



LE RUGBY

A L'ECOLE



L'ACTIVITE RUGBY AU CYCLE 3

. Les objectifs et les situations d'apprentissage

Développer les habiletés motrices

- La passe à dix
- Le bécot ballon
- La petite thèque

Accepter le contact

- Le rugby à quatre pattes
- Le filet
- Les sorciers

Avancer / Protéger -Conserver / Récupérer

- Les zones
- L'épervier
modifié
- Le quintette

Développer ses capacités d'adaptation

- Le bon choix
- L'arrêt sur image
- L'espace
- Le dos tourné
- Le trio

LA PASSE A DIX

But du jeu :

- Se faire dix passes de suite (5 au départ) sans perdre le ballon.

Organisation :

- Délimiter un terrain rectangulaire de 20m sur 10m (à adapter selon l'effectif)
- 2 équipes avec des signes distinctifs (dossards, foulards).

- 1 ballon de rugby.

Déroulement :

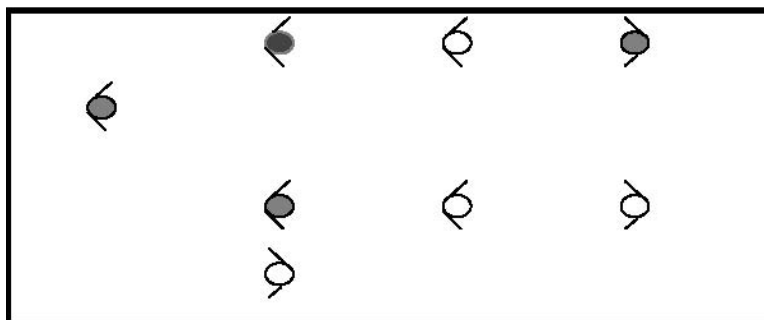
- L'enseignant lance le ballon dans le terrain.
 - L'équipe réceptionnaire commence alors un jeu de passes.
 - Le ballon est donné à l'équipe adverse :
 - si les joueurs sont parvenus à se faire dix passes d'affilée (1 point)
 - si la balle tombe au sol.
 - si l'un des porteurs du ballon fait plus de 3 pas avec celui-ci et/ou conserve la balle plus de 3s , sur place, sans la passer.
- Les opposants ne peuvent ni frapper, ni arracher le ballon. Ils peuvent faire écran avec leur corps et intercepter le ballon.

Variantes :

- Un joueur n'a pas le droit de rendre le ballon à celui qui lui a passé.

Indicateurs de réussite :

- Après répétitions, chaque équipe réussit de plus en plus souvent et de plus en plus rapidement à se faire dix passes d'affilée.



LE BERET BALLON

But du jeu :

- Se passer le ballon le plus vite possible.

Organisation :

- Equipes de 5 à 6 joueurs numérotés (préférer 4 équipes de 6 à 2 équipes de 12).
- 1 cerceau, 1 ballon (par équipe).
- Des plots plats pour marquer le positionnement des joueurs en cercle.

Déroulement :

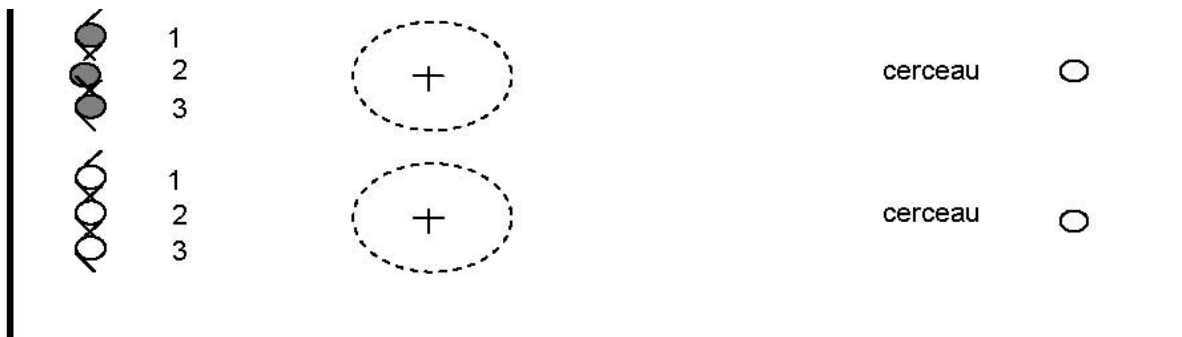
- A l'appel de son numéro, le joueur va ramasser le ballon dans le cerceau puis se placer au centre du cercle.
 - A cet instant, il lève le bras pour donner le signal à ses partenaires qui viennent l'entourer en se positionnant sur le cercle.
 - Commence alors un jeu de passes entre le joueur appelé et ses équipiers qui reçoivent puis renvoient chacun à leur tour le ballon au joueur central. Tout ballon tombé impose de recommencer la passe.
 - Ensuite celui-ci va replacer le ballon dans le cerceau et revient dans son camp où ses partenaires l'auront précédé.
 - Celui des deux joueurs qui franchit la ligne le premier donne 1 point à son équipe.
- En cas d'effectif inégal, doubler certaines passes).

Variantes :

- Pour le joueur central : imposer un type de passe (à gauche, à droite, de face)
- Augmenter la distance entre les joueurs.

Indicateurs de réussite :

- Après répétitions, de moins en moins de ballons ne tombent et le temps s'améliore (chronométrer les passages).



LA PETITE THEQUE

But du jeu :

- Se placer, se replacer sur le terrain
- Se passer le ballon le plus vite possible.

Organisation :

- 2 équipes : - les lanceurs-passeurs en cercle
 - les réceptionneurs dispersés sur le terrain avec un joueur posté dans une surface délimitée par 4 plots.
- 1 ballon de rugby, 1 balle de tennis, des plots plats pour délimiter l'emplacement des joueurs en cercle.

Déroulement :

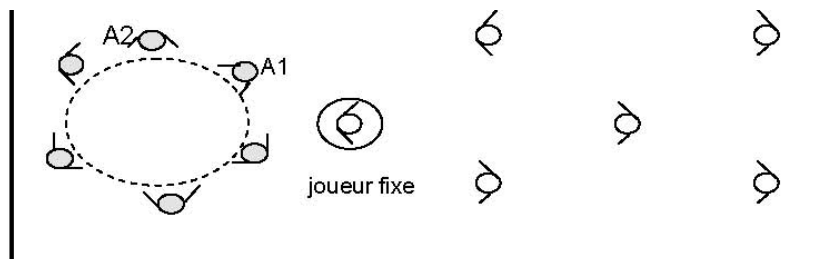
- Au signal, le joueur A1 envoie la balle de tennis le plus loin possible dans le terrain occupé par l'équipe adverse (donner des limites latérales).
 - Ensuite il regagne le cercle où sont placés ses équipiers, ramasse le ballon de rugby qu'il passe à A2...
 - On compte le nombre de tours effectué par le ballon (désigner un « compte-tours »).
 - Pendant ce temps, l'équipe adverse récupère la balle de tennis et par un jeu de passes à l'arrêt, la fait parvenir à son joueur posté qui crie « stop » dès qu'il est en possession de la balle.
- N.B : le joueur ayant récupéré la balle doit s'immobiliser, les joueurs pouvant se déplacer sans la balle mais pas en possession de celle-ci.
- Pour les joueurs en cercle, le ballon est posé au sol, le décompte s'arrête et ne reprend que lorsque A2, après avoir effectué à son tour son lancer, a regagné sa place dans le cercle.
 - Après le passage de tous les joueurs A, indiquer le nombre de tours (le décompte continue jusqu'à la fin du dernier lancer) puis inverser les rôles.
 - A gagné l'équipe qui dans son rôle de lanceurs-passeurs a fait effectuer le plus de tours au ballon.

Variantes :

- Remplacer la balle de tennis par un ballon de rugby et le lancer à la main par un tir au pied.
- Ecarter les joueurs en cercle afin d'obtenir des passes plus longues.

Indicateurs de réussite :

- Pour les lanceurs-passeurs : faire effectuer de plus en plus de tours au ballon (lancers de balle et passes en cercle de plus en plus efficaces).
- Pour les réceptionnaires : récupérer et acheminer le ballon le plus vite possible (occupation du terrain et jeu de passes de plus en plus efficaces).



LE RUGBY A QUATRE PATTES

But du jeu :

- Marquer des essais en se déplaçant à quatre pattes.
- Protéger sa cible.

Organisation

- Délimiter un terrain rectangulaire (10m sur 5m).
- Un sol « confortable » n'agressant pas les genoux.
- 2 équipes avec des signes distinctifs.

-1 ballon peu gonflé (facile à trouver).

Déroulement :

- 2 équipes s'affrontent à quatre pattes.
- Les joueurs doivent aplatir le ballon derrière la ligne de but adverse.
- La passe en avant est autorisée et on acceptera les déplacements sur les seuls genoux (nécessaires en particulier lors des passes)

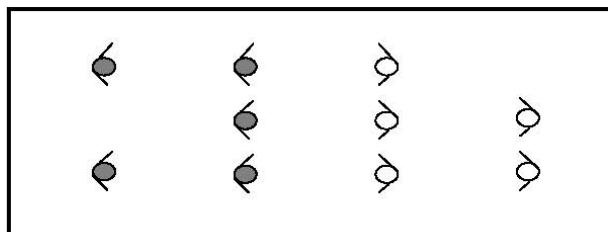
-Le ballon change de camp : si un joueur sort des limites du terrain. si un joueur porteur du ballon est mis sur le dos par un adversaire.

- La remise en jeu se fait par une passe de l'arbitre à l'équipe bénéficiaire, l'équipe qui défend se plaçant à 5m.

- Après chaque point marqué, le jeu repart du milieu du terrain.

Variantes :

- Jouer sur le rapport effectif / largeur du terrain pour modifier la fréquence des contacts (plus le terrain sera étroit, plus les contacts seront nombreux).



LE FILET

But du jeu :

- Pour les joueurs en cercle : plaquer le maximum d'adversaires
- Pour les joueurs extérieurs : se rendre derrière l'une des lignes du carré.

Organisation :

- Délimiter un terrain carré de 30m de côté (à adapter selon l'effectif).
 - 2 équipes : - « le filet de pêche », disposée à l'extérieur du cercle balisé, composée de joueurs possédant chacun un foulard accroché à la ceinture dans le dos..
 - « Les poissons » placée à l'intérieur du cercle.
- Prévoir un espace suffisamment grand pour éviter les « télescopages ».
- Des foulards, des chasubles, des ballons (variante).

Déroulement :

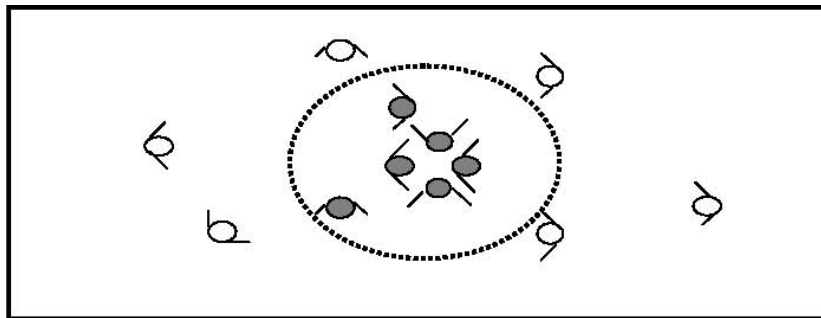
- L'équipe « les poissons » choisit, en secret, un nombre de 1 à 10 puis se dispose à l'intérieur du cercle.
- L'équipe « le filet de pêche » se positionne à l'extérieur du cercle et chacun de ses joueurs, dans un ordre convenu à l'avance, donne, à haute voix, un nombre de 1 à 10 .
- A l'annonce du nombre choisi, les joueurs « intérieurs » quittent le cercle pour se rendre derrière l'une des lignes du carré balisé.
- Les joueurs extérieurs tentent de les arrêter en attrapant leurs foulards.
- Comptabiliser le nombre de foulards pris puis inverser les rôles après 3 passages successifs.
- A gagné l'équipe, qui dans son rôle de « filet » a réussi le plus de prises.

Variantes :

- Inverser la consigne (nombre choisi par l'équipe « filet ») afin de donner un avantage à la défense.
- Supprimer les foulards et demander d'arrêter les « poissons » en les immobilisant au sol.
- Introduire des ballons en demandant à chaque « poisson » d'aller marquer un essai derrière l'un des quatre côtés du carré (difficile à mettre en place si le nombre de ballons disponible est peu important).
- Ne laisser qu'un ballon en jeu : les « poissons » pouvant se passer la balle pour aller marquer l'essai (ne pas se préoccuper des en-avant, privilégier la tactique collective). Seul le porteur du ballon peut être plaqué.

Indicateurs de réussite

Après répétitions, le nombre de plaquages réussis augmente.



LES SORCIERS

But du jeu :

- Ceinturer le maximum d'adversaires
- Eviter l'adversaire

Organisation :

- Délimiter un terrain rectangulaire (dimensions à adapter selon l'effectif).
- 2 groupes : - les coureurs
 - les sorciers (environ un quart de l'effectif avec un signe distinctif (foulards, dossards...)).
- 1 ballon pour la variante.

Déroulement :

- Les coureurs se déplacent sur le terrain.
- Au signal du maître, les sorciers entrent sur le terrain et essaient d'immobiliser le plus possible de coureurs, en les immobilisant, dans le temps qui leur est imparti (environ 3 mn).
- Le coureur pris reste sur place mais peut reprendre le jeu s'il est touché par l'un de ses équipiers qui ainsi le délivre.
- Changer les sorciers à la fin du temps prévu (prévoir des temps de récupération pour un jeu qui peut être fatigant).
- A gagné l'équipe de sorciers qui a immobilisé le plus de joueurs.

Variantes :

- Les coureurs se passent un ballon. Seul le porteur du ballon peut être ceinturé.
- Les sorciers essaient de réaliser le maximum de ceinturages (compter à haute voix par le maître).
- Il n'y a plus d'immobilisation, le joueur ceinturé reprenant le jeu, les défenseurs reculant à 5 m lors de la reprise du jeu de passes.

Indicateurs de réussite :

- Après répétitions, toutes les équipes de sorciers améliorent leur nombre de ceinturages réussis.

LES ZONES

But du jeu :

- Progresser collectivement dans une situation de surnombre face à des adversaires à champ d'action limité.
- S'opposer à la progression adverse.

Organisation :

- Délimiter un terrain rectangulaire avec 5 zones .
- 2 équipes : les attaquants (8 joueurs). les défenseurs répartis par zones (2 par zone).
- 1 ballon.

Déroulement :

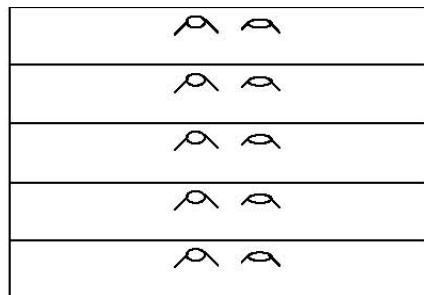
- Les attaquants doivent aller marquer un essai (5 points).
- Les défenseurs, qui n'interviennent que dans leur zone, doivent s'emparer du ballon ou pousser le porteur de la balle hors des limites du terrain pour mettre fin à la tentative des attaquants.
- Les attaquants marquent 1 point par zone franchie.
- Effectuer 5 passages successifs (changer de zones les défenseurs à chaque passage : avancer d'une zone)
- Inverser les rôles.
- A gagné l'équipe qui dans son rôle d'attaquants a marqué le plus de points.

Variantes :

- Ne placer que 4 attaquants et des soutiens extérieurs (1 par zone) qui entrent sur le terrain, à l'appel du maître, dès que leurs équipiers sont bloqués (debout ou au sol).
- Adapter le nombre de défenseurs (1 par zone) et la largeur des zones en cas de progression difficile.

Indicateurs de réussite :

- Après répétitions, les attaquants marquent de plus en plus de points.



L'EPERVIER MODIFIE

But du jeu :

- Marquer trois essais le plus rapidement possible.

Organisation :

- Délimiter un terrain rectangulaire
- 2 équipes avec des signes distinctifs : les attaquants et les défenseurs.
- 3 ballons, 1 chronomètre.

Déroulement :

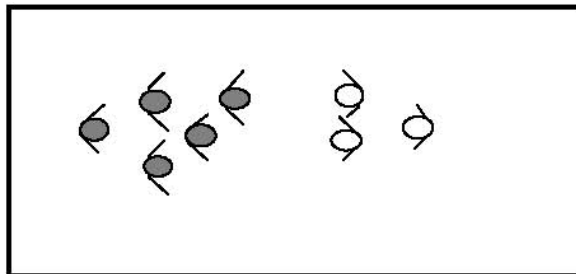
- L'équipe attaquante doit en jouant avec les règles fondamentales (le tenu et l'en-avant) porter le plus rapidement, l'un après l'autre, les 3 ballons dont elle dispose au départ, derrière la ligne de but adverse.
- L'autre équipe délègue 3 éperviers qui doivent s'opposer à la progression des attaquants en arrêtant le porteur du ballon.
- L'épervier ne récupère pas le ballon, il ne fait que retarder l'équipe attaquante.
- Les sorties des limites du terrain, les en-avant, les bloquages du ballon sont sanctionnés par un arrêt et une remise en jeu par le maître au profit de l'équipe attaquante.
- Les 2 équipes tenant l'une après l'autre le rôle d'attaquant et de défenseur, c'est celle qui aura porté ses ballons le plus rapidement qui aura gagné.
- Organiser plusieurs manches, chaque joueur devant tenir le rôle « d'épervier ».

Variantes :

- Même déroulement mais c'est l'équipe entière et non plus 3 joueurs qui s'oppose, sans jouer le ballon, à la progression de l'équipe attaquante.

Indicateurs de réussite :

- Après répétitions, les attaquants améliorent le temps mis pour marquer les 3 essais.



LE QUINTETTE

But du jeu :

- Marquer des essais face à une défense de plus en plus nombreuse.
- S'opposer à la progression de l'adversaire et récupérer le ballon.

Organisation :

- Délimiter un terrain rectangulaire
 - 2 équipes avec des signes distinctifs : les attaquants et les défenseurs.
- 1 ballon.

Déroulement :

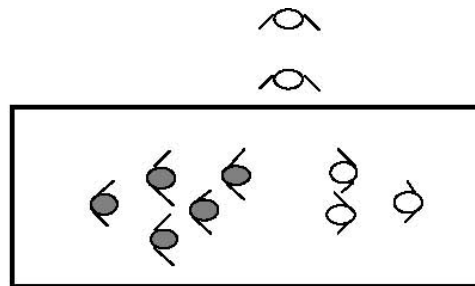
- Le maître passe le ballon à l'un des 5 attaquants qui s'organisent pour marquer un essai.
- Ils effectuent 5 passages successifs au cours desquels ils sont opposés à 1, 2, 3, 4 puis 5 défenseurs.
 - Les attaquants comptabilisent, s'ils réussissent à marquer un essai :
 - 1 point à 5 contre 1
 - 2 points à 5 contre 2
 - 3 points à 5 contre 3
 - 4 points à 5 contre 4
 - 5 points à 5 contre 5
- Le passage prend fin lorsque le ballon sort ou s'il est récupéré par un défenseur.
- En cas de faute des attaquants (en-avant), la progression est stoppée mais le ballon leur est rendu.

Variante ;

- Placer les défenseurs différemment (groupés, étalés, en escalier).

Indicateurs de réussite :

- Après répétitions, les attaquants marquent de plus en plus de points.



LE BON CHOIX

But du jeu :

- Marquer un essai.

Organisation :

- Délimiter un terrain rectangulaire
- 2 équipes placées en colonne perpendiculairement au terrain.
- 4 plots pour positionner les équipes et matérialiser les obstacles à contourner.

-1 ballon.

Déroulement :

- Le maître annonce, à haute voix, un nombre (ex : 3). Cette annonce représente le nombre de joueurs de chaque équipe qui doivent quitter leur base puis contourner le plot opposé avant d'entrer sur le terrain.
- Le maître met alors la balle en jeu (passe à un joueur, ballon lancé en l'air, posé au sol...).
- Chaque équipe s'organise pour s'emparer du ballon et marquer un essai.
- Les utilisateurs jouent avec les règles apprises (en-avant, tenu). Toute faute entraîne une interruption du jeu et la remise de la balle à l'équipe non fautive.
- Dès que l'une des équipes a marqué un essai, les joueurs vont se placer à la fin de leur colonne respective et le jeu reprend avec l'appel de joueurs suivants (2, 4 ...).
- A gagné l'équipe qui à la fin du jeu a marqué le plus de points (1 point par essai).
- Remarque : lorsque le maître annonce « 4 », ce sont les quatre premiers joueurs de chaque colonne qui partent (et non pas les deux qui sont en quatrième position dans leur colonne).

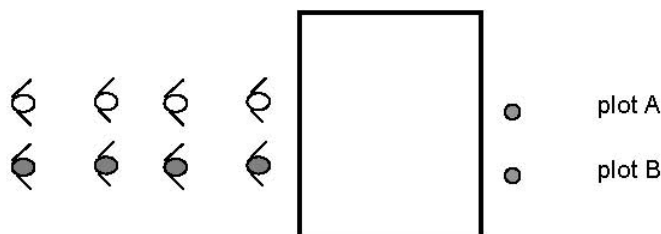
Variantes :

- La mise en jeu de la balle par le maître : sur le premier joueur, sur le soutien... qui conduira à des situations de jeu diverses et à des choix tactiques différents des joueurs.
- Faire jouer des situations de surnombre (ne pas appeler le même nombre de joueurs dans chaque colonne).
- Appeler des joueurs en soutien après blocage.

Indicateurs de réussite :

La lecture du jeu s'améliore et selon la situation :

- le joueur avance avec le ballon
- le joueur passe la balle à un joueur en soutien
- le joueur conserve le ballon en attendant le soutien.



L' ARRET SUR IMAGE

But du jeu :

- Marquer des essais

Organisation :

- Délimiter un terrain rectangulaire.
- 2 équipes placées chacune sur un demi-terrain, au départ du jeu.

-1 ballon

Déroulement :

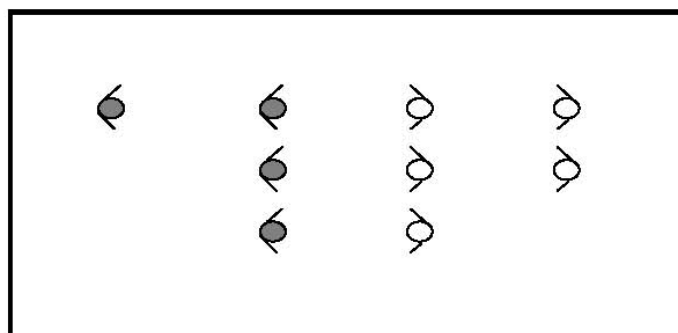
- Le jeu se déroule avec les règles apprises (le tenu et l'en-avant).
- Lorsque le maître dit « stop » (ou siffle) tous les joueurs s'arrêtent instantanément.
- L'enseignant demande aux équipiers du porteur du ballon de lever le bras puis à ceux qui pensent être bien placés de le baisser.
- Cet « arrêt sur image » permet de faire prendre conscience à certains joueurs que leur positionnement en avant du porteur du ballon (position de hors-jeu) leur interdit toute participation au jeu de leur équipe.
- Le maître compte à haute voix jusqu'à 5 avant que le jeu ne reprenne afin de permettre aux joueurs mal placés de se repositionner (les défenseurs reculant à 3 m du porteur du ballon).

Variantes :

- Varier les lancements de jeu (ex : balle lancée à un joueur en retrait) afin d'obtenir des replacements divers.

Indicateurs de réussite :

- Après répétitions, de moins en moins d'interruptions de jeu ne sont nécessaires.



L' ESPACE

But du jeu :

- Marquer des essais

Organisation :

- 2 équipes avec des signes distinctifs.
- Délimiter un terrain carré (25m sur 25m).

- Sur deux des côtés, un plot de couleur.
- 1 ballon.

Déroulement :

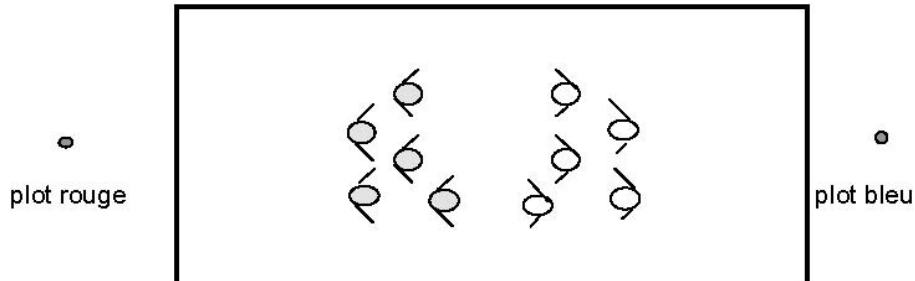
- Les deux équipes se déplacent d'une manière désordonnée sur le terrain.
- A un moment, le maître donne le ballon à l'un des joueurs d'une équipe, désigne la ligne d'en-but à atteindre à haute voix (ex : rouge) et commence à compter à haute voix.
- Le réceptionnaire s'immobilise et s'oriente vers la ligne annoncée, ses partenaires se disposent derrière lui.
- Les adversaires, qui doivent récupérer le ballon pour marquer dans la zone opposée (ici plot bleu) se positionnent à 3m.
- Dès que le maître a compté jusqu'à 5, le jeu démarre.
- Le jeu se déroule avec les règles apprises (le tenu, l'en-avant) jusqu'à ce qu'un essai soit marqué.
- Ensuite, une nouvelle situation est proposée (ballon donné à un autre joueur, ligne d'en-but différente).

Variantes :

- Placer un plot de couleur différente sur chacun des quatre côtés (4 lignes d'en-but possibles).
- Varier les lancements de jeu (ballon donné à des joueurs excentrés) afin d'obtenir des replacements divers.

Indicateurs de réussite :

- Après répétitions, chaque joueur est concerné et se met en mouvement dès le passage de la consigne du maître.



LE DOS TOURNE

But du jeu :

- Marquer des essais.

Organisation :

- Délimiter un terrain rectangulaire.
- 2 équipes placées chacune sur leur demi-terrain, au départ du jeu.

- 1 ballon.

Déroulement :

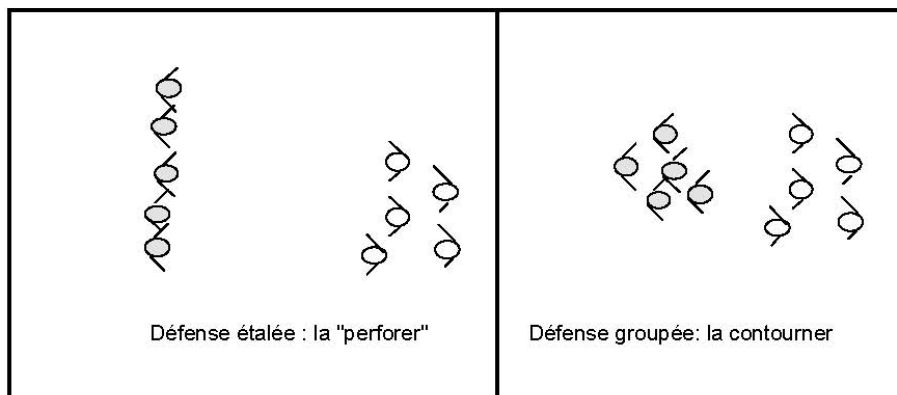
- Au départ du jeu, l'équipe attaquante tourne le dos aux défenseurs.
- Ces derniers, sur les conseils du maître, se positionnent sur le terrain en se regroupant ou en s'étalant.
- Au signal, les attaquants en possession du ballon se retournent puis s'organisent pour marquer un essai, les défenseurs s'opposant à leur progression et tentant de récupérer le ballon.
- Remarque : il s'agit de conduire les attaquants à adopter la forme de jeu adaptée à la position de la défense.
- *si la défense est étalée, il faut la « perforer » collectivement.*
- *si la défense est groupée, il faut la contourner après l'avoir fixée (bloquée, « scotchée »...).*

Variantes :

- Placer la défense de différentes manières afin de ne pas stéréotyper les réponses.

Indicateurs de réussite :

- Après répétitions, la réponse des attaquants est de plus en plus adaptée à la position de la défense.



LE TRIO

But du jeu :

- Marquer des essais.

Organisation :

- 3 groupes en colonne : les attaquants, les passeurs, les défenseurs (ces derniers faisant face aux deux autres).

- Après chaque passage : organiser les rotations : attaquant → défenseur



Déroulement :

- Les deux joueurs offensifs (le passeur et l'attaquant) tentent de marquer un essai.
- Le défenseur s'oppose à la progression en plaquant le porteur du ballon ou en s'emparant de la balle.
- La situation de surnombre (2 contre 1) doit conduire, après tâtonnements, les joueurs à adopter une stratégie : le passeur doit redresser sa course vers l'extérieur du défenseur afin de le fixer (c'est-à-dire le placer sur « des rails » pour l'empêcher de se porter dans une autre direction).
- Ensuite deux situations peuvent se présenter :
 - si le défenseur est fixé, P passe le ballon à A qui accélère et déborde le défenseur pour marquer.
 - si le défenseur anticipe et se dirige sur A, P feinte la passe et accélère pour marquer.

Variantes :

- Modifier le placement du défenseur (départ sur le côté).

Indicateurs de réussite :

- Après répétitions, le choix du porteur du ballon est adapté à la situation.

