaque dans son en-but.
- Faire varier la largeur du terrain.
- Ceinturer le porteur de balle en cassant le « filet ».

Situation n°2



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon.

Effectif : 3 x 3

Espace : 10 mètres de large et 15 à 20 mètres de long.

But : Aller marquer un essai ou repousser les adversaires.

Description :

Les joueurs rentrent sur le terrain en contournant un plot.

Les défenseurs cherchent à :

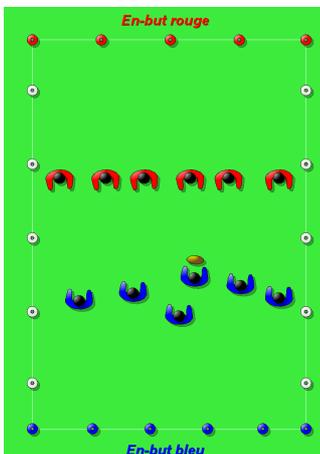
- repousser l'attaque
- lui faire faire une faute
- récupérer le ballon.

Variations :

faire varier la position de départ des joueurs et surtout des défenseurs.

Faire varier le type d'intervention défensive.

Situation n°3



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 à 20 mètres de large sur 25 à 30 mètres de long.

But : Marquer le plus de points possibles.

Description :

Les deux équipes s'opposent en collectif total (6 contre 6).

Les points sont attribués de la façon suivante :

- 5 points par essai
- 2 points par placage
- 2 points si l'attaque recule de plus de 5 mètres
- 5 points si l'attaque est repoussée dans son en-but.

Variations :

Faire varier l'espace

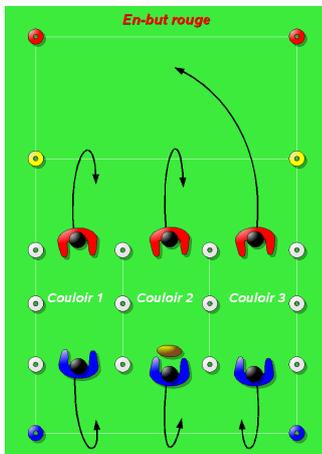
Faire varier le type d'intervention défensive.

Séance n°7

Thème : Percevoir et utiliser les espaces libres.

Objectifs : Se démarquer, trouver un partenaire démarqué ou utiliser soi-même un espace libre.

Situation n°1



Matériel : Plots, chasubles et un ballon.

Effectif : 3 x 3

Espace : 6 à 8 mètres de large et 15 à 20 mètres de long

But : Aller marquer un essai.

Description :

Un couloir est laissé libre à la demande de l'enseignant.

Les joueurs vont toucher la ligne derrière eux.

Le défenseur du couloir désigné reste dans la dernière zone.

Chaque attaquant passe par son couloir.

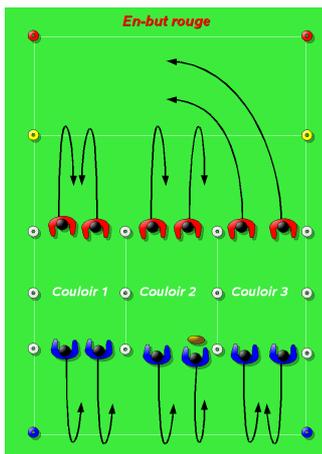
Le porteur du ballon doit trouver le couloir libre.

Variations :

Les 2 premiers défenseurs doivent venir toucher leurs vis-à-vis ou l'autre extrémité du couloir.

Faire varier la largeur du terrain.

Situation n°2



Matériel : Plots, chasubles et un ballon.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 à 20 mètres de large sur 25 à 30 mètres de long

But : Aller marquer un essai.

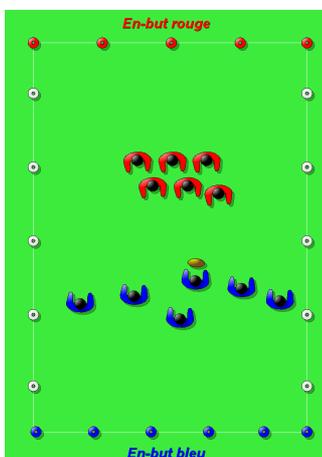
Description :

Identique à la situation précédente mais se joue en collectif total.

Variations :

Même chose que précédemment.

Situation n°3



Matériel : Plots, chasubles et un ballon.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 à 20 mètres de large sur 25 à 30 mètres de long

But : Marquer le plus d'essais possible.

Description :

Situation en collectif total avec une opposition réelle.

La remise en jeu s'effectue en présentant le ballon.

Les défenseurs se regroupent en face.

5 points par essais.

2 points par choix correct.

Variations :

Faire varier le lancement du jeu pour laisser des espaces libres.

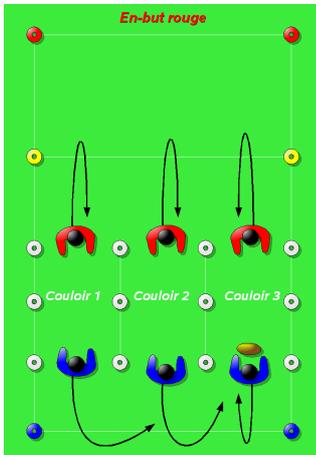
Faire varier l'intervention défensive.

Séance n°8

Thème : Améliorer la continuité en variant les formes de jeu utilisées.

Objectifs : Connaître et mettre en oeuvre les 2 grandes stratégies (jeu groupé ou jeu déployé).

Situation n°1



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon.

Effectif : 3 x 3

Espace : 12 mètres de large et 20 à 25 mètres de long.

But : Aller marquer un essai.

Description :

L'enseignant indique le type de défense demandé :

- large = chacun dans un couloir.
- groupée = tous dans le couloir du ballon.

Les joueurs vont toucher la ligne derrière eux.

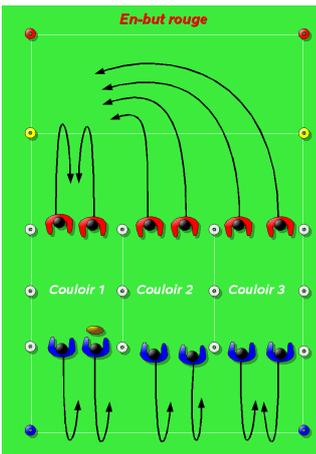
La libération des défenseurs dans leur couloir se fera pour la défense :

- large = après avoir complètement traversé leur couloir.
- groupée = dès la passe du porteur.

Variations :

Faire varier l'espace et la libération des défenseurs¹.

Situation n°2



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 à 20 mètres de large sur 25 à 30 mètres de long.

But : Aller marquer l'essai.

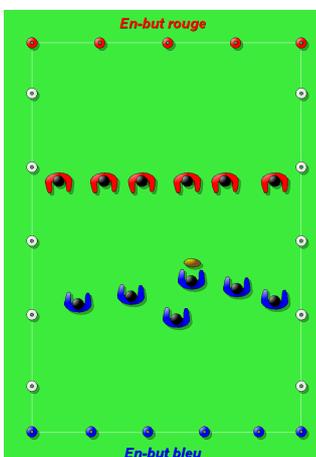
Description :

Identique à la situation précédente mais se joue en collectif total.

Variations :

Même chose que précédemment.

Situation n°3



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 à 20 mètres de large sur 25 à 30 mètres de long.

But : Aller marquer.

Description :

L'enseignant fait rouler le ballon derrière les attaquants.

Pendant ce temps, il indique à la défense l'organisation demandée (large ou groupée). Le jeu commence dès que le ballon est ramassé.

5 points par essai.

2 points par choix correct.

Variations :

Faire varier la pression défensive.

Faire varier le type d'intervention défensive.

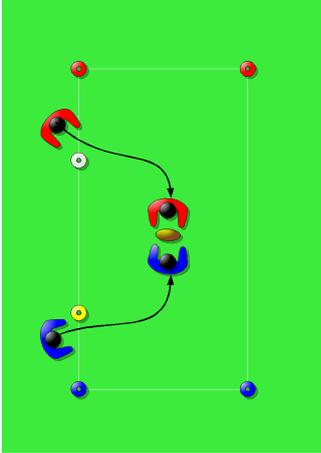
¹ On peut envisager d'en laisser un derrière.

Séance n°9

Thème : Améliorer la gestion des regroupements.

Objectifs : Apprendre les règles du hors-jeu sur les regroupements et s'organiser sur ces phases.

Situation n°1



Matériel : Plots, chasubles et un ballon.

Effectif : 1 + 1 x 1 + 1

Espace : 4 mètres de large et 10 mètres de long.

But : Gagner le ballon après un blocage.

Description :

2 enfants sont placés face à face au centre du terrain avec un ballon posé entre eux.

Au signal de l'enseignant, le joueur de l'équipe désignée se saisit du ballon.

Les soutiens peuvent alors intervenir sur le blocage.

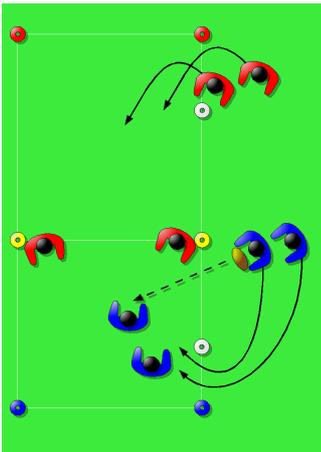
L'équipe qui récupère¹ le ballon gagne le point.

Variations :

Faire varier le temps d'arrivée des soutiens.

Faire varier le lancement pour voir les 2 types de regroupement (maul et mêlée spontanée).

Situation n°2



Matériel : Plots, chasubles et un ballon.

Effectif : 2 + 2 x 2 + 2

Espace : 8 mètres de large et 20 mètres de long.

But : Aller marquer un essai après un premier blocage.

Description :

Les 2 attaquants placés hors du terrain font une passe au groupe sur le terrain puis font le tour du plot pour venir en soutien.

Chaque groupe de défenseurs n'intervient que dans sa zone.

Variations :

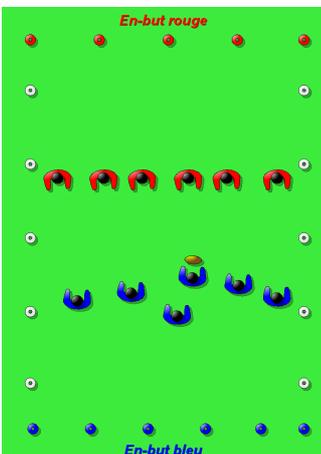
Faire varier le type d'intervention des premiers défenseurs.

Faire varier le temps d'arrivée des soutiens.

Faire varier le lancement pour voir les 2 types de regroupement (maul et mêlée spontanée).

Laisser les premiers défenseurs intervenir dans la seconde zone.

Situation n°3



Matériel : Plots, chasubles et un ballon.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 à 20 mètres de large sur 25 à 30 mètres de long

But : Aller marquer sans blocage ou en sortir rapidement le ballon.

Description :

Les deux équipes s'opposent en collectif total (6 contre 6) en respectant la règle de hors-jeu sur les regroupements.

Les points sont attribués de la façon suivante :

- 5 points par essai sans blocage
- 3 points par essai avec blocage(s)
- 2 points par blocage dont le ballon sort en moins de 3 secondes.

Variations :

Faire varier le type d'intervention défensive.

Donner des points à la défense pour les blocages supérieurs à 3 secondes.

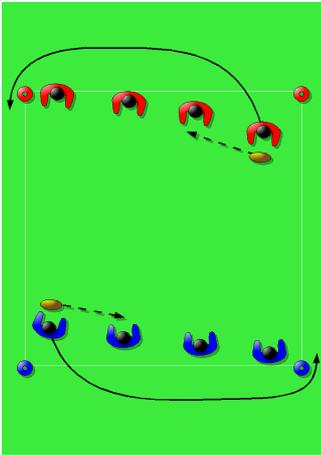
¹ Sur le maul en l'arrachant. Sur les mêlées spontanées par la poussée.

Séance n°10

Thème : Améliorer la technique de la passe.

Objectifs : Savoir transmettre le ballon en courant ou feinter la passe.

Situation n°1



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon pour 4.

Effectif : 4 x 4

Espace : Un carré de 15 mètres de côté.

But : Éliminer tous les adversaires en les touchant.

Description :

L'une des 2 équipes doit toucher avec le ballon ses 4 adversaires pour les éliminer. Un joueur éliminé sort du terrain.

Évolution :

But : Marquer plus vite que l'équipe adverse.

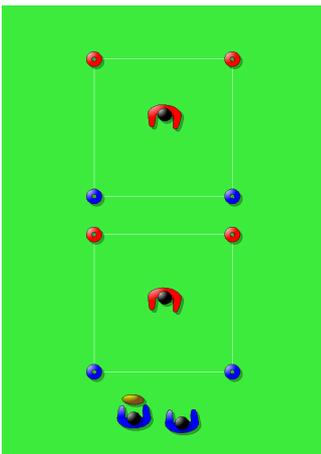
Description :

Aller marquer plus vite que l'équipe adverse en se faisant des passes vers l'arrière. Tous les joueurs doivent toucher le ballon.

Variations :

Le 1^{er} joueur fait le tour de l'autre sommet avant de gêner les adversaires.

Situation n°2



Matériel : Plots, chasubles et 1 ballon pour 4.

Effectif : 2 x 1 + 1.

Espace : 2 carrés de 8 mètres de côté avec une zone de 3 mètres entre eux.

But : Aller marquer 2 essais ou s'opposer.

Description :

Les attaquants passent par groupe de 2.

Ils tentent de franchir les zones sans se faire attraper avec le ballon.

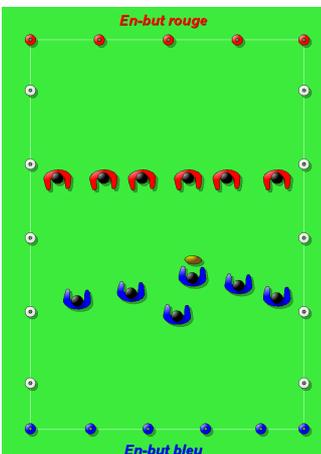
Variations :

Faire varier le type d'intervention défensive.

Chronométrer le temps de passage.

Laisser le premier défenseur intervenir à la poursuite dans la seconde zone.

Situation n°3



Matériel : Plots, chasubles et 1 ou 2 ballons pour 4.

Effectif : 6 x 6

Espace : 15 à 20 mètres de large sur 25 à 30 mètres de long

But : Marquer le plus de points possibles.

Description :

Les deux équipes s'opposent en collectif total (6 contre 6) en respectant toutes les règles fondamentales vues au cours des séances précédentes.

5 points par essai.

Un bonus de 2 points est donné si le ballon n'a pas été bloqué.

Variations :

Faire varier les dimensions du terrain.

Faire varier le type d'intervention des premiers défenseurs comme en interdisant de défendre sur le ballon¹. Dans ce cas, le bonus est attribué si le porteur ne tombe pas au sol avec le ballon.

¹ Pour favoriser les passes.