

PLANIFICATION ANNUELLE DES OBJECTIFS DE TRAVAIL DE L'ÉCOLE DE RUGBY

MOINS DE 7 ANS ET MOINS DE 9 ANS

PERIODE	OBJECTIFS DE TRAVAIL
Septembre vacances de la toussaint	® Résoudre les problèmes affectifs avec le sol et l'adversaire
Vacances de la toussaint aux vacances de Noel	® Jeux de lutte, placage ® Règles fondamentales ® Principes fondamentaux : avancer/s'opposer
vacances de Noel aux vacances de Février	® 1contre1 ® Parcours moteurs+manipulations de balles
Vacances de Février aux vacances de Pâques	® Règles fondamentales ® Principes fondamentaux : avancer/s'opposer ® Approche de R 1 défensif
Vacances de Pâques aux grandes vacances (périodes de tournois)	® 1contre1 ® Parcours moteurs+manipulations de balles ® Règles fondamentales ® Principes fondamentaux : avancer/s'opposer ® Approche de R 1 défensif ® Rappel des objectifs précédents

**PLANIFICATION ANNUELLE DES OBJECTIFS DE TRAVAIL
DE L'ECOLE DE RUGBY**

MOINS DE 11ANS :

PERIODE	OBJECTIFS DE TRAVAIL
De septembre aux vacances de la Toussaint	<ul style="list-style-type: none"> ® Résoudre les problèmes avec le sol et l'adversaire ® Jeu de mouvement : accent sur le rôle des opposants → placages → mise en place de R1
De vacances de la Toussaint aux vacances De Noël	<ul style="list-style-type: none"> ® Jeu de mouvement : accent sur le rôle des utilisateurs → 1+1 contre 1+1 : rôle du porteur et du soutien ® Parcours moteurs+manipulations de balle
De vacances de Noël aux vacances de février	<ul style="list-style-type: none"> ® Phase de fixation : rôle des utilisateurs et des opposants → Maul → approche de la mêlée spontanée ® Parcours moteurs+manipulations de balle
De vacances de Février aux vacances de Pâques	<ul style="list-style-type: none"> ® Jeu de mouvement : utilisateurs → 1+1 contre 1+1 et 2 contre 1 ® Parcours moteurs+manipulations de balle ® Jeu de mouvement : opposants → placages → Rappel de mise en place de R1
De Vacances de Pâques aux grandes vacances (périodes de tournois)	<ul style="list-style-type: none"> ® Jeu de mouvement : utilisateurs et opposants → Jeu au pied → 2 contre 1, voir 2 contre 1+1 ® Parcours moteurs+manipulations de balle ® Rappel des objectifs précédents

PLANIFICATION ANNUELLE DES OBJECTIFS DE TRAVAIL DE L'ECOLE DE RUGBY

MOINS DE 15ANS :

PERIODE	OBJECTIFS DE TRAVAIL
De septembre aux vacances de la Toussaint	<ul style="list-style-type: none"> ®Jeu de mouvement : accent sur le rôle des opposants →placages →mise en place de R1 ET R2 et R3 ®Phases de conquête : touches mêlée ®lancements de jeu : utilisateurs ®Parcours moteurs+manipulations de balle
De vacances de la Toussaint aux vacances De Noël	<ul style="list-style-type: none"> ®Jeu de mouvement : accent sur le rôle des utilisateurs →Jeu pénétrant : rôle du porteur et du soutien →JEU au pied ®Parcours moteurs+manipulations de balle
De vacances de Noël aux vacances de février	<ul style="list-style-type: none"> ®Jeu de fixation: rôle des utilisateurs et des opposants →Maul +Mêlée spontanée ®Jeu de mouvement : utilisateurs →Rappel sur le jeu pénétrant ® Parcours moteurs+manipulations de balle
De vacances de Février aux vacances de Pâques	<ul style="list-style-type: none"> ®Jeu de mouvement : utilisateurs →Jeu contournant ®Parcours moteurs+manipulations de balle ®Jeu de mouvement : opposants et utilisateurs →Contre attaque → Rappel de R1 et R2 etR3
De Vacances de Pâques aux grandes vacances (périodes de tournois)	<ul style="list-style-type: none"> ®Jeu de mouvement : utilisateurs et opposants →Jeu au pied ® Jeu de mouvement : utilisateurs →Les variations des différentes formes de jeu ®phases de conquête : utilisateurs et opposants →Formation au jeu moins de 17 ans ®Parcours moteurs+manipulations de balle ®Rappel des objectifs précédents

PLANIFICATION ANNUELLE DES OBJECTIFS DE TRAVAIL DE L'ÉCOLE DE RUGBY

MOINS DE 13ANS :

PERIODE	OBJECTIFS DE TRAVAIL
De septembre aux vacances de la Toussaint	<ul style="list-style-type: none"> ®Jeu de mouvement : accent sur le rôle des opposants →placages →mise en place rideaux défensifs R1 et R3 Parcours moteurs+manipulations de balle
De vacances de la Toussaint aux vacances De Noël	<ul style="list-style-type: none"> ®Jeu de mouvement : accent sur le rôle des utilisateurs →Jeu pénétrant : rôle du porteur et du soutien →Jeu au pied ®Parcours moteurs+manipulations de balle
De vacances de Noël aux vacances de février	<ul style="list-style-type: none"> ®Jeu de mouvement: rôle des utilisateurs et des opposants →Maul +Mêlée spontanée ® Parcours moteurs+manipulations de balle
De vacances de Février aux vacances de Pâques	<ul style="list-style-type: none"> ®Jeu de mouvement : utilisateurs →Jeu contournant ®Parcours moteurs+manipulations de balle ®Jeu de mouvement : opposants →placages →Rappel sur la mise en place de R1 et R3
De Vacances de Pâques aux grandes vacances (périodes de tournois)	<ul style="list-style-type: none"> ®Jeu de mouvement : utilisateurs et opposants →Jeu au pied ® Jeu de mouvement : utilisateurs →Les variations des différentes formes de jeu ®Parcours moteurs+manipulations de balle ®Rappel des objectifs précédents

PLANIFICATION ANNUELLE DES OBJECTIFS DE TRAVAIL

MOINS DE 17ANS, MOINS DE 19 ANS, ET EQUIPES SENIORS.

PERIODE	OBJECTIFS DE TRAVAIL
<p style="text-align: center;">Moins de 17, Moins de 19 ans : De septembre aux vacances de la Toussaint</p> <p style="text-align: center;">Equipes Séniors : dès la reprise de la saison, par ateliers et par postes si possible. Cycle de 8 semaines (2 mois environ)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ® Mise en place du projet d'équipe ® Jeu de mouvement : accent sur le rôle des opposants, travail de base pour les attaquants ® Défense collective et individuelle ® Mise en place du Rideau 1 , R 2 et R 3 dans le jeu de mouvement et depuis les phases de conquêtes(touches, mêlée) ® Phases de conquête : touches, mêlée ® Maul +Mêlée spontanée ® Lancements de jeu : pour les utilisateurs avants et 3/4, les zones d'attaques (code), les points de rencontres avec les avants. ® Travail physique, renforcement musculaire, ® Travail de technique individuelle avants,3/4. ® Jeu au pied du 10 ® Coup d'envoi et renvoi
<p style="text-align: center;">Moins de 17, Moins de 19 ans : De vacances Toussaint aux vacances de Noël</p> <p style="text-align: center;">Equipes Séniors : Cycle de 8 semaines (2 mois environ)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ® Rappel de la mise en place du projet d'équipe ® Principaux rappels du cycle précédant ® Jeu de mouvement : accent sur le rôle des utilisateurs, rappel du rôle des opposants et de leurs plans de circulation (placements, replacements), rappel du R1,R2,R3 ® Phases de conquête : touches, mêlée ® Maul +Mêlée spontanée ® Jeu pénétrant des avants: rôle du porteur et du et des soutiens. ® Jeu déployé et jeu déployé pénétrant ® Contre attaque ® Jeu au pied offensif de la ligne ¾ ® Jeu au pied du 10 ® Entretien travail physique, renforcement musculaire, ® Travail de technique individuelle avants,3/4. ® Coup d'envoi et renvoi
<p style="text-align: center;">Moins de 17, Moins de 19 ans : De vacances de Noel aux vacances de février</p>	<ul style="list-style-type: none"> ® Principaux rappels du /des cycle(s) précédant(s) ® Phases de fixations dans le jeu de mouvement: rôle des utilisateurs et des opposants ® Rappel de la mise en place de Rideau 1 , R 2 et R 3 ® Phases de conquête : touches, mêlée ® Plan de circulation offensif et défensif des joueurs (placements et replacements)

<p>Equipes Séniors : Cycle de 8 semaines (2 mois environ)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ®Maul +Mêlée spontanée ®Rappel sur le Jeu de mouvement : utilisateurs et opposants ®Rappel sur le jeu pénétrant des avants et rôle de chacun ® Rappel sur la Contre attaque ®Coup d'envoi et renvoi ® Entretien travail physique, renforcement musculaire, ®Travail de technique individuelle avants,3/4.
<p>Moins de 17, Moins de 19 ans : De vacances de Février aux vacances de Pâques</p> <p>Equipes Séniors : Cycle de 8 semaines (2 mois environ)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ®Rappel sur le Jeu de mouvement et phases de fixations : utilisateurs et opposants ®Phases de conquête : touches, mêlée ®Maul +Mêlée spontanée ®Rappel de la mise en place de Rideau 1 , R 2 et R 3 ®Lancements de jeu : pour les utilisateurs avant et 3/4, les zones d'attaques, les points de rencontres avec les avants ® Contre attaque ®Coup d'envoi et renvoi ®Travail de technique individuelle avants,3/4. ® Entretien travail physique, renforcement musculaire,
<p>Moins de 17, Moins de 19 ans : Des Vacances de Pâques aux phases finales de fin de saison</p> <p>Equipes Séniors : Périodes de phases finales</p>	<ul style="list-style-type: none"> ®Coup d'envoi et renvoi ®Jeu au pied offensif de la ligne $\frac{3}{4}$ ® JEU au pied du 10 ®Rappel de la mise en place de Rideau 1 , R 2 et R 3 ®Rappel sur le Jeu de mouvement : utilisateurs et opposants et plan de circulation offensif des joueurs ®Lancements de jeu : pour les utilisateurs avant et 3/4, les zones d'attaques, les points de rencontres avec les avants ®Phases de conquête : touches, mêlée ®Maul +Mêlée spontanée ® Contre attaque ® Entretien travail physique, renforcement musculaire, ®Travail de technique individuelle avants,3/4

