



LE PETIT GUIDE DE L'ÉDUCATEUR

RUGBY



INTRODUCTION



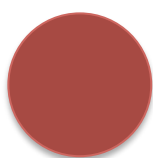
Ce « guide » est destiné à tous les éducateurs (qu'ils soient de sexe féminin ou masculin).

Il ne se substitue pas du Plan de Formation du joueur de la Fédération Française de Rugby ainsi qu'aux plans de formation mis en place dans vos clubs.

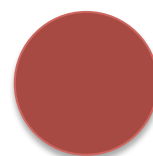
Il doit être considéré comme un support simple et pratique dont le but premier est *l'amélioration des entraînements dans nos écoles de rugby*¹



¹ Ce sera notre fil conducteur tout au long du guide



A) QUELQUES BASES POUR COMMENCER.....	1
1/ Le rugby, règles, principes :	1
2/ Lexique :	2
B) S'ORGANISER DANS SA CATEGORIE	4
C) EVALUER SON GROUPE	7
1/ Les niveaux de jeu	7
2/ Les ressources du joueur	8
3/ Comment gérer les joueurs "en avance" / "en retard"	9
D) CONCEVOIR UNE SEANCE DE RUGBY	11
1/ Concevoir une situation	11
2/ Organiser sa séance	12
E) ANIMER UNE SEANCE DE RUGBY	19
1/ Les lancements des situations	21
F) EVALUER SA SEANCE DE RUGBY	24
G) PLANIFIER SA SAISON SPORTIVE.....	25



A/ QUELQUES BASES POUR COMMENCER



1/ Le rugby, règles, principes :

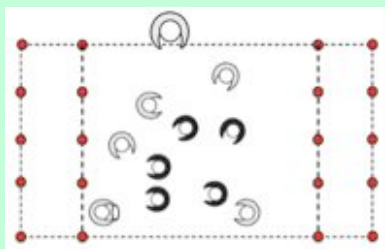
Le rugby est un sport collectif de combat donc **d'affrontement et d'évitement**, c'est la confrontation entre 2 équipes qui luttent et se déplacent dans le respect des règles pour aller marquer

Ce sport est conduit par 4 règles fondamentales. Ces mêmes règles seront à la base de la construction du joueur. Si on supprime une de ces règles, le rugby ne sera plus du tout celui que nous connaissons. Dès les plus petites catégories, il faut introduire petit à petit ces règles fondamentales qui sont :

- **La Marque** → c'est le fait d'aplatir le ballon dans l'en-but pour marquer des points.
- **Le Tenu** → lorsque le joueur est plaqué ou tenu au sol, il doit laisser libre le ballon pour le jeu.
- **Les Droits et les Devoirs du joueur** → ce sont les différents moyens d'action du joueur (courir, passer, plaquer, débayer, saisir...)
- **Le Hors-jeu** → un joueur placé devant le ballon porté par un partenaire ne peut donc pas faire action de jeu (il est donc « Hors-jeu »), si le porteur de balle lui fait la passe, il y aura « en-avant ».

Ces 4 règles sont à prendre en compte dans la plupart des situations que vous mettrez en place, voici un exemple sur une « passe à 10 »:

Dispositif :



Mise en place :

Plusieurs joueurs sont situés dans une petite zone (entre les plots rouges). Un ballon est donné à une des équipes, le but de jeu étant de marquer dans l'en-but (entre les plots rouges) avec possibilité de se faire des passes ou non.
Les adversaires peuvent ceinturer le porteur de balle, à ce moment là, celui-ci doit faire une passe ou lâcher le ballon.

Quelles règles fondamentales ?

Les 4 règles n'interviennent pas dans un premier temps mais en variant la situation on peut très vite les prendre en compte.

- **La marque** : Pour marquer un point, il faut aplatir le ballon dans la zone de plots rouges.
- **Le Tenu** : tout simplement si il y a un passage au sol, le porteur de balle doit obligatoirement abandonner son ballon en le lâchant au sol
- **Les droits et devoirs des joueurs** sont courir, avancer, éviter, saisir, ceinturer, passer...
- **Le hors jeu** peut être déterminé après une variable. Petit à petit on oblige une passe en arrière avant de faire des passes vers l'avant puis sur une seconde variable, on interdit les passes en avant.



Les principes fondamentaux du rugby sont **Avancer en continuité** ou **Assurer la continuité du mouvement qui avance** et cela est vrai tout le temps !!!

De façon plus simple, pour marquer, le joueur doit tout le temps chercher à avancer afin de rejoindre l'en-but. Dans ce sport, on peut difficilement avancer seul car les adversaires doivent nous empêcher d'avancer donc mes partenaires doivent se mobiliser afin de m'aider à avancer (si il y a blocage du porteur de balle, en le soutenant par exemple) ou de m'aider à continuer le mouvement (je pourrai assurer la continuité du mouvement en faisant une passe à un de mes partenaires en position d'avancer). Ces principes fondamentaux sont les mêmes en défense.

Exemple sur notre situation précédente : on est dans une situation où il faut avancer. Quoiqu'il arrive la majeure partie de vos situations doivent reprendre ce principe

2/ Lexique :

Pensez à consulter le rugby digest qui est le règlement de votre catégorie

- **M8 / U8** : U est l'abréviation de « Under » en Anglais ce qui signifie « moins » donc quand on parle de moins de 8 ans, parfois l'abréviation U8 est utilisée (idem des U6 aux U22). Nous utiliserons dans ce guide l'abréviation M8 qui veut dire la même chose.
- **Le coup de pied franc** : sanction de l'arbitre suite à une faute. Contrairement à la pénalité, si le joueur tape en touche, la remise en jeu sera réalisée par l'équipe adverse à l'endroit où le ballon est sorti. De plus, l'équipe ne peut pas tenter de marquer un but. Il peut au choix : demander une mêlée à l'arbitre, ou jouer au pied ou à la main. S'il joue à la main, il doit préalablement, soit poser le ballon au sol et propulser le ballon avec le pied à une distance visible, soit donner un petit coup pied dans le ballon à condition qu'il quitte les mains du joueur.
- **Le coup de pied pénalité** : sanction de l'arbitre suite à une faute. Cela offre à l'équipe non fautive une grande variété de choix. Elle peut réclamer à l'arbitre une mêlée (et pourra y effectuer l'introduction), jouer à la main ou au pied (dégagement direct en touche ou tentative de but) ; Si le ballon passe au-dessus de la barre transversale et entre les poteaux adverses, le but est marqué et vaut 3 points.

ATTENTION, la spécificité en Ecole de rugby est que des Moins de 6 ans aux M12 il n'y a que des coups de pied Franc ni de pénalité et la mêlée ne peut pas être demandée sauf à partir de M12. La tentative de but, elle, ne se fera qu'en Moins de 14 ans à XV.





- **Un Ruck (nom anglais) ou une Mêlée Spontanée (nom français) :** Ces 2 termes désignent la même chose, c'est une phase de fixation (arrêt du ballon mais mouvement des joueurs) dans laquelle il y a le ballon au sol, 1 joueur de chaque équipe, debout sur leurs pieds qui sont au contact.



- **Un Maul:** C'est au moins trois joueurs en contact : le porteur du ballon et un joueur de chaque équipe, debout.



- **Entraîneur / Educateur :** Ces 2 termes sont semblables car peut-on dire qu'un entraîneur n'éduque pas ou qu'un éducateur n'entraîne pas. Nous l'appellerons donc entraîneur ou éducateur car il participe aussi bien à la formation et à la construction du joueur qu'à son éducation
- **Les formes de jeu :** Il existe trois formes de jeu pour l'équipe qui possède le ballon:
 - **Le jeu déployé :** Le jeu déployé est utilisé pour faire parvenir le ballon à un joueur au large, placé dans un intervalle ou dans un espace libre situé à l'extérieur de la défense adverse. Cette forme de jeu a pour effet d'étirer cette défense et de la rendre plus facilement franchissable en jeu pénétrant, mais aussi de contraindre l'adversaire à consommer plus de joueurs dans le premier rideau défensif, à dégarnir l'espace profond du terrain (afin qu'il y ait moins ou plus du tout de défenseur) et à autoriser l'utilisation efficace du jeu au pied.
 - **Le jeu pénétrant :** Le mouvement pénétrant vise à exercer une pénétration plus ou moins directe en profondeur, par l'intermédiaire d'un mouvement du ballon de façon rectiligne et parallèle à la ligne de touche en utilisant les soutiens proches de nous (avec des passes très courtes).
 - **Le jeu au pied :** Forme de jeu qui permet de faciliter la continuité du jeu. Elle est souvent induite par le placement défensif libérant des espaces libres dans la profondeur du terrain.
- **La stratégie et la tactique:** ces termes sont souvent confondus alors qu'ils ne veulent pas dire la même chose.

La stratégie s'établit en fonction de notre équipe, elle est déterminée avant un match par exemple et est établie sur des lancements de jeu. La tactique quant à elle, se fait dans l'action. C'est comment notre équipe ou nos joueurs s'adaptent aux situations de jeu (ex : les défenseurs nous pressent très forts, j'utilise le jeu au pied par dessus la défense). On travaille donc la tactique en école de rugby mais il faut **exclure la stratégie**, ou bien la limiter à quelques principes.



B/ S'ORGANISER DANS SA CATEGORIE

La première chose avant de commencer dans une catégorie est de s'organiser : **Quelle personne fait quoi ?** Dans certains clubs tout est cadré et l'organisation est déjà établie bien avant que la saison soit commencée. Dans d'autres, cela se fait au jour le jour. Si tout est organisé dans votre club vous pouvez passer à la partie C).

→ Partons du principe que rien n'est organisé

Nous savons approximativement combien nous avons de joueurs par catégorie d'une année sur l'autre, il y a peu d'évolution excepté à 5 licenciés prêts (hormis les périodes Coupe du Monde surtout si celle-ci à lieu proche de notre pays). L'idéal est d'être 1 éducateur pour 10 joueurs. Cela est d'autant plus vrai que les joueurs sont jeunes.

Si vous êtes seul pour 15 joueurs en Moins de 14 ans vous allez pouvoir gérer les joueurs beaucoup plus facilement que si vous êtes seul avec 15 moins de 6 ans car cette catégorie demande beaucoup d'attention.

Pour s'organiser on préconise donc toute la première partie de saison c'est-à-dire de la rentrée de l'école de rugby aux vacances de la Toussaint. Cette même période ou vous allez devoir intégrer les nouveaux joueurs et revoir les acquis des saisons précédentes. Utiliser cette période va permettre plusieurs choses :

- a) Vous verrez les parents qui suivent souvent leurs enfants. Il y a de forte chance qu'au moins 1 parent soit prêt à s'impliquer avec la catégorie de son enfant.
- b) Vous serez en mesure de savoir combien vous pouvez accueillir d'enfant selon le nombre d'éducateur avec vous. Attention, les hautes instances du club veulent parfois un nombre important de licenciés. A vous de ne pas dépasser un certain quota (15 joueurs pour 1 est vraiment le grand maximum) pour pleins de raisons :

→ N'ayant pas les yeux sur tout, vous risquez de mettre en danger les joueurs

→ Vous risquez d'avoir une progression plus compliquée car les situations réduites seront très complexes à mettre en place. Par exemple, sur du 1 contre 1 avec 15 joueurs ce n'est pas évident d'avoir beaucoup de passage (ça demande une bonne organisation)

→ Si vous êtes seuls, vous ne pourrez pas gérer plusieurs équipes sur un même tournoi ce qui n'est pas l'idéal pour suivre la progression de vos jeunes

- c) Être au point sur toute la saison à venir et anticiper les problèmes éventuels. Certes, on va peut être perdre 1 mois mais on gagnera forcément du temps dans la saison surtout si on arrive à trouver des aides supplémentaires.

Cette première partie de saison permet donc d'établir une « hiérarchie » de l'encadrement dans la catégorie avec pour chacun des tâches spécifiques.

Dans l'idéal par catégorie, il faut 1 éducateur pour 10 joueurs et 1 dirigeant. Plus on a de joueurs, plus il faut des entraîneurs et plus il faudra de dirigeant



- **L'entraîneur (ses différentes tâches):**

- Est responsable du joueur pendant les créneaux d'entraînement
- Prépare les entraînements et les met en place sur le terrain

Lorsqu'il y a plusieurs éducateurs par catégorie, il faut désigner un responsable de celle-ci (c'est au responsable ou président de l'école de rugby de le faire). Ce responsable assurera le lien entre le sportif et l'administratif mais surtout il sera le garant du projet de jeu du club (s'il est adapté à sa catégorie) ou s'il n'y en a pas de celui de la Fédération Française de Rugby.

En général le responsable est la personne la plus formée et même expérimentée. Elle assurera la cohésion au sein de l'encadrement et préparera les entraînements avec les autres éducateurs.

L'idéal pour les préparer est de prendre 30 minutes après l'entraînement pour faire un petit bilan de celui-ci et préparer le prochain.

- S'occupe et est responsable de son matériel (peut être fait par le dirigeant)
- Gère les joueurs jusqu'à ce qu'ils soient récupérés par les parents (pour les mineurs) avec le ou les dirigeants

- **Le dirigeant (ses différentes tâches) :**

<i>Pendant l'entraînement</i>	<i>Avant un tournoi ou un match</i>	<i>Pendant un tournoi</i>
S'occupe des joueurs blessés	Prépare le sac de maillots	Prendre les licences, un listing des joueurs, les feuilles de match, les feuilles de soins de chaque joueur ² , des feuilles d'accident
Faire un suivi des présences des joueurs	Fait la pharmacie	Fait un compte rendu du tournoi avec l'éducateur et l'envoi au parent ou le met en ligne sur le site si il y en a un.
Faire le point avec les joueurs ou les parents pour savoir la présence de chacun aux Matches ou Tournois		
Donne les convocations aux jeunes joueurs (peut être fait par le responsable de l'école de rugby selon le club)		



² Légalement chaque club doit faire passer une feuille de renseignement à chacun de ses joueurs avec une autorisation parentale, autorisation de soin en cas d'accident... C'est au responsable de l'école de rugby de mettre en place cela en même temps que les papiers pour les licences.



Bien entendu cette liste de tâches est à titre d'exemple et chacun est libre de fonctionner comme il le souhaite, cela semble être le fonctionnement idéal. L'**entraîneur** a plutôt des tâches à dominante **sportive** et le **dirigeant** à dominante **administrative**.

Si vous « recrutez » un parent, vous pouvez très bien lui proposer d'être éducateur ou dirigeant suivant le profil et la catégorie entraînée. Si vous « recrutez » un parent en tant qu'éducateur pensez à **l'encourager à faire une formation** (certification M6 ou Brevet Fédéral).

Une fois tout ceci mis en place, vous pourrez aborder votre saison avec plus de sérénité et ainsi mettre des projets sportifs (aller faire un tournoi dans une autre région³) et même extra sportif (faire un week-end à Marcoussis, une sortie Accro-branche...) en place plus facilement avec vos joueurs.

³ Possible si le club est labellisé FFR uniquement



C/ EVALUER SON GROUPE



1/ Les niveaux de jeu :

Il est important lorsqu'on évalue son groupe de le classer selon les **niveaux** de jeu. Ces niveaux sont un outil fédéral qui permettent de situer nos joueurs non pas par âge mais plutôt par niveau de **comportements dans le jeu**.

Nous n'allons pas rentrer dans les détails sachant que les niveaux de jeu sont détaillés sur Internet et dans le plan de formation de joueur de la FFR. Il existe 4 niveaux de jeu :

NIVEAU 1 DECOUVERTE ET SENSIBILISATION	
Caractéristiques	Pistes de travail
Il peut être divisé en 2 sous-niveaux qui sont Découverte et Sensibilisation: le joueur rentre à peine dans l'activité et a toutes les « mauvaises » attitudes d'un débutant. Il commence à comprendre les règles et principes mais ne les respecte pas forcément.	Les pistes de travail du joueur sont prioritairement la résolution des problèmes affectifs et sur le jeu, le principe d'avancer et l'appropriation des règles fondamentales.
NIVEAU 2 INITIATION	
Caractéristiques	Pistes de travail
Le principe d'avancer et d'assurer la continuité du jeu est acquis, le collectif est encore dans ce qu'on peut appeler les « bases » du rugby avec des choses simples. Ces « bases » c'est un peu tout ce que le joueur peut faire sur le terrain : passer, plaquer, protéger, créer un maul... La notion de coopération entre les joueurs commence à être acquise.	Les pistes de travail sur le joueur sont le développement de la ressource perceptive et décisionnelle et les aspects techniques liés à la sécurité → voir un espace et s'y engouffrer, déblayer, plaquer, pousser... Sur le jeu, les pistes vont être d'assurer la continuité d'un mouvement qui est en train d'avancer avec un gros travail sur le porteur de balle et ses soutiens proches ainsi que la découverte des formes de jeu.
En école de rugby, on est principalement concerné par des joueurs de niveaux 1 et 2	
NIVEAU 3 PERFECTIONNEMENT	
Caractéristiques	Pistes de travail
Rare en école de rugby, ce niveau est atteint après un certain nombre d'heures de pratique. Le joueur a acquis des bases solides et il faut maintenant les améliorer.	Les pistes de travail sur le joueur seront sa capacité à pouvoir prendre la place d'un joueur en pleine action (suppléer) et à être polyvalent. Sur le jeu, les pistes vont être la circulation des joueurs sur le terrain et l'alternance des formes de jeu.
NIVEAU 4 « FINAL »	
Caractéristiques	Pistes de travail
C'est un niveau « final » qu'on souhaite tous pour nos joueurs. On va travailler sur le détail, un joueur de niveau 4 est d'un très bon niveau tant sur le jeu que sur la compréhension de celui-ci.	Les pistes de travail sur le joueur sont l'optimisation de ses ressources mais de façon très pointue. Sur le jeu, les pistes vont être le travail au poste et le travail des lancements de jeu.

Vous pouvez vous servir de cette classification pour situer vos joueurs et votre collectif afin de construire votre saison



2/ Les ressources du joueur :

Comme la partie précédente, nous essaierons de résumer cette partie sur les ressources du joueur. Les détails sont disponibles dans le plan de formation de la FFR.

Le joueur, afin de répondre aux différentes exigences du jeu, dispose de plusieurs ressources :

La ressource affective et relationnelle :

Prend en compte les émotions et attitudes du joueur. Afin de travailler la partie affective sur un joueur, il faut le mettre dans des situations avec moins de pression, moins de contact, en diminuant la vitesse et l'intensité. Pour la partie relationnelle, elle va se construire au fil du temps à force de coopérer avec ses partenaires et en partageant des règles de vie.

La ressource technique :

C'est l'ensemble des habiletés gestuelles (faire une passe, effectuer un jeu au pied, plaquer...) qui sont exigées par le jeu. Il faudra faire découvrir le geste, sa nécessité, son utilité... Automatiser les réponses dans certaines situations et affiner les gestes dans des situations à problème et/ou des projets communs.

La ressource mentales ou les habiletés mentales :

C'est LA ressource qui permet de mobiliser toutes les autres. Se fixer des objectifs, s'imaginer la situation dans sa tête, se préparer à un geste. Ce sont toutes des méthodes qui développent la ressource mentale.

La ressource Perceptive et décisionnelle :

Le joueur doit être capable dans une situation, de percevoir le nombre de choix multiples qui s'offre à lui, d'évaluer cette situation et de prendre une décision adaptée afin de réaliser son action de manière efficace en utilisant le geste approprié. Pour travailler cette ressource, vous pouvez travailler dans des situations où vous missionnez la défense (exemple sur un 2 contre 1 soit le défenseur reste sur le porteur de balle soit il anticipe sur le deuxième attaquant, conséquence soit le Porteur de balle fait la passe soit il garde le ballon). Il faudra favoriser la prise d'initiative du joueur et l'aider à se repérer et à comprendre le jeu afin de s'adapter.

La ressource physique :

C'est tout ce qui relève des qualités physiques du joueur : force, vitesse, endurance, vitesse, coordination. Il faut le travailler de façon spécifique, mais aussi en l'intégrant dans des exercices rugby. De façon indirecte il faut travailler régulièrement à l'entraînement (par exemple un 2 contre 1 va travailler le temps de réaction, l'accélération, la vitesse gestuelle pour la passe et la vitesse de course, la coordination car il faut faire une passe en courant).

En résumé Le joueur doit être capable de coopérer (**Affectives et relationnelles**). Il doit voir et reconnaître une situation pour accomplir la bonne réponse immédiatement (**Perceptives et décisionnelles**), le geste accompli doit être suffisamment efficace (**Technique**) et réalisé avec la vitesse et la force nécessaire (**Physique**). Les **habiletés mentales** sont indispensables à la mobilisation de toutes ces ressources !!



3/ Comment gérer les joueurs

« en avance » / « en retard » :

Ces joueurs qui sont « en avance » ne doivent pas être blâmés du fait qu'ils marquent beaucoup et jouent individuellement. Il faut que nous, éducateurs, mettions ces joueurs dans des conditions défavorables dans les situations à collectif total et collectif réduit.

Pour cela, vous devez effectuer vous-mêmes les lancements de situations (**Cf PARTIE E petit « a » sur les lancements**) afin de les mettre dans des conditions difficiles

Le jeune Pierre en Moins de 10 ans dans des situations de jeu prend tout le temps le ballon, franchit tout le temps et marque sans faire de passe, est qu'il faut l'obliger à faire des passes et à stopper sa course pour faire jouer les autres ?

NON, rappelons que le principe de notre sport est d'avancer ! Donc demander à un jeune de 9 ou 10 ans de se bloquer risque de l'habituer à des mauvais comportements et de ce fait, ralentir sa progression.

La solution va être de faire les lancements vous-mêmes, ainsi vous décidez à qui vous donnez le ballon. Lorsque vous arrivez au tour de Pierre, il faut faire en sorte de lui donner le ballon dans des conditions très défavorables pour lui ; il faut faire rouler le ballon derrière lui et à partir du moment où le ballon touche le sol, la défense monte. Logiquement il devrait ramasser le ballon et la défense au même moment, il sera donc obligé de jouer avec ses partenaires s'il veut s'en sortir.

Inversement, pour les enfants plutôt en retard, il faut les mettre dans des situations facilitantes.

Le jeune Thomas en Moins de 10 ans dans des situations de jeu n'avance pas, se bloque, voir même se débarrasse du ballon, comment faire pour qu'il arrête de jouer comme cela ?

La solution est la même que précédemment, faire les lancements vous-mêmes mais cette fois-ci lorsque c'est le tour de Thomas, il faut lui donner le ballon dans une situation très facile pour lui. On va alors lui donner le ballon en avançant avec lui sur une défense plutôt faible (un joueur débutant en face) voir même dans la défense déjà en mouvement et en avance sur elle. Pour cela il faut tenir le ballon, prendre le joueur avec vous et missionner la défense adverse « 3 joueurs vont toucher la ligne de touche et ont le droit de jouer après ». Cela entraînera une grosse diminution de la défense et donc une opposition très favorable pour Thomas qui devrait avancer.

En collectif réduit, il faudra l'opposer à des adversaires plutôt faibles voir même diminuer l'intensité en réduisant les distances, en faisant des situations à marcher...

Variez donc les lancements et ne donnez pas le ballon toujours au même joueur !!!

Vous pouvez aussi être **plus exigeant** avec ces joueurs sur d'autres aspects du jeu.



Autre solution : mettre les joueurs dominants dans la catégorie au-dessus sur certains entraînements. Il est conseillé même pour certains joueurs « en avance » ou d'autres « en retard » de les faire évoluer dans une autre catégorie que la leur dans le but de les faire progresser. Attention cela n'est possible qu'à l'entraînement⁴ !!!

Cela peut être fait de 2 façons :

- Soit en fin d'entraînement de temps en temps, mettez les joueurs un peu réticent au contact de moins de 8 ans avec les moins de 6 ans et ceux qui sont en avance avec les moins de 10 ans.
- Soit sur un thème précis, une fois dans le mois, mélangez des deuxièmes années d'une catégorie avec les premières années de la catégorie au-dessus pour travailler sur le plaquage par exemple, ou sur le jeu de ligne en moins de 14 ans ou autre... Cela afin de rattraper un retard chez le joueur par rapport aux autres sur une thématique du jeu. On peut aussi le faire en début de saison pendant la première période de septembre aux vacances de la Toussaint.

Attention à la façon de présenter la chose aux joueurs, il faut que ce soit clairement défini dès le départ et que ce soit plutôt rare afin de ne pas en décourager certains.

Une fois que le niveau de nos joueurs est évalué et que les grands thèmes que vous allez aborder en début de saison sont définis, vous pouvez vous pencher sur la construction des entraînements.



⁴ Ce n'est pas totalement vrai, sous classer un joueur peut être fait mais cela concerne des cas très particuliers et demande une validation auprès de la FFR

DI CONCEVOIR UNE SEANCE DE RUGBY



1/ Concevoir une situation:

Pour concevoir une situation il faut déjà repérer tout ce qui constitue la situation. Nous allons partir avec une fiche type (un exemple complet de séance est donné en fin de partie)

OBJECTIF(S) DE LA SITUATION:

Ce que l'on vise comme transformations pour les joueurs, il faut les leur définir clairement.

Il faut se dire qu'à la fin de la situation, le joueur doit être capable d'assurer la conservation du ballon dans une phase de ruck

DISPOSITIF :

C'est le schéma du terrain, on peut mettre les distances, les joueurs, les plots, etc...

MISE EN PLACE / LANCEMENT:

Explication de la situation

Définir le lancement de la situation, le nombre de joueurs intervenants, la disposition des joueurs, les dimensions du terrain et des zones...

Il faut se demander ce que vous allez mettre en place en terme de plots, de dimensions, de joueurs et ce que ça risque d'engendrer chez les joueurs

QUE DIRE AU(X) JOUEUR(S) POUR LE(S) CORRIGER (= les comportements attendus)

C'est en quelque sorte **une photo** de la résolution du problème (ce que le joueur doit faire pour réussir la situation). C'est ce que le joueur doit respecter pour atteindre le ou les objectifs. **C'est un des points essentiels de la situation !!** Par du questionnement après la situation il faut vérifier si les joueurs ont intégré les solutions.

Il faut se dire, que pour réussir la situation, le joueur doit

Pour être efficace dans une phase de ruck, le joueur doit venir de bas en haut en ayant les jambes fléchies, les appuis dynamiques et légèrement décalés, regarder devant lui, rester équilibré, avoir le dos plat, etc...

VARIABLES:

Elles permettent de modifier la situation on peut agir sur :

- Le nombre de joueurs
- Le statut des joueurs
- L'espace de jeu
- Le droit des joueurs
- Le matériel
- Le lancement de jeu

Les joueurs qui défendent n'ont plus de bouclier

INFLUENCE :

C'est l'incidence de la variable sur les joueurs.

Une variable peut rendre la situation plus facile ou plus difficile mais elle peut aussi rendre la situation plus proche de la réalité.

Cela peut rendre la situation plus difficile mais ça aura l'avantage de rendre la situation plus réelle et de ressembler davantage au rugby





Vous avez donc une fiche type de situation quelques exemples sur une situation dans les encadrés verts. Chacun est libre de construire sa fiche type, ceci n'est qu'un exemple.

2/ Organiser sa séance:

Dans la conception de votre séance, les éléments suivants sont essentiels :

- **Jouer**, c'est le jeu et le plaisir qui doivent être prioritaire sur le rugby,
- **Changer**, il est nécessaire de changer rapidement de situation pour capter la vigilance,
- **Répéter**, pour qu'ils progressent les séances et les exercices doivent être répétés,
- **Ritualiser**, conserver une organisation de séances et d'exercices où l'enfant trouvera des habitudes et se sécurisera (cela lui permettra d'avoir des repères stables et d'apprendre).

Voici un exemple d'organisation de séance expliquée ci dessous :

	Durée	Action à réaliser	Objectif(s) et type de l'Action
a)	10 min	Mise en route « échauffement »	Par du jeu pour capter la vigilance et assouvir les besoins de jeu (vous pouvez passer au jeu directement)
b)	10 à 20 min	Jeu sous forme de match en opposition, libre ou dirigé	En rapport avec le thème abordé Varier les lancements et Jouer à Effectif total
c)	10 à 15 min	Situation 1 Collectif réduit	En rapport avec le thème sous forme ludique (ludique peut être simplement le fait de mettre un score)
d)	10 à 15 min	Situation 2 Collectif Réduit	En rapport avec le thème ludique (en M7) ou plus technique
e)	10 à 15 min	Situation 3: motricité – ATJ Match – « Physique »	Situation plutôt axée sur le développement moteur qui peut être fait sous forme ludique (en concours, en relais..) ou tout simplement situation à dominante physique pour les plus anciens (renforcement, gainage pour des M15)
f)	10 à 20 mn	Jeu sous forme de match en opposition, libre ou dirigé	Réinvestissement de ce qui a été vu précédemment (par niveau ou non) Utiliser des scores, des bonus selon le thème abordé
g)	10 mn	Etirements + Retour au calme	Etirements respiration, apprendre à découvrir son corps + penser à ce qui a été bien fait, mal fait. Finir sur du positif +
	= 1h10 à 1h45 ¹	Douche	Apprendre l'hygiène, à s'habiller, à chanter, ...

Attention diminuer le temps des situations en fonction de la catégorie (plus on est sur des petits, plus on diminue le temps pour capter l'attention des joueurs)



- a) Cet échauffement ou mise en route peut-être similaire sur plusieurs mois voir tout au long de l'année afin de devenir une « routine » pour les joueurs. Pour les plus petits on parlera de « mise en route » et non d'échauffement car il n'est pas indispensable de s'échauffer dans les catégories de moins de 6 à moins de 10 ans (A cet âge le joueur est tout de suite prêt d'un point de vue physiologique). Les tours de terrains sont à bannir de votre mise en route, il n'échauffe pas plus vos joueurs que du jeu !!
- b) Cette situation jouée, où le but est de faire jouer tout le monde, doit **permettre de faire apparaître avec les joueurs nos problèmes dans le jeu**. C'est mieux dans cette situation jouée de faire les lancements vous-mêmes afin de varier le rapport de force et les premiers porteurs du ballon (afin que tout le monde joue).
- c) On passe alors en collectif réduit et cela va beaucoup varier en fonction du nombre d'éducateurs, du nombre d'enfants...

Si vous êtes seul éducateur, gardez cette trame en préparant à l'avance vos situations sur le terrain afin de ne pas perdre trop de temps. De même, si vous avez beaucoup de joueurs, préparez vos situations de sorte à ce qu'il y ait beaucoup de passage voir même faites 2 ateliers similaires → vous ne pourrez pas tout corriger mais apporter une correction générale quand c'est nécessaire, l'important est de vivre la situation.

Si vous êtes 2 ou 3, faites aussi plusieurs ateliers et les joueurs par groupe évoluent d'un atelier à l'autre toute les 10-15min.

Lorsque vous fonctionnez comme cela vous pouvez faire des groupes de niveau et de ce fait, ne pas avoir les mêmes attendus dans vos situations voir même modifier la situation avec un lancement plus dur pour le groupe « fort » par exemple

Ce collectif réduit va nous servir pour identifier le problème et donner des solutions aux joueurs pour résoudre ce problème. N'hésitez pas à intégrer des ateliers ludiques d'autant que la catégorie entraînée est jeune.

Le plus important est bien sûr ce que vous allez attendre des joueurs : **en fonction de leurs niveaux → les comportements attendus ne seront pas les mêmes en fonction des groupes**

- d) Enfin on réinvestit ce qui a été vu précédemment dans une situation finale à collectif total pour résoudre le problème apparu en début de séance.

Si notre thème de travail était le plaquage, chaque plaquage offensif sera récompensé d'un point supplémentaire ou donnera le ballon aux défenseurs..)

L'objectif étant que nos joueurs réutilisent tout ce qui a été fait précédemment.

Cette méthode de construction d'entraînement n'est pas inévitable. Chacun est libre de structurer sa séance comme il l'entend à condition de respecter une certaine cohérence d'ensemble :

- Vous ne pouvez pas tout travailler.
- Il faut garder un thème de travail et des objectifs communs sur le même entraînement



Le principal souci sera de réguler les exercices en fonction de comment vont se comporter nos joueurs (changer les lancements de jeu, rétrécir le terrain, l'agrandir, ajouter des plots afin d'augmenter les repères, en enlever...). Il faut être capable d'adapter nos séances au niveau de nos joueurs. Pour cela, il est intéressant d'écrire sa séance avec les différentes situations qui vont être animées où chacun aura ses propres idées et sa propre mise en page.

Voici un exemple complet d'un entraînement en Ecole de Rugby sur le thème suivant :

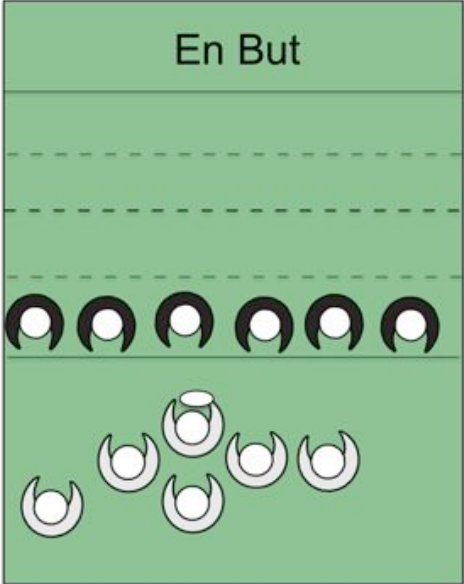
Jouer ou faire jouer (Travail du soutien proche)

Vous devez rassembler les joueurs, expliquer le thème du travail en demandant aux enfants s'ils le comprennent et séparer le groupe en 2 : Débutants et Confirmés.

Attention, lorsque vous êtes un nombre impair d'éducateurs ou s'il manque des éducateurs. Le plus grand nombre se mettra avec les débutants. Il est plus facile d'avoir un groupe de 20 confirmés tout seul que 20 débutants.

a)	14h15-14h30 → Collectif total	Situation en collectif total
b)	14h30-14h50 → Situation 1 1C1 débutant 1+1C1 confirmé	Il faut 5 minutes d'explication et au moins 20 minutes d'ateliers. Voici une composition des ateliers : Atelier 1 : Travail sur le thème Atelier 2 : ATJ Chaque groupe change et passe sur tous les ateliers <i>Les situations sont développées ci-dessous</i>
c)	14h50-15h10 → Situation 2 ATJ	
d)	15h10-15h30 → Collectif total	Collectif total en utilisant un lancement spécifique
e)	15h30 - 15h40 → Retour au calme	Retour de l'entraînement, Etirement, retour au calme

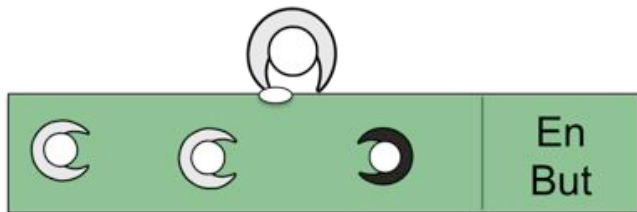
a) Situation en collectif total :

OBJECTIF: Avancer pour marquer	
DISPOSITIF : 	MISE EN PLACE: Sur un terrain normal faire 2 équipes distinctes. Donner 5 ballons aux blancs, 5 ballons aux noirs. Chaque fois que l'équipe franchit une zone avec le ballon, ajouter 1 point jusqu'à l'en but ou l'essai vaut 5 points. <i>Vous pouvez mettre moins de zone de point, c'est à vous de voir ce qui est le plus facile. Vous pouvez aussi enlever des points lorsque le porteur de balle recule.</i> Lancement de jeu : - Le lancement de jeu doit être favorable à l'attaque au début. Pour cela on peut : → Faire toucher un plot sur le côté par les défenseurs (attention aux distances entre les joueurs sur ce type de lancement). → Faire toucher la main du deuxième entraîneur sur le côté ou derrière (à vous de varier) Le comptage des points n'est pas une propriété mais il faut bien dire fort les « PLUS 1 », « PLUS 2 » afin de mobiliser les joueurs au maximum.
QUE DIRE AU(X) JOUEUR(S) POUR LE(S) CORRIGER (= les comportements attendus) - Avancer - Mettre de la vitesse Porteur de balle : - Tenir le ballon 2 mains avant le contact - Tenter d'éviter le défenseur par des changements d'appuis (1 ou 2 maxi) - Au contact, éloigner le ballon de la zone de contact - Chercher à Avancer seul ou s'il est pris par le défenseur, avec l'aide de son partenaire. Soutien au porteur de balle : - Aider le porteur de balle s'il y a un blocage - Venir dans un espace proche du porteur de balle - Mettre de la vitesse (changement de rythme si possible) - Appeler le porteur de balle - Se préparer à recevoir le ballon ATTENTION, ces comportements attendus sont assez élevés pour des enfants, ces corrections viendront petit à petit au fil du cycle.	
VARIABLES: - Varier les lancements	INFLUENCE : → En fonction du type de lancement, vous allez favoriser l'attaque ou la défense. Commencer par favoriser l'attaque. (pour favoriser l'attaque, jouer de préférence sur la défense)

b) Situation 1 pour les joueurs confirmés :

OBJECTIF(S):

Assurer la continuité du jeu / Jouer ou faire jouer

DISPOSITIF : 1 CONTRE 1 + 1**MISE EN PLACE:**

L'éducateur donne le ballon au premier attaquant blanc qui doit aller marquer dans l'en-but **avec ou sans l'aide de son partenaire en soutien**. Le défenseur noir est placé à 5 m et son rôle est d'empêcher les joueurs blancs de marquer.

La situation démarre lorsque l'éducateur dit « TOP », Le soutien part allongé.

Le lancement favorable → Passer le ballon à l'attaquant qui vient le chercher dans nos mains en avançant et le défenseur va toucher un plot sur le côté et revient en jeu.

Le lancement à l'équilibre → Passer le ballon à l'attaquant qui est à l'arrêt.

Le lancement défavorable → Passer le ballon entre les jambes de l'attaquant vers l'arrière à ce moment là le défenseur peut monter.

Dimension du terrain: à vous de voir. Il faut bien matérialiser l'exercice avec une ligne d'en-but et des lignes distinctes.

QUE DIRE AU(X) JOUEUR(S) POUR LE(S) CORRIGER (= les comportements attendus)

- **Avancer**
- **Mettre de la vitesse**

Porteur de balle :

- Tenir le ballon 2 mains avant le contact
- Tenter d'éviter le défenseur par des changements d'appuis (1 ou 2 maxi)
- Au contact, éloigner le ballon de la zone de contact
- Chercher à Avancer seul ou s'il est pris par le défenseur avec l'aide de son partenaire.

Soutien au porteur de balle :

- Aider le porteur de balle s'il y a un blocage
- Venir dans un espace proche du porteur de balle
- Mettre de la vitesse (changement de rythme si possible)
- Appeler le porteur de balle
- Se préparer à recevoir le ballon

ATTENTION, ces comportements attendus sont assez élevés, ces corrections sont à apportés ou non en fonction du niveau de votre groupe

VARIABLES:

- Ajouter un défenseur derrière
- Ajouter un défenseur en poursuite qui plaque

INFLUENCE :

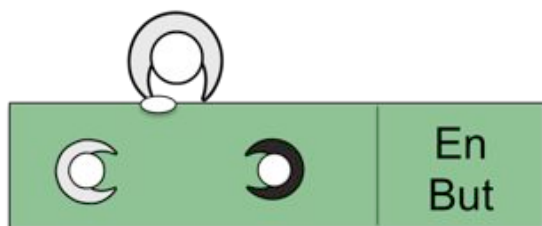
- Cela transforme l'exercice et oblige les 2 attaquants à jouer rapidement et à ne pas passer au sol.
- Cela obligera les joueurs à réaliser l'exercice très vite

b) Situation 1 pour les joueurs débutants :

OBJECTIF(S):

Avancer / Marquer

DISPOSITIF : 1 CONTRE 1



MISE EN PLACE:

L'éducateur donne le ballon au premier attaquant blanc qui doit aller marquer dans l'en-but
Le défenseur noir est placé à 5 m et son rôle est d'empêcher le joueur blanc de marquer.

Le lancement favorable → Passer le ballon à l'attaquant qui vient le chercher dans nos mains en avançant et le défenseur va toucher un plot sur le côté et revient en jeu.

Le lancement à l'équilibre → Passer le ballon à l'attaquant qui est à l'arrêt.

Le lancement défavorable → Passer le ballon entre les jambes de l'attaquant vers l'arrière à ce moment là le défenseur peut monter.

Dimension du terrain: à vous de voir. Il faut bien matérialiser l'exercice avec une ligne d'en-but et des lignes distinctes. Garder des petites dimensions. On peut faire plusieurs ateliers à la fois avec beaucoup de passage (2 à 3 ateliers). Sur ce type d'organisation, reculez vous pour bien voir les différents ateliers. Vous n'êtes pas obligé de tout corriger, laisser vivre la situation à l'enfant et lorsque vous voyez plusieurs erreurs, corriger en effectuant un retour pour tout le monde.

QUE DIRE AU(X) JOUEUR(S) POUR LE(S) CORRIGER (= les comportements attendus)

Porteur de balle :

- Tenir le ballon 2 mains avant le contact
- Tenter d'éviter le défenseur par des changements d'appuis (1 ou 2 maxi)
- Au contact, éloigner le ballon de la zone de contact
- Chercher à Avancer seul ou s'il est pris par le défenseur avec l'aide de son partenaire.

ATTENTION, ces comportements attendus sont assez élevés, ces corrections sont à apportés ou non en fonction du niveau de votre groupe

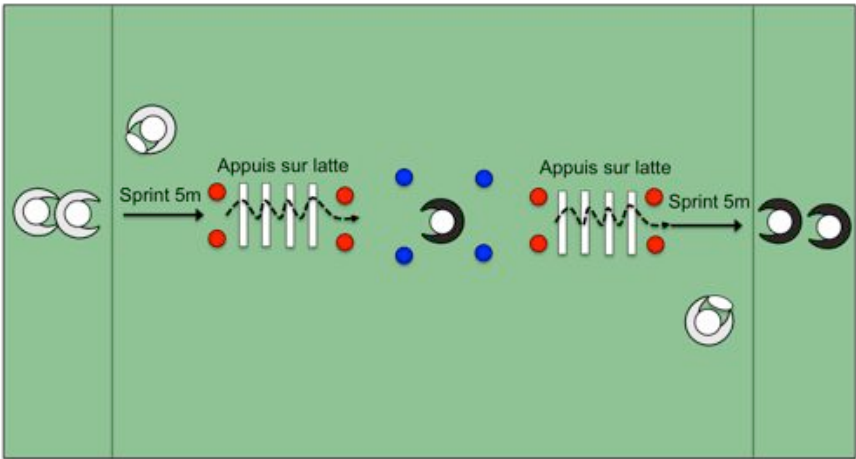
VARIABLES:

- Ajouter un défenseur derrière
- Ajouter un défenseur en poursuite qui plaque

INFLUENCE :

- Cela transforme l'exercice et oblige les 2 attaquants à jouer rapidement et à ne pas passer au sol.
- Cela obligera les joueurs à réaliser l'exercice très vite

c) Situation 2 ATJ :

OBJECTIF: Réaliser le parcours le plus rapidement possible	
DISPOSITIF : 	
MISE EN PLACE: Le parcours motricité est à double sens pour mobiliser le maximum de monde. L'attaquant part (un relayeur lui fait une passe) fait un sprint de 5m et fait des appuis sur une échelle (ou sur des plots, on peut tout imaginer en terme d'appuis) puis il joue un 1 contre 1 dans le carré. Le défenseur a pour consigne de faire perdre le ballon à l'attaquant en tapant dessus mais pas de plaquage ni de ceinturer. Puis il effectue un autre passage en appuis sur l'échelle, un sprint de 5m et passe au relayeur 2 en face. Les passages s'enchainent et les 2 défenseurs au milieu changent régulièrement.	
QUE DIRE AU(X) JOUEUR(S) POUR LE(S) CORRIGER (= les comportements attendus) - Mettre de la vitesse - Correction vue précédemment sur le 1C1 - Rester concentré et appliquer pendant tout l'atelier	
VARIABLES: Inverser les échelles et le un contre un	INFLUENCE : → Il y a 2 un contre un à jouer à la suite cela rend l'ATJ plus Difficile.

d) Collectif total de fin :

Pour le collectif de fin, utiliser le même jeu qu'au début (vous pouvez finir par un match en condition réelle).

L'idéal serait d'utiliser la situation précédente comme lancement de jeu c'est-à-dire partir d'un un contre un (vous gardez un attaquant et un défenseur très proche à bout de bras) afin de réinvestir ce qui a été vu en collectif réduit.

Vous pouvez aussi conserver les mêmes lancements de jeu que la situation de départ.

e) Retour au calme:

Très important pour pouvoir refaire un bilan avec les joueurs de ce qu'ils ont retenu et apprécié.

ET ANIMER UNE SEANCE DE RUGBY



« L'**animation** c'est avant tout un **état d'esprit**, un **peu de talent** et **beaucoup de méthode** »

Animer **c'est une façon d'être**. Vous devez jouer un rôle (certains tiennent déjà ce rôle), être « théâtrale » car une bonne animation contribue fortement à améliorer l'apprentissage du joueur⁵.

Un bon éducateur se doit d'être avant tout un bon animateur et un bon animateur,

CAPTE L'ATTENTION DU PUBLIC

- Attend le calme avant d'annoncer quelque chose
- Se positionne à hauteur de ses joueurs et positionnent les joueurs **dos** au soleil ou à un évènement extérieur
- Définit **clairement** les consignes, le lancement de la situation et le but à atteindre
- Articule bien et utilise un **langage adapté** à son public
- Vérifie que tout le monde ait compris

STIMULE LES JOUEURS

- **Change d'intonation** dans sa voix (hausse le ton quand quelque chose est bien fait)
 - Montre qu'il est **présent** en questionnant et en impliquant les joueurs
 - **Encourage, motive** les joueurs par des retours pertinents et surtout des retours **positifs** (« Bien joué » « c'est bien », « parfait »..)
- Vous pouvez aussi motiver les joueurs en mettant des défis en place avec des systèmes de points, de duel, par équipe et même avec des gages à la clé.
- Lors d'un retour après un échec, **utilise le questionnement** avec le joueur au lieu de donner la solution directement (« pourquoi as-tu échoué ? » « comment tu aurais pu faire pour réussir ? »...) cela participe à la réflexion et à l'auto construction du joueur
 - Lorsqu'il constate une réussite nette, se doit de la valoriser : « pourquoi ça a marché ?... »

⁵ Lorsque le climat est agréable avec un bon animateur, le joueur retiendra plus facilement ce que dit l'éducateur et il sera beaucoup plus à l'écoute



REGULE LA SITUATION

- Laisse du temps aux joueurs pour **s'adapter** au problème... et trouver leur **propre(s) solution(s)**
- Prend **du recul**, observe les réponses des joueurs au(x) problème(s) posé(s)
- **Corrige** le joueur par des retours avec du **questionnement**, en **démontrant** ou en **faisant ressentir** la solution au joueur ou **conforte, valorise** s'il y a réussite. En faire profiter tout le groupe.
- **Régule et adapte** la situation en fonction des capacités des joueurs : il faut partir d'une situation très **simple** et la complexifier en fonction de la réussite des joueurs, si c'est trop dur, passer à des choses plus faciles et chercher à adapter l'exercice au niveau de nos joueurs en modifiant les **lancements de jeu (Sous partie a), la disposition** voir même **la situation**.

Un bon animateur est donc capable de **Capter l'attention des joueurs, les Stimuler et Réguler la situation** avec tout ce qui va avec. Ces 3 versants de l'animation participe très fortement **à la formation de nos jeunes joueurs et aussi à la fidélisation de nos jeunes**.

Indirectement, vous pourrez mesurer votre qualité d'animation par l'assiduité des joueurs à l'entraînement. En effet il y a de très forte chance pour qu'un joueur qui est dans un climat d'apprentissage positif avec une animation dynamique ait envie de poursuivre l'activité rugby.⁶

Améliorer le temps d'engagement des joueurs un point crucial du bon animateur

Le temps d'engagement des joueurs (→le temps où le joueur pratique + le temps où l'éducateur fait des retours qui requièrent l'attention et la réflexion du joueur) est parfois trop peu élevé dans certaines écoles de rugby. Il faudrait que dans l'idéal sur 1h30 d'entraînement, le joueur ait un temps d'environ 1h10 d'activité. Suite à une étude réalisée sur 5 clubs en catégorie M7, M9 et M11 en 2010 nous avons observé des temps moyens de 44 minutes sur 2h d'entraînement. A raison de 35 entraînements par semaine (nombre de semaines scolaires) cela fait environ **25h d'entraînement par an...**

Même si on n'a pas compté le temps des tournois ou des matchs, il faut réfléchir à cette donnée et surtout à comment augmenter ce temps d'engagement.

Les solutions sont d'éviter les files d'attente derrière les ateliers (faire alors plusieurs ateliers voir des ateliers à double sens avec une file de chaque côté) et ne pas dépasser 30 secondes d'attente avant chaque passage. Il faut aussi être clair et précis dans ses explications et laisser la parole aux joueurs.

1/ Les lancements des situations:



Cette partie sur les lancements des situations démontre l'importance qu'ils ont sur le comportement des joueurs sur le terrain. C'est une des régulations les plus difficiles à apporter à nos situations mais c'est la plupart du temps la plus efficace. **ATTENTION, les lancements favorables sont intéressants avec des joueurs débutants mais il faudra vite revenir à des situations d'équilibre afin de retrouver les situations les plus présentes dans le jeu.**

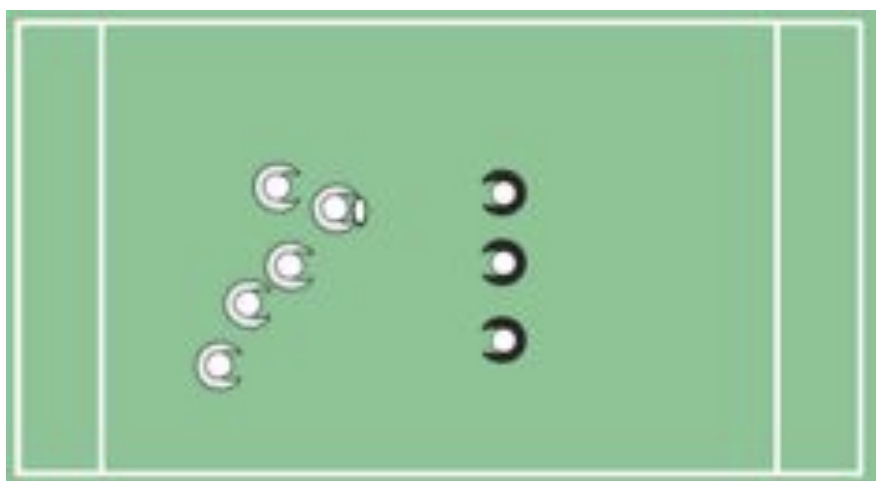
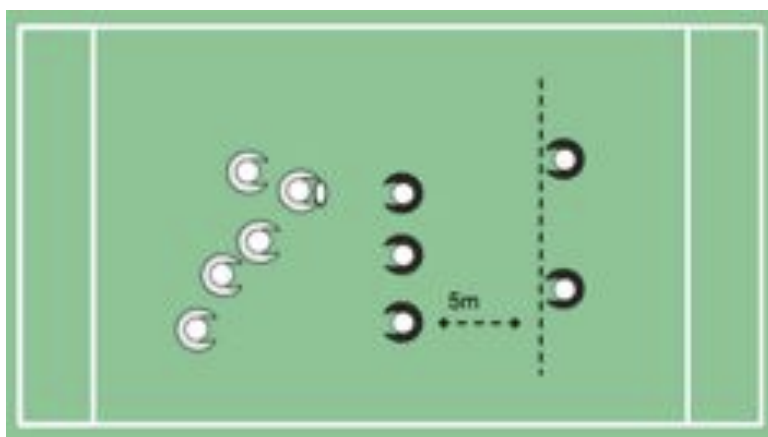
L'objectif des lancements de jeu est de favoriser le mouvement des joueurs avec et sans ballon.

Nous connaissons tous le lancement lorsque nous jetons la balle au dessus de notre tête et pendant ce temps les joueurs se déplacent, ou celui dans lequel nous faisons rouler la balle derrière l'équipe attaquante, voyons maintenant les conséquences avec des exemples

Lorsque nous voulons travailler l'attaque, pour des joueurs débutants, nous allons mettre en place des lancements de jeu qui vont **favoriser** notre attaque. Plus l'attaque va s'améliorer plus nous allons revenir vers un lancement normal dit à **l'équilibre** puis encore plus dur, les lancements dits **défavorable**.

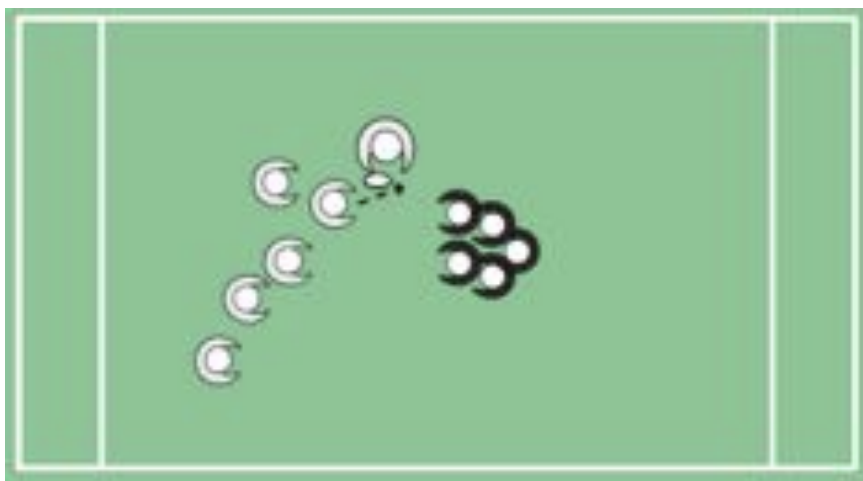
Nous allons voir des exemples de lancements de jeu différents avec leurs incidences. A noter que tous ces lancements sont pour favoriser l'attaque, il suffira d'inverser le lancement pour la défavoriser (ou favoriser la défense)

A partir du moment où le premier rideau est franchi il ne peut plus intervenir (puis il a le droit si c'est trop facile). Le deuxième rideau doit rester à 5m du premier. Cela facilite la lecture des attaquants et modifie le rapport de force. Les attaquants devraient marquer plus facilement.



L'opposition est complètement modifiée car des défenseurs sont enlevés. L'attaque est alors en supériorité numérique. Le nombre de défenseur peut être varier très facilement.



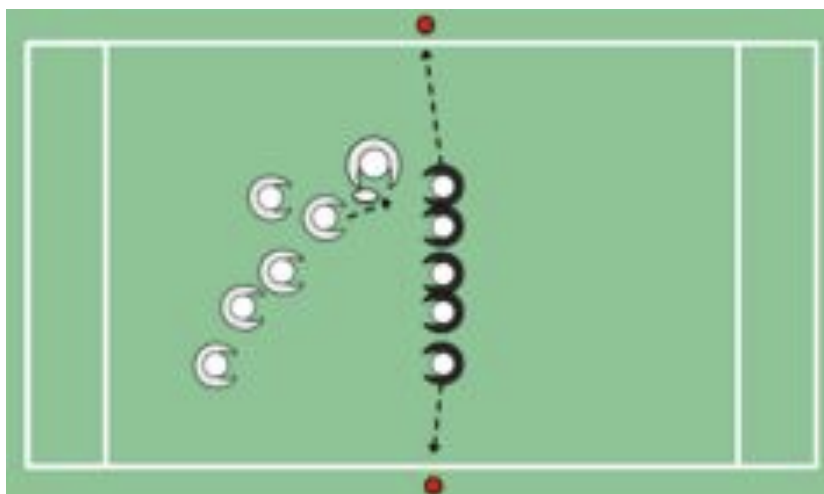


Dès l'annonce « Jeu », 3 défenseurs vont venir nous toucher le dos avant de lancer le jeu.

Nous donnons le ballon au premier attaquant blanc et les défenseurs peuvent jouer.

Dès l'annonce « Jeu », les 2 défenseurs les plus prêts de la touche vont toucher chacun le plot rouge sur l'extérieur avant de pouvoir jouer.

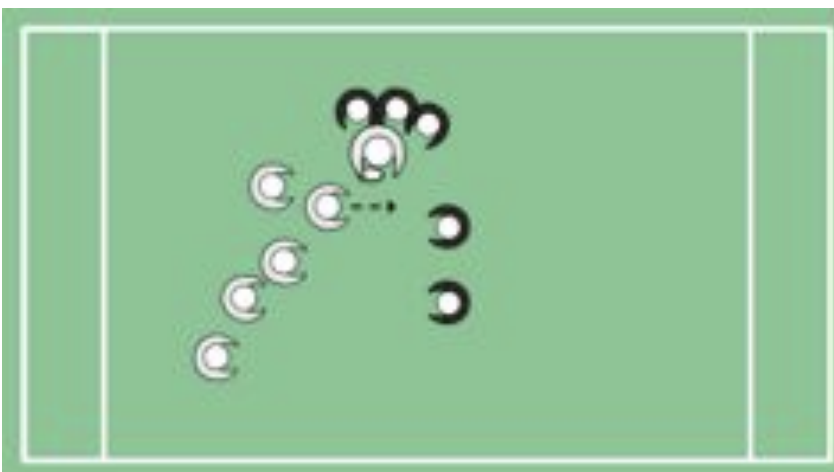
Le ballon est donné en même temps aux attaquants.



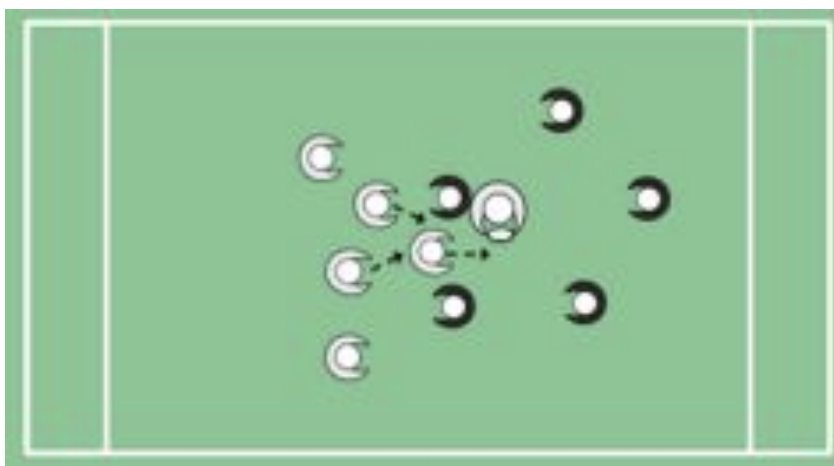
Les défenseurs doivent rester groupés avec obligation d'être en contact.

Le ballon est donné en même temps aux attaquants.

Le lancement peut être encore plus facile en obligeant 2 défenseurs à faire 1 pompe sur place au lancement du ballon.



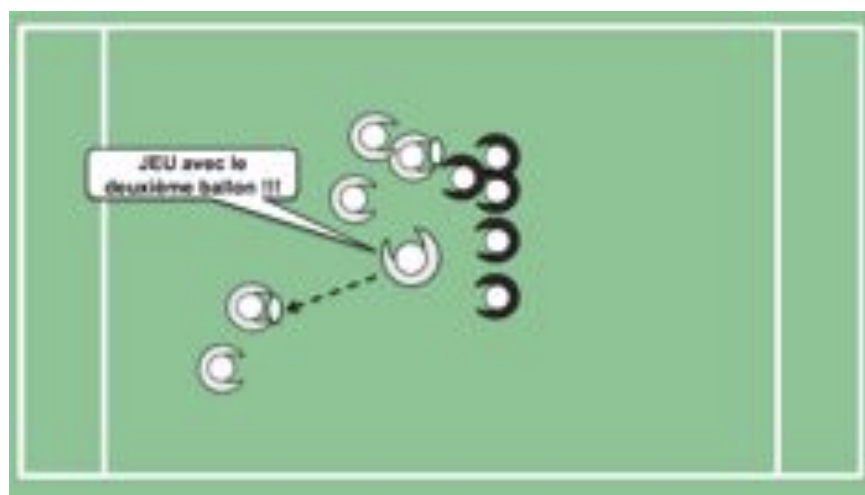
La défense occupe tout le terrain, Le ballon est donné à un attaquant dans un intervalle. Le lancement peut être aussi effectué en faisant rouler la balle dans la défense (avec interdiction pour le défenseur de jouer le ballon).





Attaquants et Défenseurs partent face à face (obligation de se regarder donc course en arrière au départ). Au « top » les Attaquants font le tour du plot rouge et jouent avec une passe d'un relayeur. A « Jeu » (Quelques secondes après), les défenseurs font le tour du plot bleu et jouent.

L'éducateur garde un deuxième ballon avec lui. Dès qu'il y a blocage ou des espaces pour les attaquants, un deuxième ballon peut être introduit à condition de l'annoncer aux joueurs. Le premier n'est alors plus utilisable.



FI EVALUER SA SEANCE DE RUGBY

Afin d'évaluer sa séance il faut répondre à plusieurs questions :

- **D'un point de vue personnel, suis-je satisfait de la séance ?**
- **Est-ce que les joueurs ont appris et retenu des choses ?**

C'est toujours intéressant d'évaluer sa séance même si cela peut paraître difficile.

Le premier moyen d'évaluation est la réussite de nos joueurs au cours d'une situation mise en place. Pour qu'une situation soit considérée comme réussie, il faut un taux de réussite d'environ 80%.

Sur une situation de 2 contre 1 en Moins de 13 ans, tous les joueurs doivent être capables de marquer 8 fois sur 10 passages.

Bien entendu il faudra mettre en place des situations qui tendent à cette réussite (varier les lancements, réguler l'attaque, la défense...). Une importante réussite permet d'instaurer de la confiance et donc indirectement cela augmente l'apprentissage des joueurs.

Le second moyen d'évaluation est de faire un bilan avec ses joueurs. Qu'ils aient 5 ans ou plus vous pouvez tout simplement leur demander ce qu'ils ont retenus en faisant aussi un rappel de ce qui a été abordé.

Si je travaille le duel en Moins de 8 ans avec des situations de jeu et aussi sur du 1 contre 1. En fin de séance pendant le bilan, les joueurs retiennent que pour gagner un 1 contre 1 il faut avancer, mettre de la vitesse, éviter l'adversaire et protéger le ballon. Vous pouvez alors conclure que la séance aura apporté un apprentissage chez vos joueurs.

Il est donc préférable de travailler par thème et de ne pas tout aborder à l'entraînement car nos joueurs vont vite se mélanger et ne pas tout retenir

Le troisième moyen d'évaluation est l'évaluation avec son groupe d'éducateurs, le responsable de l'école de rugby, un tuteur de brevet fédéral, un éducateur conseil ou un cadre technique. Afin d'évaluer votre séance, vous pouvez faire un bilan avec les autres éducateurs de votre catégorie en discutant simplement de la séance et du comportement de vos joueurs. Vous pouvez aussi demander à un éducateur qu'il vous observe sur votre séance ou sur votre situation sur des points précis (façon d'animer, types de retours, comportements des joueurs...). Le moyen le plus efficace est bien sûr de vous faire filmer et d'analyser votre animation avec une personne compétente.

Ce dernier moyen est très intéressant car il permet d'évaluer sa séance mais aussi de prévoir la prochaine.

Evaluer sa séance n'est donc pas la chose la plus facile mais ça vous permettra de vous améliorer en tant qu'éducateur et de faire progresser votre groupe de joueur.

G/ PLANIFIER SA SAISON SPORTIVE



Aborder cette partie peut sembler difficile mais nous allons la rendre la plus simple possible.

- A) Pouvons-nous parler de planification chez les jeunes ?
- B) Comment fonctionner avec les résultats du week-end ?
- C) Comment planifier ?

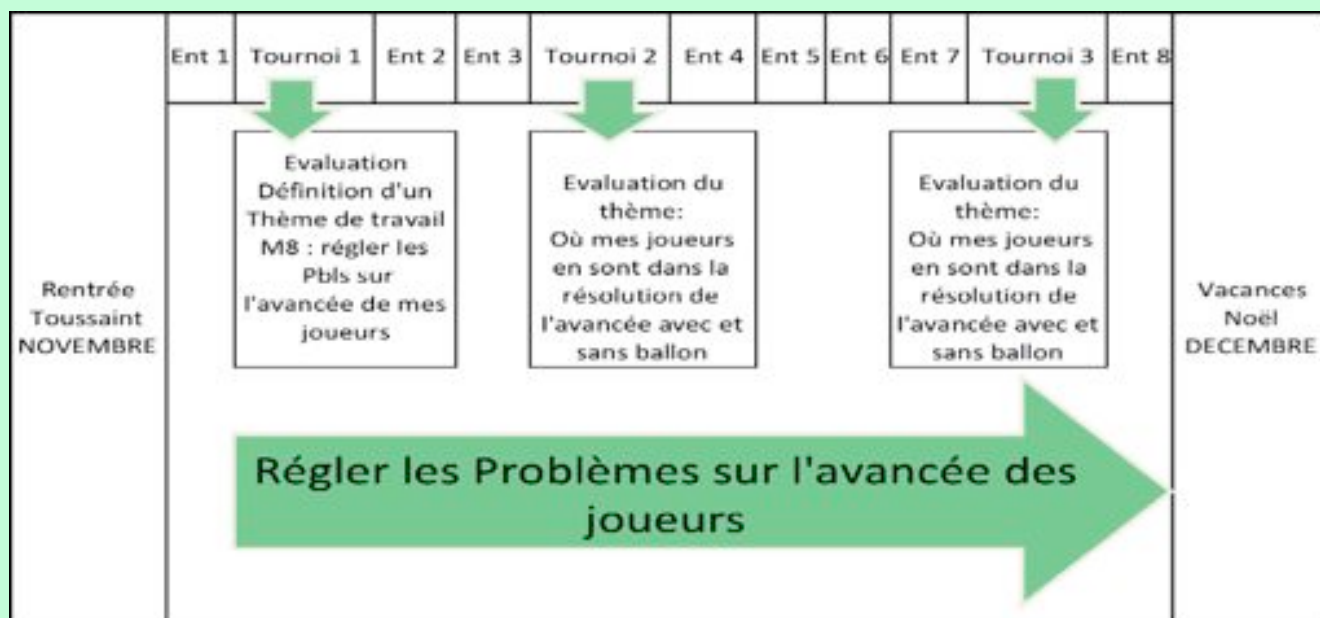
Voici quelques réponses à ces questions :

A) Planifier permet d'une part de se projeter sur la saison et de la programmer et **d'autre part de stabiliser les compétences développées chez le joueur**. Nous pouvons donc et il faut parler de planification chez les jeunes joueurs.

Planifier, c'est programmer sur une période (plus ou moins précise ce sont souvent, en école de rugby, des périodes entre les différentes vacances) un cycle de travail précis qui permettra à notre joueur de revoir plusieurs fois les mêmes choses (ou du moins sur le même thème) afin qu'il puisse les réinvestir plus facilement pendant l'activité.

B) Vous pouvez vous servir d'un tournoi pour définir la thématique à planifier. Les Tournois suivants permettent alors de valider votre thème du moment.

Sur un exemple plus concret : J'ai 10 moins de 8 ans, lors du premier tournoi après la Toussaint, je me rends compte qu'ils n'avancent pas avec le ballon. Je vais donc faire un cycle sur l'avancée. Cycle de la reprise des vacances de la Toussaint au début des vacances d'hiver soit environ 6 à 8 séances d'entraînement. Les prochains tournois serviront d'évaluation du thème :



Planifier est très complexe mais doit rester très simple en école de rugby. **Afin de construire sa saison, il est primordial d'avoir évalué le niveau de ses joueurs (Voir PARTIE C EVALUER SON GROUPE).**

Ensuite on pourra déterminer une planification à l'année où il est possible de classer par thème de travail. Cette planification peut être modifiée et va dépendre de multiples facteurs. Voici comment la planification peut être abordée en la différenciant en 5 grandes périodes :

1 ^{ière} Période → Rentrée Rugby aux vacances de la Toussaint	Evaluation initiale de son collectif. Reprise et consolidation des acquis des années précédentes. Pendant cette période, intégration des nouveaux avec apprentissage accéléré ou utilisation de la transversalité (c'est mettre un moins de 8 ans tout débutant et première année avec les moins de 6 ans sur un entraînement par exemple)
2 ^{ième} Période → Fin de la Toussaint à Noël	Premier Thème d'apprentissage
3 ^{ième} Période → Fin de Noël aux vacances d'hiver	Deuxième Thème d'apprentissage
4 ^{ième} Période → Fin de l'hiver aux vacances de printemps	Troisième Thème d'apprentissage
5 ^{ième} Période → Jusqu'à la fin de l'année	Consolidation des acquis / Ludique et situation d'évaluation pour l'entraîneur de l'année suivante
Toute l'année	Ce sont des thèmes de travail qui peuvent être abordés un peu toute l'année sans pour autant en faire des gros cycles de travail. Vous pouvez les faire en même temps qu'un Apprentissage ou lors d'un stage. Le jeu au pied et le gainage sont des thèmes qui doivent être travaillés un petit peu mais toute l'année et rarement sur des cycles précis

La première et la dernière période de l'année permettent de fidéliser les joueurs avec des jeux ludiques⁷ mais elles permettent aussi d'évaluer les joueurs en vue de la saison à venir ou prochaine.

Il y a donc 3 grandes périodes d'apprentissage qui peuvent selon l'importance du thème abordé, les conditions climatiques, l'état du terrain, etc... se transformer en 2 périodes (en fonction des régions, la période Janvier - Février peut passer d'un potentiel de 8 entraînements à seulement 1 ou 2) donc **il se peut qu'il n'y ait que 2 grandes périodes d'apprentissages.**

⁷ Il n'est pas dit que les jeux ludiques ne doivent pas être utilisés pendant l'année bien au contraire. Plus la catégorie entraînée est jeune, plus l'apprentissage par du ludique va être important.

Voici un exemple d'une planification en Moins de 8 ans : Cette planification est à titre d'exemple et peut être aussi bien utilisée en Moins de 10 ans en fonction de la progression et du niveau des joueurs

1 ^{ère} Période → Rentrée à la Toussaint 6 à 8 entraînements	Travail sur le côté affectif et sur la sécurité du joueur. Reprise des acquis de Moins de 6 ans : « repérer et avancer vers la cible »
2 ^{ème} Période → Fin de la Toussaint à Noël 8 à 10 entraînements	Attitudes au contact (aussi bien en attaque que défense)
3 ^{ème} Période → Fin de Noël à la fin aux vacances d'hiver	Assurer la continuité du jeu : jouer ou faire jouer.
4 ^{ème} Période → Fin de l'hiver aux vacances de printemps	Travail du soutien dans l'axe et jeu au sol
5 ^{ème} Période → Jusqu'à la fin de l'année	Consolidation des acquis / Ludique et situation d'évaluation sur « jouer et faire jouer »
Toute l'année	Gros travail sur de la gestuelle, de la manipulation de balle et sur des jeux ludiques. Apprendre le règlement petit à petit en fonction des thèmes de travail abordés. Travail sur la réactivité, les appuis sur des ateliers ludiques ou plutôt spécifique. Jeu au pied sous toutes ses formes Effectuer des rappels notamment après les vacances car les enfants oublient très vite ce qui a été vu précédemment.

Pour conclure, il faut planifier en Ecole de Rugby sur au moins 6 séances (jusqu'à 10) afin de conserver une certaine continuité dans l'apprentissage (comme à l'école) et donc obtenir une meilleure progression.

Mais attention à ne pas se fixer trop d'objectifs sur une saison car nous l'avons vu précédemment (Cf Le temps d'engagement moteur), nous disposons de peu de temps...

Ce guide est un complément de la formation fédérale. Considérez le comme un outil qui doit vous aider à aborder la saison sportive plus sereinement avec votre collectif.



Ce guide a été élaboré par Stéphane Germain (Conseiller Rugby Territorial Bourgogne) en collaboration avec l'équipe technique bourguignonne. Merci à Riadh Djait pour son appui.

Pour tous renseignements, contacter Stéphane Germain à l'adresse mail suivante : stephane.germain8@gmail.com

Le guide est téléchargeable sur le site du comité de Bourgogne : <http://www.rugby-bourgogne.com>

