



# Guide Pédagogique



## pour le cycle 3



# LE RUGBY

## Objectifs

Parce que le rugby n'est pas un but en soi mais un moyen d'éducation, on peut ici lister quelques-uns des objectifs qu'offre l'activité :

- canalisation de l'agressivité ;
- respects de règles de jeu ;
- dédramatisation de la défaite ;
- dépense physique ;
- action en fonction d'un risque connu et apprécié.

Le rugby, moyen d'éducation c'est :

- l'organisation individuelle et collective pour marquer et empêcher de marquer ;
- l'anticipation sur l'action ;
- l'action en fonction des autres ;
- l'établissement d'un projet et l'intégration dans celui-ci ;
- l'organisation dans l'espace et le temps.

Matthieu FLEURUS  
Racing Club de Vichy RUGBY  
**LES PROGRAMMES**

<b>COMPETENCES SPECIFIQUES</b>	
<b>Conduire un affrontement individuel et/ou collectif.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Réaliser et enchaîner des actions de plus en plus complexes et variées pour coopérer avec des partenaires et s'opposer collectivement à un ou plusieurs adversaires dans un jeu collectif : <b>Comme attaquant :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Porteur de balle : progresser vers l'avant, passer la balle à un partenaire arrêté ou en mouvement, ou tirer en position favorable.</li> <li>- Non-porteur de balle : se démarquer dans un espace libre, recevoir une balle.</li> </ul> </li> <li><b>Comme défenseur :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Courir pour gêner le porteur de balle, et/ou courir et s'interposer entre les attaquants et le but.</li> </ul> </li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passer du rôle d'attaquant à celui de défenseur et réciproquement.</li> </ul>
<b>COMPETENCES TRANSVERSALES</b>	
<b>S'engager lucidement dans la pratique de l'activité.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• S'engager dans les diverses situations de jeu : <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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...</li> <li>- en anticipant sur les actions à réaliser : se placer en attaque dans un espace libre vers l'avant,</li> <li>- en défense entre l'attaquant et le but...</li> <li>- en contrôlant ses émotions et leurs effets dans des situations de « match »: tenter sa chance</li> <li>- au tir, jouer gardien de but, défendre contre un attaquant plus fort que soi...</li> </ul> </li> <li>• Enrichir son répertoire de sensations motrices inhabituelles et leurs combinaisons : ex : marquer un essai...</li> </ul>
<b>Construire de façon de plus en plus autonome un projet d'action.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formuler, mettre en oeuvre des projets et s'engager contractuellement, individuellement ou collectivement, en utilisant ses ressources et ses connaissances de manière adaptée : <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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...</li> <li>- pour acquérir des savoirs nouveaux : meilleure connaissance des règles de jeu, du rôle d'arbitre, de l'histoire de l'activité...</li> </ul> </li> </ul>
<b>Mesurer et apprécier les effets de l'activité.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apprécier, lire des indices de plus en plus nombreux et de plus en plus complexes : caractéristiques du terrain (lignes, zones interdites, cibles), espaces libres, déplacements des autres joueurs, trajectoires de balle...</li> <li>• Mettre en relation des notions d'espace et de temps : partir vite en attaque dès que son équipe a récupéré le ballon, ...</li> <li>• Identifier, sélectionner et appliquer des principes pour agir méthodiquement (faire des hypothèses d'action, identifier des constantes, anticiper...)</li> <li>• Observer une situation de jeu à effectif réduit et dire pourquoi l'action (d'attaque ou de défense) a réussi ou échoué.</li> <li>• Proposer une stratégie d'attaque ou de défense.</li> <li>• 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 poursuivant (jeu traditionnel), aller seul au tir...</li> <li>• Évaluer, juger ses actions et celles des autres avec des critères objectifs :</li> <li>• Expliquer sa propre action de joueur.</li> <li>• Tenir une feuille de match (tableau de résultats)</li> <li>• Arbitrer une période de jeu ou un match</li> <li>• Identifier et décrire différentes actions et leurs principes</li> </ul>

## Les règles fondamentales du rugby

### La marque

Aplatir le ballon sur ou derrière la ligne de but adverse (essai = 5 points).

### Les droits et les devoirs du joueur

- Ramasser, porter, passer, botter le ballon.
- Bloquer ou plaquer le porteur du ballon, lui prendre le ballon.
- Ne pas faire mal (tête, crocs en jambe).

### Le jeu au sol (règle du tenu)

- Tout joueur tenu et mis au sol doit libérer le ballon, le passer ou le lâcher.
- Il faut être debout pour jouer.

### Le hors jeu (l'en avant)

- Tout partenaire du porteur situé entre celui-ci et la ligne de but adverse est hors-jeu. Il ne peut attraper le ballon (en avant de passe).
- En phase de découverte, l'en avant maladresse n'est pas sanctionné.

## Les conditions de mise en œuvre de l'activité

### 1. Les conditions matérielles

- Utiliser un terrain herbeux et souple.
- Délimiter la zone de jeu et la zone d'en but (de préférence par des coupelles souples).
- Identifier les équipes par des chasubles ou des maillots.
- Enlever les lunettes, bijoux, attacher les cheveux.
- Utiliser des ballons de taille 4.
- Pour limiter la vitesse des joueurs (impact) :
  - faire des équipes de gabarit,
  - espace de jeu étroit,
  - nombre de joueurs importants.
- Pas de jeu au pied.

### ***Pour l'enseignant :***

- Prévoir une trousse de secours pour les petits « bobos ».
- Signal sonore pour annoncer la mort d'un ballon (sifflet, voix...).
- Stopper le jeu lorsqu'une phase est potentiellement dangereuse. (empilements de trois joueurs et plus...)
- Avoir deux ballons pour déplacer l'action de jeu suite à un regroupement et dynamiser le jeu.

### 2. Les conditions pédagogiques

#### **L'organisation de la classe**

Celle-ci peut varier en fonction des effets recherchés. Au début de l'apprentissage (conditions météorologiques peut-être défavorables) on pourra privilégier momentanément une organisation à 2 équipes pour favoriser la participation au jeu de chacun. Une organisation progressive en 3 ou 4 équipes aura l'avantage de solliciter l'implication des élèves dans les tâches d'aide à l'organisation (arbitrage, chronométrer) et à l'apprentissage (observer...).

## **SEANCES 1 et 2**

<p><b><u>OBJECTIFS</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Commencer à régler les problèmes affectifs.</li><li>- Découverte des trois premières règles fondamentales (la marque, les droits et les devoirs des joueurs, le tenu).</li><li>- Mise en évidence de la notion d'avancer.</li></ul>	<p><b><u>MATERIEL</u></b></p> <p>10 ballons 4 jeux de chasubles de couleurs différentes Plots</p>
<p><b><u>ECHAUFFEMENT</u></b> : 20 Minutes</p> <p><u>Déroulement</u> :</p> <p>❶ 1 ballon pour 2 : Essayer d'arracher le ballon de son adversaire en moins de 3 secondes.</p> <p>❷ 1 ballon pour 3 : 2 joueurs à quatre pattes doivent protéger le ballon, le troisième essaie de le récupérer.</p> <p>❸ 1 ballon pour 4 : 2 joueurs doivent garder le ballon et les 2 autres doivent essayer de le récupérer : passe interdite.</p>	
<p><b><u>PARTIE CENTRALE</u></b> : 30 Minutes</p> <p>Répartir les élèves en 4 équipes qui s'affrontent sur des matchs de 5 min : équipes (A, B, C, D). Terrain de 10 à 15m de large sur 20m de long balisé tous les 5m.</p> <p><u>Déroulement</u> : L'équipe marque 1 point chaque fois que le ballon avance d'une zone et 5 points par essai. Les utilisateurs partent derrière leur ligne de but. 5 tentatives pour aller marquer. Arrêt du ballon : - en avant                           - regroupement de joueur au sol                           - ballon sorti en touche Lancement de jeu dans la zone où il y a arrêt du ballon. Les deux équipes, très proches l'une de l'autre (50 cm). Un aide compteur de points par équipe.</p> <p><u>Règles et score</u> : Pour jouer le ballon, il faut être debout. L'équipe qui progresse d'une zone avec le ballon : 2 points. Tout joueur au sol est un joueur « mort » : il doit immédiatement lâcher le ballon sinon il perd 1 point.</p>	
<p><b><u>PRECISIONS</u></b> :</p> <p>Il faut être intransigeant et éventuellement sortir un joueur 2 minutes pour tous gestes interdits (cros en jambe, coups de pieds, attraper les cheveux, plaquage haut).</p> <p>Il faut faire attention à ses lancements de jeu, donner le ballon à un élève qui avance et éventuellement gêner les défenseurs en mettant son corps en obstacle pour favoriser la notion d'avancer chez les attaquants.</p> <p>Attention au jeu au sol : quand l'atroupement tombe, il faut arrêter le jeu pour la sécurité des élèves et relancer comme au début du match dans la zone où l'arrêt se produit.</p>	

## **SEANCES 3 et 4**

<b><u>OBJECTIFS</u></b> - Découverte de la dernière règle fondamentale du hors jeu. - Renforcer la notion d'avance.	<b><u>MATERIEL</u></b> 10 ballons 4 jeux de chasubles de couleurs différentes Plots
<b><u>ECHAUFFEMENT</u></b> : 15 Minutes  ❶ Jeu à 7 contre 7 sur un terrain de 15m de large sur 20m de long. <u>Déroulement</u> : Les 2 équipes se font des passes et au coup de sifflet de l'enseignant, chaque équipe se regroupe pour essayer d'aller marquer. Attention, chaque équipe doit se replacer dans son camp sinon les joueurs sont « hors- jeu » (découverte de la passe en arrière). Dans cette séance les joueurs sont dits « hors-jeu » quand ils sont devant le ballon part rapport à la zone de marque (schéma zone hachurée) ou ils doivent aller poser le ballon.  ❷ Sur le même terrain, jeu avec plusieurs ballons. <u>Déroulement</u> : Au coup de sifflet de l'enseignant, un autre ballon est introduit et les joueurs doivent faire l'effort de se replacer pour jouer avec le nouveau ballon. Pour faciliter le remplacement de ses partenaires, il faut rappeler au porteur de balle qu'il doit avancer.	
<b><u>PARTIE CENTRALE</u></b> : 20 Minutes Jeu à 7 contre 7 - Terrain 30m de large sur 40m de long. <u>Déroulement</u> : Jeu dirigé, lancement de jeu par l'enseignant dans un premier temps, puis par les élèves. <b><u>TOURNOI</u></b> 4 équipes de 7 Match de 5 minutes Terrain de 30m de large sur 40m de long balisé tous les 10m Le score s'établit ainsi : Essai = 5 points Le joueur qui garde le ballon au sol = -1 point	
<b><u>PRECISIONS</u></b> : Pendant le match, il faut rappeler aux élèves les différentes règles acquises depuis le début du cycle. Il faut insister sur les fondamentaux du jeu et notamment sur le fait qu'il faut avancer avec ou sans ballon et cela d'une manière individuelle ou collective.	

## **SEANCES 5 et 6**

<b><u>OBJECTIFS</u></b> - Découvrir la possibilité d'utiliser les espaces libres et le partenaire proche. - Faire avancer le partenaire proche quand le porteur du ballon ne va plus pouvoir avancer (relais).	<b><u>MATERIEL</u></b> 10 ballons 4 jeux de chasubles de couleurs différentes Plots
<b><u>ECHAUFFEMENT</u></b> : 20 Minutes <b>❶</b> Par groupe de 7 : jeu de percussion. <u>Déroulement</u> : L'utilisateur part avec le ballon et vient s'appuyer sur les opposants qui restent sur leur ligne (lors des premières séances, cet exercice se fera à vitesse réduite). Une fois le porteur de balle arrivé au bout du terrain, il donne le ballon à un partenaire qui repart dans l'autre sens. Il faut demander lors des rencontres que les élèves soient bas sur leurs appuis et que le porteur de balle protège le ballon en le tenant avec le bras opposé à l'opposant (lors des premières séances, les opposants peuvent se protéger bras croisés sur la poitrine). Suivant le niveau on augmentera la vitesse : « l'appui » sur l'opposant deviendra une percussion. <b>❷</b> Même situation mais il faut faire une passe à un soutien. <u>Déroulement</u> : Les utilisateurs font un aller-retour avant que les suivants ne partent. Dans un premier temps, les défenseurs n'interviennent pas sur le ballon. Ensuite, ils peuvent gêner la passe du porteur de balle quand ils sont au contact. A aucun moment, le porteur de balle ne peut faire la passe sans qu'il y ait contact (attention : il ne faut pas que cela se transforme en 2 contre 1 de jeu de passe ; veiller au positionnement du soutien).	
<b><u>PARTIE CENTRALE</u></b> : 10 Minutes Jeu à 7 contre 7 - Terrain 15m de large sur 40m de long. <u>Règles du jeu</u> : l'enseignant a un deuxième ballon qu'il va mettre en jeu dès qu'un regroupement au sol ou debout se prolonge. Il faut ainsi encourager les élèves à donner assez vite au contact, pour continuer à avancer et donc faire « un relais ». Le relais est l'action d'un porteur de balle qui donne le ballon à un partenaire en soutien qui assurera la continuité du jeu (=passe). Le score s'établit ainsi : 1 relais = 1 point <u>Tournoi</u> : Match de 5 minutes - Les 4 équipes (A, B, C, D) se rencontrent - Terrain de 10 à 15m de large sur 20m de long balisé tous les 5m - Lancement de jeu au milieu du terrain par les élèves. Le score s'établit ainsi : 1 essai = 5 points - 1 relais = 2 points - Un aide compteur de point par équipe.	
<b><u>REMARQUES, PRECISIONS</u></b> : Il faut rappeler aux élèves les règles acquises précédemment : pour jouer, il faut être debout, et chacun dans son camp par rapport au ballon. Il faut encourager les élèves à avancer avec ou sans ballon.	



## **SEANCES 7 et 8**

<b>OBJECTIFS</b> - Apprentissage du plaquage. - Début de l'alternance de regroupements et de jeu déployé.	<b>MATERIEL</b> 10 ballons 4 jeux de chasubles de couleurs différentes Plots
<b><u>ECHAUFFEMENT</u> : 20 Minutes</b> <b>❶</b> Jeu 7 contre 7 <b>Déroulement</b> : Une équipe se fait des passes et l'autre essaie de récupérer le ballon uniquement par interception. Au coup de sifflet de l'enseignant, l'équipe qui a la balle doit la conserver et aller marquer sans se faire de passe. <b>❷</b> Même jeu mais quand le regroupement n'avance plus, il faut que le ballon en sorte avant que l'enseignant ait compté jusqu'à 3, sinon l'équipe qui n'avait pas le ballon à la création du regroupement marque 1 point et récupère le ballon. <b>❸</b> Travail du plaquage par 2 <b>Déroulement</b> : couloirs de 3m x 5m Les enfants sont l'un derrière l'autre. Le plaqueur contourne la coupelle en trotinant lentement. Le porteur de balle démarre lorsque son partenaire revient vers lui. A l'approche du porteur de balle, le plaqueur : <ul style="list-style-type: none"><li>- pose un genou au sol ;</li><li>- entoure la taille avec ses bras ;</li><li>- place sa tête sur la hanche ;</li><li>- pousse sur ses jambes vers l'avant pour l'amener au sol (pas de projection) ;</li><li>- inverser les rôles.</li></ul>	
<b><u>PARTIE CENTRALE</u> : 30 Minutes</b> Jeu à 7 contre 7 Terrain de 20m de large sur 40 de long balisé tous les 10 m. Le score s'établit ainsi : <ul style="list-style-type: none"><li>- 1 essai = 5 points</li><li>- 1 relais = 2 points</li><li>- 1 plaquage = 2 points</li><li>- 1 regroupement qui se prolonge sans sortie du ballon avant que l'enseignant n'ait compté jusqu'à 5 = - 1 point et perte de ballon pour l'équipe à l'origine du regroupement.</li></ul>	
<b><u>REMARQUES, PRECISIONS</u> :</b> Il faut encourager les élèves à avancer, à essayer de s'engager dans le plaquage et s'aider pour la conservation de la balle dans le regroupement. Faire attention à la position de la tête des élèves lors du plaquage (tête sur le côté).	

## **SEANCES 9 et 10**

<b><u>OBJECTIFS</u></b> - Le jeu déployé. - Prise en compte des espaces libres.	<b><u>MATERIEL</u></b> 10 ballons 4 jeux de chasubles de couleurs différentes Plots
<b><u>ECHAUFFEMENT</u></b> : 15 Minutes <b>❶</b> Travail de la passe Par groupe de 7 : 5 utilisateurs, 2 opposants <u>Déroulement</u> : Les utilisateurs se font des passes dans un carré et les 2 opposants essaient de leur prendre la balle. Les opposants récupèrent la balle si elle tombe ou s'ils l'interceptent. <b>❷</b> Même jeu avec une cible : <u>Déroulement</u> : Au coup de sifflet de l'enseignant, les porteurs de balle peuvent aller marquer dans la cible. Cela implique un effort de remplacement pour le non porteur du ballon qui doit se placer derrière son partenaire.	
<b><u>PARTIE CENTRALE</u></b> : 25 Minutes <b>❶</b> Jeu à 7 contre 7 avec cible_ <u>Déroulement</u> : Les utilisateurs occupent la largeur du terrain, les opposants un coté du terrain. Lancement de jeu au milieu du terrain par l'enseignant <b>But</b> : <b>Aller jouer dans les espaces libres par la passe</b> <b>❷</b> Jeu déployé à 7 contre 7 avec 2 deux défenses Un premier groupe de défenseurs jouera avant la ligne, un second après. Jeu à 7 contre 7 Terrain de 20m de large sur 40 de long balisé tous les 10m Le score s'établit ainsi : 1 essai = 5 points 1 relais = 2 points 1 plaquage = 2 points 1 regroupement qui se prolonge sans sortie du ballon avant que l'enseignant n'ai compté jusqu'à 5 = - 1 point et perte de ballon pour l'équipe à l'origine du regroupement.	
<b><u>PRECISIONS</u></b> : Par rapport à nos objectifs de séance, il est important que les défenseurs reste groupée pour permettre aux attaquants de percevoir les espaces libres. Insister auprès des élèves sur le fait que la passe va plus vite que la course car chacun aura tendance à garder le ballon sous le bras au lieu de faire une passe à un partenaire.	