

# Découvrir le rugby pour l'utiliser en EPS

Planète Ovale

Académie d'Orléans-Tours / Comité FFR du Centre / UNSS

## Rugby : définitions et programmes EPS

### Définition

Le rugby est un sport collectif de conquête de territoire par des luttes et des courses. Il s'agit en effet de faire avancer le ballon vers l'en-but adverse tout en le conservant, dans un cadre réglementaire particulier.

### Programmes

#### *Niveau 1 collège (BOEN spécial n°6, 28 août 2008) :*

- Dans un jeu à effectif réduit et sur un terrain de largeur limitée, rechercher le gain d'un match par des choix pertinents permettant de conserver et de faire avancer le ballon jusqu'à l'en-but adverse face à une défense qui cherche à freiner ou bloquer sa progression.
- S'inscrire dans le cadre d'un projet de jeu simple lié à la progression du ballon. Respecter les partenaires, les adversaires et les décisions de l'arbitre.

#### *Niveau 2 collège (BOEN spécial n°6, 28 août 2008) :*

- Dans un jeu à effectif réduit, rechercher le gain d'un match en enchaînant les actions offensives basées sur l'alternative de jeu de pénétration ou en évitement face à une défense qui cherche à bloquer le plus tôt possible la progression du ballon.
- S'inscrire dans le cadre d'un projet de jeu simple lié au franchissement de la ligne d'avantage. Observer et coarbitrer.

#### *Niveau Seconde, lycée (classe de seconde) : BOEN Hors Série N°6, 29 août 2002*

- Obtenir le gain d'une rencontre en utilisant prioritairement l'espace de jeu pour créer et utiliser le déséquilibre en perforant et/ou en contournant la défense qui cherche à maîtriser les changements de tâches imposés par les changements de statut (défenseur attaquant).
- Les élèves intègrent de façon rigoureuse les règles liées au contact corporel et aux différentes modalités de blocage et placage.

#### *Niveau 1 lycée, cycle terminal : BOEN Hors Série N°5, 30 août 2001*

- Rechercher le gain d'une rencontre de rugby par la mise en place d'une organisation collective qui privilégie l'enchaînement d'actions par relais, avec ou sans regroupements et "déblayages", pour surpasser une défense collective en ligne qui veut reconquérir le ballon.
- Les élèves sont capables de recueillir des informations pour élaborer un projet collectif.

#### *Niveau 2 lycée, cycle terminal : BOEN Hors Série N°5, 30 août 2001*

- Rechercher le gain d'une rencontre de rugby par la mise en œuvre de choix tactiques collectifs fondés sur la continuité du mouvement en augmentant la vitesse d'exécution et de remplacement.
- Les élèves utilisent de façon optimale leurs ressources au regard des modalités d'action élaborées.

# Entrée(s) dans l'APSA

## Entrée par le règlement :

Introduire successivement les règles fondamentales à partir de la « passe à 10 » :

1. Les conditions de marque (pas d'intervention sur le PB, règles ultime)
2. Les droits d'intervention sur le Porteur de Balle (ceinturer)
3. En Avant et hors jeu
4. Les droits d'intervention sur le Porteur de Balle (placage) et le tenu.

## Entrée par le combat :

Utiliser des jeux de lutte à effectif très réduit, sur un terrain étroit pour favoriser le contact. Insister sur les droits d'intervention sur le porteur de balle et sur le placement du dos et des appuis. Augmenter l'effectif au fur et à mesure.

## Entrée par l'évitement :

Le rugby scratch (et le rugby touch).

# Gestion de la sécurité

1. Gérer les distances entre les équipes à chaque lancement de jeu pour éviter des joueurs avec beaucoup de vitesse augmentant les intensités d'impact (donc les risques de blessure). Réduire la largeur pour éviter les retours en arrière pour contourner (et donc prise de vitesse).
2. La recherche de l'attaque des intervalles : il est plus facile de rentrer en passant par la porte qu'en cassant le mur ! Cela permet d'éviter les comportements « rentre dedans ».
3. Le placement du dos pour pousser, plaquer, protéger.
4. Bien préciser les droits d'intervention sur le porteur de balle (attraper, serrer, accompagner) et dans les regroupements (se placer, puis pousser).

# Quelques thèmes techniques

## Placage

La cible est le bassin du porteur de balle. Il s'agit de serrer le bassin du porteur de balle avec ses bras (image de la pince, tenaille ou du sécateur. Placer la tête contre le bassin, placage avec l'épaule. Tenir le plaqué jusqu'au sol.

## Constitution des regroupements

Lorsque 1 est bloqué, 2 peut venir prendre la balle et garder 1 comme un bouclier (double corps obstacle). 3 et 4 viennent protéger les flancs de 2 afin qu'aucun adversaire ne vienne (de part son camp) gêner 2. Il existe alors des lignes de hors jeu passant par les pieds des derniers participants au regroupement de son équipe.

## Jeu déployé

A ce niveau, il s'agit d'éloigner la balle d'une zone de contact (de front) où la défense est dense. Ce type de jeu doit permettre d'exploiter des intervalles plus grands. Les passes sont plus longues et doivent être tendues pour aller plus vite que la défense.



## **Jeu au pied**

Il peut s'introduire après la maîtrise de l'alternance du jeu groupé et du jeu déployé. Nous préconisons l'utilisation uniquement d'un jeu au pied offensif qui reste dans le terrain, ballon maîtrisé (on ne tire pas dans un ballon au sol : sécurité). Ce type de jeu s'utilise face à une défense organisée en un rideau. Les espaces derrière sont laissés libres : jeu court rasant ou par-dessus, ou jeu long. L'intention est de récupérer la balle suite au jeu au pied.

L'intérêt de l'introduction de cette forme de jeu est de forcer l'équipe défensive à créer un deuxième (voir troisième) rideau défensif, et donc d'alléger le premier rideau.

## **Logique de progression (dialectique attaque / défense)**

1. Favoriser l'attaquer : faire progresser la balle vers l'en-but adverse.
2. Renforcer la défense (nouveaux droits, nouvelles techniques, nouvelles stratégies).
3. Déborder la défense : création de regroupement (alors interdiction du placage), exploiter la largeur par le jeu déployé, utilisation du jeu au pied pour contraindre à l'allègement du premier rideau défensif.
4. Maîtriser l'attaque : intervenir tôt pour éviter la création de regroupements, réorganisation des rideaux défensifs systématique dans le mouvement général.

## **Contribution au socle commun**

En référence aux sept piliers du socle commun de compétence :

### **La maîtrise de la langue française :**

Enrichir son vocabulaire en utilisant des termes spécifiques, s'exprimer au sein de son équipe pour décider d'un projet.

Parler correctement : maîtrise de la grammaire et des conjugaisons.

### **La pratique d'une langue vivante étrangère :**

Utiliser des termes spécifiques anglais.

### **Les principaux éléments de mathématiques et la culture scientifique et technologique :**

Utilisation des notions simples de mathématiques pour analyser des indicateurs chiffrés dans le jeu.

Entreprendre une démarche scientifique pour trouver des solutions aux problèmes posés : analyse du contexte et détermination d'une hypothèse (solution), essai de la solution et réfutation ou acceptation (et adaptations/modifications nécessaires).

### **La maîtrise des techniques usuelles de l'information et de la communication :**

Utilisation de tableurs reprenant des données chiffrées relevées dans le jeu si les conditions le permettent (accès aux matériels).

### **La culture humaniste :**

Accéder à une pratique de plus en plus médiatisée en France, mais encore très régionalisée. Connaissances techniques et tactique (différencier le jeu à 15 et le jeu à 7 olympique).

### **Les compétences sociales et civiques :**

Respecter le règlement et les autres, travailler en équipe, tenir les différents rôles (arbitre, marqueur, chronométreur). Le fait de pouvoir intervenir sur le porteur de balle (et pas seulement sur le ballon) engendre nécessairement une coopération pour atteindre voulu le but : marquer (1).

---

<sup>1</sup> [www.ac-orleans-tours.fr/eps/pedagogie/Valeurs\\_intrinseques\\_RG.pdf](http://www.ac-orleans-tours.fr/eps/pedagogie/Valeurs_intrinseques_RG.pdf)

## **L'autonomie et l'initiative :**

Affiner la connaissance de soi et des autres au travers d'actions collectives entreprises et d'émotions vécues. Prendre des initiatives au cours du jeu en relation avec le projet collectif adopté. Connaissance de soi, ses points forts et faibles, connaissances de ses partenaires et adversaires. Prendre des initiatives dans le groupe pour gérer collectivement une situation d'apprentissage ou de match.

# **Interdisciplinarité**

## **Sciences physiques**

La quantité de mouvement (Q) est une notion qui peut être appréhendée en rugby.  $Q = \text{Masse} \times \text{Vitesse}$ . Elle représente une intensité d'impact. Donc, en rugby, il faut comprendre que plus un joueur (la masse ne varie pas) a de vitesse, plus la quantité de mouvement sera importante, donc l'impact sera plus intense. Un attaquant qui a de la vitesse sera donc plus difficile à attraper et arrêter. Il est donc moins efficace de défendre loin, ce qui permettra au PB de se lancer. Il est donc plus aisé de défendre au plus près.

Les représentations vectorielles des forces peuvent être utilisées en rugby pour montrer les axes de poussée, les positions de poussée. Ainsi, rester droit (vertical) pour pousser est peu efficace (forces de poussée orientées vers le haut).

## **Français**

Des ouvrages autour du rugby ont été écrits et peuvent servir de support. Par exemple :

- Petit bruits de couloir de Philippe Guillard, Table Ronde, 2001.
- Les contes du rugby de Henry Garcia, Table Ronde, 2007.
- La SNCF a édité un recueil de nouvelles à l'occasion de la coupe du monde de rugby 2007, certaines peuvent être intéressantes, il faut malgré tout faire un tri.

## **Langues vivantes**

Des articles sont facilement trouvables concernant le rugby en langues vivantes et notamment en anglais. Le rugby est largement développé dans les pays du Royaume-Uni.

## **Histoire**

Le boycott Sud Africain : beaucoup de Nations ont refusé de jouer contre les Springboks pendant l'Apartheid (voir le film Invictus, Clint Eastwood, 2009).

Les raisons de la sortie du rugby à 15 des Jeux olympiques à partir de 1924 (bagarre indigne de l'olympisme entre Français et Américains en finale)

## **Géographie**

Identification et situations des grandes Nations du rugby, des villes ayant un club professionnel...

# **TJCE**

Il est possible d'utiliser l'image pour faire prendre conscience du mauvais placement d'un élève : l'appareil photo numérique ou le caméscope permettent de donner une image à l'élève de son activité.

Par exemple : pour le placement du dos en situation de poussée, filmer l'élève de profil lui permet de contrôler la position de son dos (dos plat) et de ses appuis.

L'utilisation des logiciels Dartfish ou Kinovea peut alors être un plus.