

# ECOLE DE RUGBY



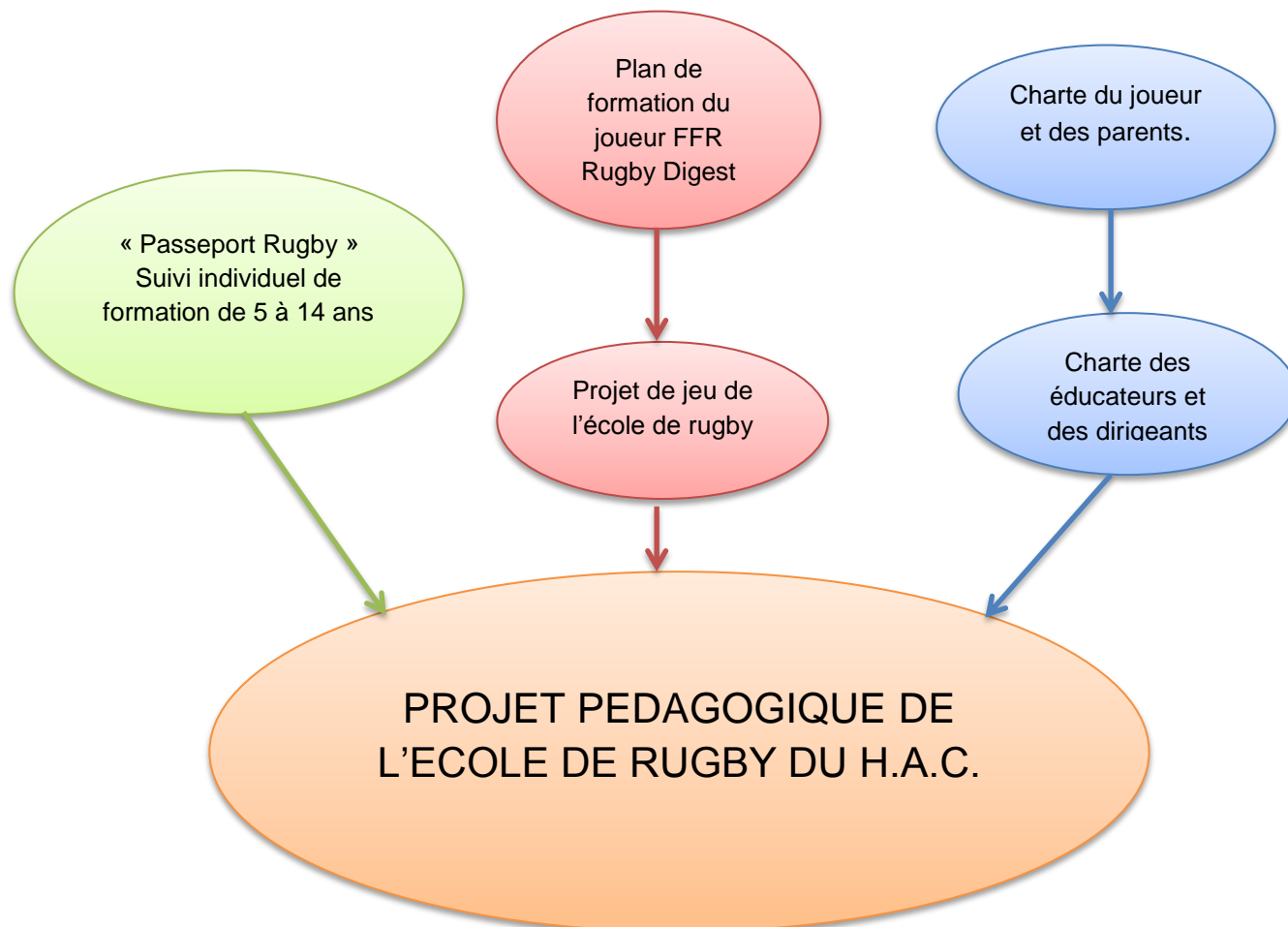
## LE PROJET DE JEU

ARNAUD DARAGNES  
SEPTEMBRE 2011

# AVANT-PROPOS :

ECOLE DE RUGBY=ECOLE DE LA VIE=DES HOMMES DES JOUEURS :

Depuis plusieurs années, les éducateurs de l'école de rugby du Hac, après analyse, tirent des enseignements de leurs expériences et des diverses formations suivies. Cela a pour but de mettre en valeur le mot "ECOLE", et d'améliorer sa qualité, en structurant son projet éducatif et sportif.



**Remarque:** Le référentiel commun définit les axes de la politique de gestion éducative et sportive des enfants de l'école de rugby.

## PRINCIPES ET REGLES APPLIQUES PAR TOUS

Rappel des principes :

- RESPECT est la première des vertus.
- PASSION, la transmettre en cultivant la pratique d'un rugby de qualité.
- PLAISIR apprendre se que l'on doit ressentir
- ENCOURAGER les joueurs et impliquer les moins confirmés.

Le passeport rugby de l'école de rugby du H.A.C. propose en outre un suivi individuel de formation du joueur de 5 à 14 ans afin d'assurer un régulier précis de l'apprentissage dans le temps.

Le dossier qui suit traite du projet de jeu et de formation de l'école de rugby.

## SOMMAIRE :

- INTRODUCTION
- OBJECTIF GLOBAL
- OBJECTIFS TERMINAUX
- OBJECTIF INTERMEDIAIRE par catégorie et saison
- ALGORIGRAMME de l'organisation pédagogique retenue
- POINT DE DEPART des situations d'APPRENTISSAGE des principes et des gestes FONDAMENTAUX.
- POINT DE DEPART des situations liées au développement de la lecture du jeu
- CONCLUSION

## INTRODUCTION :

Ce document est l'observation de plusieurs mois d'échange avec les référents, les éducateurs, le président et les parents. C'est le socle commun d'apprentissage et doit être amélioré en ce sens.

*-CE N'EST QU'UN DEBUT, A NOUS DE LE FAIRE VIVRE-*

## **-OBJECTIF GLOBAL:**

Donner un projet de jeu commun à l'ensemble des acteurs. Projet en relation avec le plan de formation de la Fédération Française de Rugby et le Rugby Digest afin d'avoir une continuité pédagogique dans la formation et la progression technique du joueur et du formateur.

## **-OBJECTIFS TERMINAUX:**

En fin de formation le joueur doit :

- Posséder les principes et les gestes fondamentaux nécessaires (technique individuelle et collective)
- Savoir développer son intelligence tactique du jeu (lecture du jeu) afin de pallier au mieux les différences physiques, de trouver sa place sur le terrain et mettre ses propres qualités au profit du jeu collectif.

Chaque éducateurs, breveté ou non, doit avoir progressé dans l'observation des enfants (croissance, comportement, milieu familial, relationnel avec les parents) dans le langage technique commun, doit être capable d'assurer au pied levé une séance sur toutes les catégories.

## **-OBJECTIFS INTERMEDIAIRES par catégorie et par saison:**

En début et toutes les 6 à 8 semaines le président, les référents, les éducateurs se réunissent pour proposer ensemble 1 à 2 objectifs à atteindre par catégorie.

- Le premier objectif vise en particulier un principe ou un geste fondamental.
- Le second vise le développement de la lecture du jeu en accord avec le principe ou geste fondamental.

Ces objectifs intermédiaires visent évidemment les objectifs terminaux de fin de formation par catégories d'âge qui doivent être en adéquation avec les besoins des catégories cadet et juniors.

A l'entraînement :

Selon un point de vue qualitatif, les éducateurs alternent le travail d'acquisition du geste fondamental ou principe, avec la lecture du jeu en proposant des ateliers propres à chaque objectif intermédiaires prédéfinis tout en s'aidant du plan de formation du joueur de la Fédération Française de Rugby et du Rugby Digest. Pour un meilleur ressenti des finalités les éducateurs de chaque catégorie proposent les ateliers les mieux adaptés en accord avec l'ensemble de l'équipe éducative. Les matchs serviront de test pour valider la bonne appropriation et l'efficacité des techniques apprises. En fonction du niveau d'ensemble de l'équipe ou du joueurs, il conviendra d'aménager ces situations après débat entre les éducateurs pour la session suivantes. Il sera essentiel de constituer une base de données des ateliers qui fonctionnent et éliminer les mauvaises.

# POINT DE DEPART DES SITUATIONS D'APPRENTISSAGE LIEES A L'AQUISITION DES PRINCIPES ET DES GESTES FONDAMENTAUX

Les situations d'apprentissage prioritaires sont :

- L'affectif
- Le plaquage
- L'utilisation du ballon
- La mêlée spontanée (ruck)
- Le Maul

Rappels : Le rugby de qualité passe par la mise en sécurité maximale, il est impératif de tenir compte de ce principe. En rugby la notion principale est d'avancer pour marquer, défendre, conserver ou gagner le ballon.

CATEGORIE	Micro-poussins	Mini-poussins	Poussins	Benjamins	Minimes
Durée entraînement	1h30	2h	2h	2h	2h
Temps global d'entraînement	~1h00	~1h15	~1h30	~1h40	~1h50

# Principes et gestes fondamentaux pour technique individuelle et collective.

## L'AFFECTIF :

Il est impératif de résoudre au plus vite les craintes avec le sol, le ballon, l'adversaire, le partenaire. Le rugby est un sport collectif de combat où le combat est régi par la règle. Le contact se retrouve dans toute les phases de jeu, il est même recherché systématiquement en défense.

-7	-9	-11	-13	-15
XXX	XX	X		

## LE PLAQUAGE :

C'est le geste déterminant pour enrayer l'offensive adverse. Le 1<sup>er</sup> objectif du plaqueur est d'arrêter la progression de l'adversaire pour ensuite récupérer le ballon individuellement ou collectivement. Seule la mise au sol permet d'arrêter le mouvement. Le blocage n'est pas suffisant et ne doit pas dans les esprits se substituer au plaquage. Il en va de même de l'intervention direct sur le ballon lorsque le porteur est debout. Ce geste technique comprend le plaquage de face, de côté, par l'arrière. Priorité au plaquage offensif et non au plaquage subi

-7	-9	-11	-13	-15
XX	XX	XXX		

## L'UTILISATION DU BALLON :

**Le maniement du ballon** pour dans un premier temps pour dans un premier temps développer l'adresse la psychomotricité sans oublier les aspects stratégiques collectifs.

-7	-9	-11	-13	-15
XXX	XX	X		

**La passe à la main** doit requérir une attention toute particulière. Il convient d'évoquer tous les types de passes (courte, longue, lobée, passe à l'arrêt, passe en course, flottante, vissée, avant contact, après contact, passe des deux côtés, passe volleyée, passe à une main, réception à une main)

-7	-9	-11	-13	-15
	XX	XX	XXX	XXX

**La passe au pied**, des deux pieds le plus tôt possible, coup de pied rasant ou lobé.

-7	-9	-11	-13	-15
X	XX	XX	XXX	XXX

### **LA MELEE SPONTANEE (RUCK) :**

Rappel : Le jeu debout est une priorité ! la priorité doit être donnée à l'avancée directe du ballon mais l'adversaire est là pour que le ballon passe par le sol.

**Mise en garde : Toutes les phases de poussée doivent faire l'objet d'une attention particulière afin que la sécurité soit optimale !!!**

*L'enjambement* doit se faire face à l'adversaire au-dessus du joueur au sol, jambes fléchies et ancré à celui-ci.

-7	-9	-11	-13	-15
X	XX	XX	XXX	XXX

*Le déblaiement* consiste à repousser l'adversaire. Le but est d'enlever les mains de l'adversaire et de passer sous sa poitrine en poussant de bas en haut.

### **LE GROUPE PENETRANT (MAUL) :**

L'organisation basique est :

Le porteur bloqué se tourne vers son camp

Le premier soutien arrache le ballon et pousse dans l'axe du bloqué.

Le second étaye et pousse.

Le troisième étaye de l'autre côté et pousse.

Les trois ont la posture 1<sup>ère</sup> ligne.

Les trois autres retrouvent la posture seconde ligne et huit.

-7	-9	-11	-13	-15
	X	XX	XXX	XXX

**APPRENDRE C'EST REPETER MAIS REPETER C'EST AUSSI APPRENDRE**

# POINTS DE DEPART DES SITUATIONS D'APPRENTISSAGE LIEES AU DEVELOPEMENT DE LA LECTURE DU JEU

Un bon joueur est un joueur qui évolue tête haute. Cette attitude est nécessaire pour avoir une vision globale de l'aire de jeu. Elle lui permet d'adapter sa manière de jouer en fonction des forces et faiblesses en présence. Un bon joueur doit se poser des questions liées au principe d'utilité (je sers à quoi, à qui, pourquoi ?)

## 1) PHASE OFFENSIVE

Les repères sont la position sur le terrain par rapport au ballon, au nombre d'adversaire, au nombre de partenaires et enfin à la situation de jeu. D'où l'intérêt de savoir « COMPTER » et « SE SITUER » sur le terrain. Le jeu part d'une situation d'ordre (touche, mêlée, coup d'envoi) pour évoluer vers une situation de désordre ou de déséquilibre. A partir de ce constat, le joueur établit le rapport de force, étant soit en équilibre soit en déséquilibre favorable ou défavorable. Il apprend à lire les intentions de ses partenaires et de ses adversaires. C'est évidemment au joueur que reviennent les tâches d'analyses et des gestions des situations.

C'est à ce stade qu'interviennent 3 formes de jeux :

- Le jeu pénétrant
- Le jeu déployé
- Le jeu au pied

En fin d'Ecole de rugby, tout joueur doit être capable, seul, de prendre la bonne décision de jeu. On appelle cela l'INTELLIGENCE SITUATIONNELLE. Lors de cette phase offensive, 2 rôles doivent être particulièrement abordés pour former **la cellule** ou **le losange d'attaque** ou **le bloc défensif**. Le joueur porteur de ballon est responsable du ballon. La circulation du porteur doit donner des indices pour le positionnement des soutiens. Le joueur soutien est responsable du porteur : **DERNIER PASSEUR=PREMIER SOUTIEN** Il existe 3 types de soutien, intérieur extérieur, axial.

## 2) PHASE DEFENSIVE

Les principes défensifs sont : 1<sup>er</sup>, 2<sup>ème</sup> 3<sup>ème</sup> rideau ; montées défensives (pression) montées défensives sur jeu au pied (-15).

En défense, chacun doit avoir en tête qu'être franchissable à 1 contre 1 revient à gagner ses duels. Le défenseur doit toujours à chercher à AVANCER. La pression défensive collective organisée est gage de réussite pour faire avorter l'attaque adverse et récupérer le ballon. Les éducateurs doivent insister à développer des techniques pédagogiques pour sensibiliser le joueur sur ce dernier point, à l'amener à défendre spontanément en ce sens. Il y a aussi le cadrage défensif. Il permet de faire comprendre la notion de cible et oriente le joueur par rapport au terrain afin d'inverser le rapport de force.



# CONCLUSION

La sécurité du joueur est la première composante à prendre en considération. L'éducateur sera attentif aux temps de jeu, à la vitesse, aux contacts, aux postures le but étant de former « un joueur intelligent ». Dès son plus jeune âge, il choisit lui-même ses orientations sur le terrain. L'éducateur ne doit pas « téléguider » le joueur et doit admettre le droit à l'erreur. Cette erreur doit être utilisée comme matrice dans le processus de formation et d'apprentissage. Elle favorise la réflexion personnelle du joueur afin de l'aider à se corriger. Le joueur qui se livre fera plus d'erreur qu'un joueur qui se cache, le premier apprendra plus que le second. Lors des rencontres qui servent de validation des acquis le joueur doit être mis devant ses responsabilités. L'éducateur lui fait évidemment preuve de tolérance et n'oublie pas la notion de plaisir.

Chaque entraînement doit comprendre une partie individuelle, une partie technique collective et enfin une partie commentaire sur la séance. Les éducateurs proposent des situations plutôt avec opposition, tant sur le plan offensif que défensif. Des conditions réelles, avec pression, obligent à une implication maximale. L'apprentissage à vide est une phase qu'il faut raccourcir au maximum. Le jeu debout doit être préconisé ainsi que le mot d'ordre avancer. Jouer debout doit être le fil conducteur de la formation. Le jeu au sol est un incident de jeu (ralentissement) même s'il peut être recherché pour des raisons stratégiques ou provoqué par l'adversaire.

## FAIRE VIVRE LE BALLON-AVANCER-JOUER DEBOUT-LIRE LE JEU-ASSURER LA CONTINUITÉ DU MOUVEMENT

Autant de grands principes qui doivent être adaptés à chaque âge. L'intelligence de jeu vient aussi de la connaissance des règles et de la façon de s'en servir. En conséquence l'éducateur veillera à ce que le joueur connaisse parfaitement les règles du Rugby Digest.

Quelques rappels de principes pédagogiques simples.

- Ne pas donner la solution aux joueurs avant l'exercice.
- Valoriser les joueurs faibles. Il faut encourager le plus possible et mettre en valeur ce qui est réussi mais sans démagogie en disant bien alors que cela ne l'est pas.
- Faire jouer au maximum.
- Être rigoureux dans le travail des situations d'apprentissage proposés ;
- Se fixer au maximum 2 à 3 objectifs intermédiaires

Il est difficile de conclure sans parler du mot « **jeu** » de projet de jeu, synonyme de « **plaisir** ». Cela passe par le travail, la discipline et le « **respect** » d'autrui. En tant qu'éducateur, notre ambition est de former des « **joueurs de rugby** » mais également « **des hommes** » dont nous pourrions être fiers.

Arnaud DARRAGNES

# OBJECTIF DE TRAVAIL PAR CATEGORIE

## INTRODUCTION : Le RUGBY « sport COLLECTIF de COMBAT »

Nous allons donc parler d'un sport COLLECTIF :

- où le travail de chacun est utile au groupe :
- où l'individu prend de l'importance grâce au groupe et non l'inverse.

En d'autres termes :

- où le collectif est la résultante des différentes individualités qui doivent se mettre au service de celui-ci et non l'inverse.

La notion de **COMBAT** induit, quant à elle , un engagement minimum du joueur et l'envie personnelle de vouloir le pratiquer.

Tous les objectifs énumérés ci-après découleront automatiquement de ces 2 valeurs.

L'idée de base est de former des joueurs « intelligents » capable :

- de **JOUER DEBOUT**
- de **LIRE LE JEU** en fonction du positionnement des adversaires et des coéquipiers ;
- de posséder une **CONNAISSANCE PARFAITE** de la règle

L'apprentissage de cette règle fait partie intégrante de la formation du joueur. L'éducateur doit, sans cesse, faire référence à cette règle (RUGBY DIGEST) et ses évolutions.

Cet éducateur se doit d'adopter une attitude pédagogique :

- en expliquant les objectifs de sa séance ;
- en valorisant l'apprenant par un discours positif ;
- en régulant les actions des pratiquants

Les consignes seront claires et précises. Elles seront adaptables de façon à modifier le comportement des joueurs vers le but à atteindre.

Concernant **LA TECHNIQUE INDIVIDUELLE**, il semble intéressant, pour ne pas connaître de blocage durant la formation, que les joueurs acquièrent le geste avant d'avoir à l'utiliser. En ce sens, le travail de la technique individuelle pure devra être associé à une mise en situation dans laquelle la mise en pratique sera recherchée.

## CATEGORIE -7 ANS (Pépinières)

### OBJECTIF FEDERAL : *Plaisir de la découverte de la pratique.*

L'apprentissage ordonné du joueur commence dès cette catégorie. Plus le joueur est jeune, meilleur sera sa capacité d'apprentissage. Deux objectifs simples et primordiaux : AVANCER ET MARQUER.

L'éducateur, tout comme l'enfant dans les catégories suivantes, s'adapte à son groupe et propose (ou compose) en fonction des possibilités des enfants. Il n'a aucune limite haute. Un regard particulier sera porté sur la motricité et la découverte du corps. Dès le plus jeune âge, la sécurité du joueur doit toujours être la base de travail.

## CATEGORIE -9 ANS (Mini Poussins)

### OBJECTIF FEDERAL : *Résolution des problèmes affectifs liés à l'affrontement.*

Cette catégorie marque le début de l'apprentissage de la collaboration et de l'organisation. Le jeu de l'enfant passe du stade de la grappe vers un jeu élaboré ressemblant souvent à un jeu déployé court. Exemple : je prends le ballon dans le regroupement et je m'en vais seul créer un point de fixation... etc. L'essentiel du travail doit s'effectuer en rapport avec ce constat. La libération de la balle sans passage par le sol doit être privilégiée. Cependant un travail sur libération au sol (très nombreuses dans ces tranches d'âge) ne peut pas être écarté.

En résumé :

- \_organisation de la grappe
- \_organisation de la poussée
- \_rôle des soutiens aux porteurs (dernier passeur = premier soutien)
- \_Sortie rapide de la balle à l'arrière de la zone de blocage
- \_quand le jeu le nécessite, travail de passe courte.

Au niveau du jeu défensif, l'accent doit être mis sur le plaquage (attitude, positionnement du corps = SECURITE). Les situations de référence sont le 1c1 et le 1+1c1.

Pour finir, une résolution rapide des problèmes d'affectif permettra d'accélérer le processus d'apprentissage.

## CATEGORIE -11 ANS (Poussins)

### OBJECTIF FEDERAL : *Exploitation des situations de déséquilibre.*

Dans cette catégorie, le jeu s'étoffe. Il passe d'un jeu court vers un jeu beaucoup plus déployé où le joueur va rechercher le contournement de la défense. Pour mémoire, même si le jeu pratiqué actuellement semble l'oublié quelquefois, l'évitement est un très bon moyen de franchir une défense. Le joueur doit être sensibilisé sur le fait qu'il joue un rôle en fonction de son positionnement sur le terrain et non pas de l'idée qu'il se fait sur sa façon de jouer. Exemple : j'aime jouer à l'arrière donc les zones de combat ne m'intéressent pas ! La notion ne doit pas être employée, la circulation des joueurs peut être abordée. De par ses lancements de jeu, dans le mouvement général et en collectif total, l'éducateur créera lui-même les déséquilibres. Afin de pouvoir exploiter ces situations, le joueur devra évoluer tête haute (culture du sens de l'observation).

Travail spécifique :

- \_sur maul (toujours jouer debout) et ruck (rôle de chacun, attitude)
- \_du 1c1, du 1+1c1 vers du 2c1
- \_de la passe (de plus en plus longue et des deux côtés)
- \_du jeu au pied (pour les deux pieds)
- \_de technique collective (recherche du déséquilibre, utilisation maximale de l'espace, ligne de défense).

## CATEGORIE -13 ANS (Benjamins)

**OBJECTIF FEDERAL : *Créer et exploiter des situations de déséquilibre individuellement et collectivement.***

Les notions d'espace et de vitesse deviennent importantes. Le terrain s'est fortement agrandi. Ce nouvel espace de jeu permet l'introduction des 3 formes de jeu d'où l'intérêt dès les avoir abordées dans les catégories inférieures. Le joueur doit faire appel à sa lecture de jeu pour lui permettre de prendre la bonne décision et d'anticiper tant en attaque qu'en défense. La communication devient indispensable. Le travail sur la circulation des joueurs doit être renforcé (positionnement en fonction du porteur de balle et de l'adversaire)

Travail spécifique :                    \_ positionnement sur le terrain (couverture défensive, deuxième rideau)  
  \_ amélioration des formes de jeu (jeu déployé, jeu groupé, jeu au pied)  
  \_ renforcement du jeu au pied (court, long, rasant, lobé, etc...)

L'introduction d'une phase statique (mêlée) implique un travail individuel sur la posture des joueurs (sécurité) et un travail collectif (liaison, positionnement offensif et/ou défensif).

## CATEGORIE -15 ANS (Minimes)

**OBJECTIF FEDERAL : *Créer, exploiter et conserver des situations de déséquilibre sur les différentes phases de jeu.***

S'agissant de la dernière catégorie avant le passage vers le jeu à XV, cette catégorie doit servir à consolider et à perfectionner toutes les notions travaillées en amont. Dans le jeu « moderne », la fonction de rôle est plus importante que la notion de poste. Cependant, avec les phases de jeu telles que la touche et la mêlée, il semble difficile de travailler sans parler de poste. L'idéal serait de tout faire travailler aux joueurs. Les aptitudes à un poste à l'âge de 14 ans seront-elles les mêmes à 20 ans ? L'objectif fédéral nous emmène logiquement vers une approche stratégique du jeu.

Travail spécifique :                    \_ alternance des formes, travail sur les choix de jeu et donc lecture, on passe d'une amélioration des formes en -13 ans à l'alternance en -15 ans.  
  \_ Les phases statiques que sont la mêlée et la touche ;  
  \_ positionnement des joueurs sur le terrain (offensif et défensif) sur les coups d'envoi et de renvoi.  
  \_ notions de jeu au poste

## CONCLUSION

Pour conclure, cette organisation de l'apprentissage nécessite une vérification des acquis en fin de catégorie dans le but de permettre un apprentissage graduel (genèse de jeu) et une continuité de formation. Les phases d'apprentissage, non seulement se succèdent mais également s'ajoutent. Exemple Le plaquage ne se travaillent qu'en -9ans. L'efficacité d'un tel travail passe également par une méthode et un langage commun à tous les éducateurs. Pour finir, sur le plan général, les éducateurs devront tous avoir à l'idée que le but premier est de former des « **ATHLETES** » spécialisés dans le rugby. Cela implique que le joueur doit savoir **COURIR, SAUTER, TOMBER, DONNER, et ATTRAPER** un ballon. Par manque de temps, ces Educateurs devront se servir de la préparation physique générale dispensée à l'école ou donneront les conseils nécessaires afin que le joueur puisse se préparer ou s'entretenir individuellement (à un âge où cela est possible sans danger). L'idée est de former l'enfant avant tout afin qu'il soit apte sur un plan moteur à répondre aux exigences du jeu.

# LEXIQUE

**Mouvement général de jeu** : caractérisé par le mouvement des joueurs et le mouvement du ballon, il met en œuvre l'intelligence de la circulation des joueurs et l'application de leur acquis technique.

**Phase de fixation** : arrêt momentané de mouvement du ballon sans arrêt de jeu.

**Phase statique** : arrêt de mouvement du ballon par arrêt de jeu.

**Forme de jeu** : Les formes de jeu sont déterminées par le placement, le déplacement des joueurs et la pression qui en résulte. Jeu groupé, jeu déployé, jeu au pied.

**Transformation de jeu** : Passage d'une forme de jeu à une autre, directe (sans regroupement) ou indirecte (avec regroupement).

**Premier temps de jeu** : caractérisé par un équilibre numérique et positionnel. Il induit des formes de jeu décidées a priori : les lancements de jeu.

**Deuxième temps de jeu** : Caractérisé par une situation de déséquilibre numérique et positionnel momentané.

**Relance** : actions après regroupement.

**Contre-attaque** : changement soudain de statut d'opposant à celui d'utilisateur.

**Principe fondamentaux du jeu** : principes des actions qui sont avancer, exercer une pression, soutenir, assurer la continuité du jeu.

**Règles fondamentales** : elles découlent des principes fondamentaux et sont la marque, l'en-avant, le hors-jeu, les droits du joueur et le jeu au sol.

**Référentiel commun** : c'est, pour tous les joueurs d'une même équipe et selon une différence ou une ligne directrice commune, la capacité individuelle qui leur permet d'analyser, de répondre aux différentes situations de jeu en ajustant constamment leur réponse.

**Pression** : c'est la mise en place d'actions coordonnées offensives ou défensives, dans le but de déstabiliser le système de jeu adverse.

**Ligne d'avantage (phases statiques et regroupements)** : ligne fictive qui partage momentanément le collectif en « 2 camps » numériquement identiques. Elle est parallèle à la ligne d'en-but et passe par la ligne de remise en jeu sur phases statiques.

**Stratégie** : elle regroupe les diverses actions envisagées avant l'action elle-même.

**Tactique** : elle caractérise toute l'adaptation durant l'action.

**Polyvalence** : capacité à choisir et agir dans toutes les situations de jeu en mouvement.

**Suppléance** : Capacité de tout joueur, dans le mouvement général de jeu de remplacer un partenaire dans toutes les situations.

**Technique** : Outils dont dispose le joueur pour réaliser ses choix tactiques ou stratégiques.