

15 séances d'initiation au Rugby

Circonscription d'Aire sur la Lys

Conception : Jean-Marie Danel, Olivier Bultel, Patrick Pierron. - Février 2006 -

Notre intention : « *Nous avons cherché à mettre à la disposition des professeurs d'école néophytes dans cette discipline sportive, des propositions d'activités les plus concrètes possible, une proposition de progression souple qui s'appuiera sur leur propre évaluation des progrès des enfants. Notre ambition est de montrer que ce sport collectif est très accessible, même « quand on n'y connaît rien » qu'il nécessite peu de moyen, mais qu'il représente de nombreux intérêts pédagogiques.* »

Patrick Pierron, CPC, Aire sur la Lys

Intérêts pédagogiques, lien avec les Programmes 2002.

Les compétences visées	Intérêts de l'activité « Rugby »
Mieux connaître son corps, le respecter	- Le rugby est une activité qui engage le contact, le toucher, le pousser. - Maîtriser le ballon, accepter le contact avec le sol
L'éducation physique participe à l'éducation à la santé et à la sécurité. Elle permet aussi, tout en répondant au besoin de bouger et au plaisir d'agir, de donner aux élèves le sens de l'effort et de la persévérance.	La notion d' opposition raisonnée est importante en rugby : il s'agit de préserver sa propre intégrité physique et celle de l'adversaire.
L'éducation physique et sportive contribue de façon fondamentale à la formation du citoyen, en éduquant à la responsabilité et à l'autonomie.. Elle permet de jouer avec la notion de règles et d'accéder ainsi aux valeurs sociales et morales.	Coopérer en s'opposant : tout en valorisant les différences intra individuelles (taille, poids), la réussite passe par la capacité du groupe à s'organiser pour faire avancer le ballon. Le jeu incite donc à vaincre l'égoïsme et à développer un projet collectif. Il est donc important d'insister sur la notion de progrès de chacun et sur l'aspect collectif du résultat. Ceci pose bien sûr les problèmes du rôle de la compétition et de son approche éducative.

Des règles de jeu simples.

Doc 1

Les règles proposées aux débutant sont simplifiées.
(exemple : pas de mêlée, rester souple sur la règle de l'en-avant.)

Un ballon : c'est l'objet convoité par les 2 équipes. L'équipe en possession du ballon cherche à atteindre la zone d'essai adverse.

Un objectif : poser le ballon dans la zone d'essai adverse pour marquer des points.
Défendre sa zone d'essai pour empêcher l'adversaire de marquer.

Des droits et des devoirs :

- **d'action sur le ballon** : transporter, ramasser, attraper, poser, lancer, à la main.
- **d'action sur les autres** : on ne peut plaquer que l'adversaire porteur du ballon, en le ceinturant à la taille ou aux jambes. On n'a pas le droit de s'opposer avec brutalité (croche-pied, placage à la tête ou au cou, prise aux épaules, coups, bousculade violente...). Les vêtements ne doivent pas être tenus.
- **de circulation du ballon** : interdiction d'envoyer le ballon à un partenaire placé devant soi. Le porteur du ballon plaqué et tenu au sol doit lâcher le ballon immédiatement et ne pas gêner sa récupération par d'autres joueurs.

Les remises en jeu s'effectuent de la manière suivante :

- **au centre du terrain**, en début de match, au début d'une mi-temps ou après un essai.
- **A l'endroit de la faute**, après la faute d'un adversaire.
- **A 5 mètres de la ligne de touche**, après une sortie de balle en touche
- **A 5 mètres de la ligne de but**, après une sortie de balle de l'en-but.

On pose la balle au sol à l'endroit indiqué par l'arbitre.

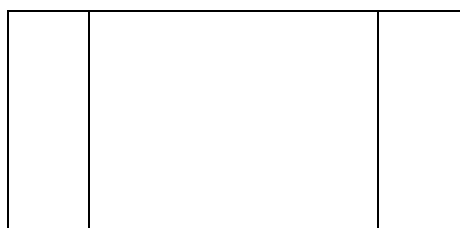
On la ramasse.

On la touche au pied.

Puis on court avec et on la passe.

Organisation :

- Des équipes de 6 à 10 joueurs identifiés (maillots ou chasubles)
- 2 équipes jouent, une autre observe
- arbitrage enseignant, puis enfant sous contrôle de l'enseignant.



Aménagement :

terrain de 10 à 15 m x 20 à 30 m matérialisé par des repères de couleur.

Temps de match : 8 à 10 minutes : les phases de jeu sont très intenses. Elles nécessitent des temps de repos fréquents. On profitera de ces temps pour créer des moments de parole

autour des règles ou de remédiation.

Règlement « Ballon ovale » : principe d'arbitrage
(extrait document Usep/Ffr)

	Où	Comment
Engagement début de partie	Au centre du terrain	Ballon présenté par l'arbitre à l'équipe qui engage Les adversaires se trouvent à 5 mètres.
Engagement après essai	Au centre du terrain par l'équipe qui a concédé l'essai	
En avant volontaire ou ballon injouable	A l'endroit de la faute (5 mètres de toute ligne)	
Pénalité	A l'endroit de la faute (5 mètres de toute ligne)	
Sortie en touche	A l'endroit de la sortie (5 mètres de toute ligne)	
Sortie en ballon mort, faute dans l'en-but et à moins de 5 mètres de la ligne de but	A 5 mètres de la ligne de but en face de la faute (5 mètres de la touche)	

Nous proposons de structurer cette unité d'apprentissage de 15 séances de la manière suivante :

A) une phase de familiarisation (4 à 5 séances), les situations proposées concernent :

- la découverte du plaisir de se « confronter » à l'autre dans un jeu de contact ;
- le déplacement et la manipulation du ballon ;
- l'acceptation du contact avec le sol.

B) une phase de découverte de l'activité proprement dite dans laquelle la situation de référence est proposée (**2 à 3 séances**). Les règles du jeu sont posées progressivement.

C) une phase de structuration des apprentissages (7 à 9 séances), phase dans laquelle on va chercher des solutions aux problèmes donnés.

Un temps de réinvestissement vous sera proposé sous forme de rencontre entre classes (rencontre dans le temps scolaire, et hors temps scolaire avec l'Usep de circonscription).

Pour chacune de ces phases, nous vous proposons différentes activités dans lesquelles vous pourrez y puiser des mises en situation variées.

Remarque : le nombre de séances par phase est modulable.

A) Phase de familiarisation (4 à 5 séances)

Chaque séance se découpe en 3 temps bien distincts :

- I - Déplacement et manipulation de ballon
- II - Jeux pour accepter le contact avec l'autre et avec le sol
- III - Introduction d'une situation de jeu collectif

- I - Déplacements et manipulations du ballon (20 minutes par séance)

Espace : terrain délimité (10 x 20) volontairement « serré ». Le terrain peut être délimité par des couleurs de plots différentes.

Matériel : Ballons de rugby (5 à 10).

Prévoir une tenue adéquate (on se salit forcément), pas de boucles d'oreille, de lunettes, attacher les cheveux.

Se déplacer sans ballon

- courir dans un espace délimité
- occuper l'espace
- s'éviter, se déplacer en avant, en arrière, sur le côté

Se déplacer avec ballon (1 ballon pour 2 enfants)

- se déplacer et faire des passes à celui qui n'a pas de ballon ;
- lancer le ballon en l'air, le rattraper ;
- lancer le ballon en l'air, un autre doit le rattraper ;
- au signal, poser le ballon, un autre doit le ramasser ;
- courir, pas chassés, en arrière, se passer le ballon.

- II - Jeux pour accepter un contact avec l'autre et avec le sol (20 minutes par séance)

La tortue et l'œuf (par 2)

- La tortue est à 4 pattes sur son œuf, elle le protège. Le partenaire doit retourner la tortue pour le lui prendre.
- On inverse les rôles
- Moment repos/parole pour échanger sur les gestes efficaces de défense et de prise.

L'ours et son pot de miel (par 2)

Autre situation : l'ours est sur le dos, ballon tenu dans les bras. A genou le partenaire essaie d'arracher le ballon. Variable : même situation mais debout.

La brebis et le loup (par petits groupes)

Une ronde de 4 à 6 joueurs dont une brebis (foulard) est chassée par un loup en liberté. Le but étant pour la ronde de protéger sa brebis. Variable : faire une chaîne, la brebis est au bout de la chaîne.

Les anneaux du serpent Par équipe de 5/6 joueurs

Une équipe forme une chaîne ou une ronde fermée, l'autre équipe doit désouder les anneaux.

Le Sumo en ligne (par 2)

Pousser son adversaire au-delà d'une zone donnée (variation : débout, puis à genou).

Les tracteurs (par 2)

Dans des couloirs délimités, par deux, le but pour le tracteur est d'avancer tout droit en marchant pour traverser le couloir. Pour l'adversaire, c'est de tenir le tracteur pour l'empêcher d'avancer.

- III - Introduction d'une situation de jeu collectif (20 minutes par séance)

- Au signal, les non porteurs de ballon doivent chasser les porteurs en dehors des limites du terrain ;
- Variables à introduire au cours des séances ultérieures : faire sortir le ballon d'un côté ou de l'autre du terrain.

A chaque jeu proposé faire des poses fréquentes des moments de parole : comment être plus efficace ? Pour les chasseurs : se mettre à plusieurs, isoler les porteurs... Pour les porteurs se regrouper, se déplacer vite, éviter... discuter des gestes à risque, instauration des premières règles : ne pas tirer les vêtements, pousser avec le corps, pas de bras en avant, etc.

B) Phase de découverte de l'activité (5 à 6 séances).

La situation de référence est proposée Les règles du jeu sont posées progressivement.

Espace : terrain délimité (10 x 20) volontairement « serré ».

Matériel : Ballons de rugby (5 à 10).

- I - Déplacements et manipulations du ballon (20 minutes par séance)

Pour cette phase on ira puiser des situations dans les séances proposées lors de la séance de familiarisation.

Espace : terrain délimité (10 x 20) volontairement « serré ».

Matériel : Ballons de rugby (5 à 10).

- II - Jeux pour accepter un contact avec l'autre et avec le sol (20 minutes par séance)

- Reprise des situations de jeu de la première séance
- Reprise du jeu : « **les tracteurs** »

Dispositif : couloirs de 2 ou 3 m de large matérialisés par des plots.

Objectif : l'objectif va évoluer par rapport à la séance précédente : au lieu de retenir, il faut faire tomber le tracteur. Il s'agit donc d'accepter la chute et d'apprendre à bien tomber ou faire tomber

Apprendre à ceinturer le tracteur, lui bloquer les jambes.

- d'autres jeux possibles : **le béret rugby** (le béret est le ballon de rugby)

- III - Introduction de la situation de référence : le match (20 minutes)

A partir d'ici, deux possibilités vous sont proposées. Car nous n'avons pas voulu trancher entre deux approches différentes :

- a) soit vous placez d'emblée en situation de match les élèves et faites verbaliser les élèves sur leur vécu pour pouvoir construire les règles. Les règles étant ensuite reprises dans une phase d'exercices plus structuraux ;
- b) soit, vous travaillez certaines situations de base telles : la passe en arrière, le placage, le tenu du ballon et le travail de soutien...pour terminer par un match.

a) La situation de match

Objectif : construction des règles

Situation de départ : sur le terrain (10 x 20) deux équipes (2 x 6 ou 10 équipiers) sont l'une en face de l'autre (assez proche pour éviter des chocs). La 3^{ème} équipe observe.

Dispositif : Le maître a sous le bras un ballon de rechange pour éviter les temps morts.

10 minutes de jeu.

Le jeu peut s'engager lorsque le maître donne le ballon à un enfant.

Arrêts très fréquents pour faire émerger les observables et construire les règles :

- c) l'avancée collective (force du groupe compact)-
- d) les partenaires se déplacent derrière le porteur du ballon.
- e) comprendre et appliquer la règle du hors-jeu
- f) s'organiser en fonction d'une densité d'adversaire
- g) libérer les espaces
- h) construction des règles, voir Doc 1.

C) Phase de structuration des apprentissages

(5 séances) Phase dans laquelle on va chercher des solutions aux problèmes donnés.

- I - Echauffement (20 minutes)

Prendre des situations précédentes : manipulation de ballon et déplacements, jeux de contact.

- II - Structuration des apprentissages (20 minutes)

Plusieurs actions doivent être répétées pour être maîtrisées.

Les situations de base :

- a) **Apprentissage de la passe en retrait et déplacement avec ballon.** Sur une ligne oblique, par vagues successives de 4, se passer le ballon en courant sur 25 à 30 mètres pour aller marquer derrière une ligne (c'est le dernier arrivé qui pose le ballon par terre dans la zone donnée).
- b) **L'opposition.** Même dispositif que précédemment mais avec opposition. Aller marquer malgré une opposition (1 contre 4, puis 2 contre 4...) apprendre à immobiliser. (insister sur « immobilisé = lâcher le ballon »)



+ 1
+ 2

- c) **La conservation du ballon :** jeu par deux (un attaquant et un défenseur).

Debout, le défenseur garde le ballon le plus longtemps possible.

L'attaquant essaie de faire tomber le défenseur

Quand le défenseur tombe, il doit lâcher le ballon

On inverse les rôles.

- c) **Vers le plaquage.** Progression dans les exercices :
- a) accroupi, se pousser, se tirer et se faire tomber,
 - b) debout statique, prendre les jambes et faire tomber
 - c) idem en marchant,
 - e) idem en trotinant,
 - f) idem en courant
 - g) sans résistance, accepter la chute.
 - h) avec résistance : avec une intention de marquer, l'attaquant a donc le droit d'éviter le défenseur.

- III - Situation de jeu (20 minutes)

A ce moment de l'apprentissage, les situations de jeu permettent à l'enseignant d'évaluer le niveau d'acquisition des règles pour le cas échéant proposer des exercices d'apprentissage plus structurés lors des séances suivantes.

Vous pourrez trouver d'autres propositions d'exercices sur le document « *Vers le rugby* » proposé par les Conseillers pédagogiques du Pas-de-Calais sur le Site de l'Inspection Académique.