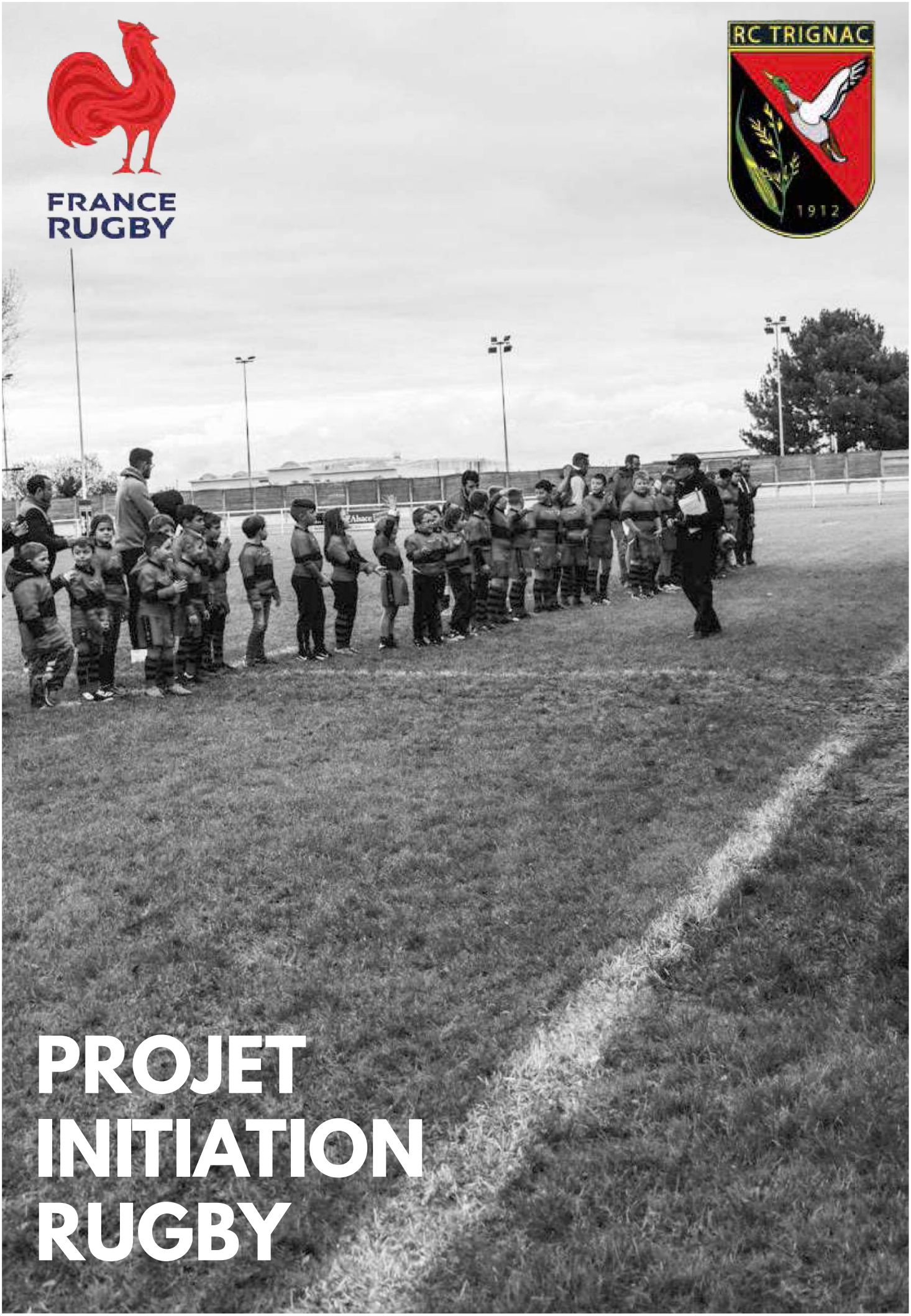
FRANCE RUGBY

RC TRIGNAC 1912



PROJET INITIATION RUGBY

SOMMAIRE

LE RUGBY C'EST QUOI ? 02

POURQUOI PRATIQUER LE RUGBY 03

MISE EN PLACE D'UN CYCLE RUGBY 04

FORCE XV
MANOCEAN
MSO
GILBERT
GTR 3000
Rugby Club Trignac
FORCE XV
EDR

LE RUGBY C'EST QUOI ?

Le rugby se définit donc comme un sport de **lutte** et **d'évitement** :
« Lutte pour la conquête du ballon ET évitement des adversaires pour marquer l'essai. »

Pour l'initiation au rugby lors des temps périscolaires, le Rugby Club propose de supprimer les phases de conquête (mêlée/touche), de combat (maul, ruck) et de privilégier l'évitement en laissant libre cours aux utilisateurs pour élaborer la stratégie qu'ils entendent la meilleure pour marquer.

Nous allons donc nous porter vers une pratique beaucoup plus ludique du rugby et favoriser les nouvelles formes de jeu vues à **l'École de Rugby (U6 à U14)**.

→ **Le Toucher 2 secondes** : Nous supprimons la règle du plaquer et n'utilisons que la règle du toucher, un enfant opposant touche à 2 mains l'attaquant, ce dernier doit effectuer une passe à un coéquipier dans les 2 secondes.

L'objectif est de rendre la pratique plus ludique et plus participative (favoriser les oppositions en effectifs réduits 5vs5).

«LE RUGBY C'EST L'HISTOIRE D'UN BALLON AVEC DES COPAINS AUTOUR ET QUAND IL N'Y A PLUS DE BALLON IL RESTE LES COPAINS»

Le règlement de cette activité est très simple et se résume aux règles fondamentales du rugby qui sont :

- **La Marque.**
- **l'En-avant (le hors-jeu)**
- **le Tenu (règle du plaquage)**
- **les Droits et Devoirs du joueur**

LA POSTE
GILBERT
adidas

POSTE
adidas

LES RÈGLES FONDAMENTALES

Cette activité est définie par 4 règles fondamentales :

01 **La Marque :** « On doit aplatir le ballon sur ou derrière la ligne d'essai ».

02 **Le Hors-jeu :** « On ne peut pas passer le ballon en direction de la ligne d'essai ».

03 **Le Tenu :** « On peut plaquer (à la ceinture) le porteur de balle pour le faire tomber au sol. Au sol, le PB doit lâcher ou passer le ballon immédiatement ».

04 **Les Droits et Devoirs du joueur :** « On peut courir, sauter, plaquer, porter/passer le ballon, ... », « On ne peut pas faire mal volontairement à un autre joueur ».

Et par 4 principes fondamentaux (pour les joueurs) :

01 **Avancer :** « Pour marquer, il faut que je porte le ballon vers la ligne d'essai ».

02 **Assurer la continuité du jeu :** « Mon équipe doit pouvoir jouer après/avec moi ».

03 **Maintenir la ligne d'affrontement :** « Je dois m'opposer à l'équipe adverse ».

04 **Être loyal :** « Je dois respecter les règles du jeu et les différents acteurs du jeu (partenaires/adversaires/arbitres/...) ».

« UNE DÉMARCHE SÉCURITAIRE ET ADAPTER AU MILIEU SCOLAIRE »

FORMES DE PRATIQUE

Depuis septembre 2018, la Fédération Française de Rugby (FFR) a pris plusieurs mesures pour favoriser la SÉCURITÉ des jeunes pratiquant à l'École de Rugby en favorisant dans un premier temps le jeu d'évitement avec une quête d'espaces qui correspond à un JEU DE MOUVEMENT.

Les principales dispositions sont :

Le toucher deux secondes (avec les deux mains simultanément). L'opposant ne défend pas en plaquant mais en touchant son adversaire avec les deux mains (jeu sans contact).

L'interdiction du passage en force : un joueur porteur du ballon ne peut percuter volontairement un adversaire arrêté.

Le jeu à effectif réduit : Le jeu à 5 vs 5 favorise le jeu d'évitement. Favoriser l'intégration de chaque enfant au sein d'un collectif réduit.

Voici les différentes formes de pratiques que nous utiliserons lors de nos initiations rugby et leurs intérêts éducatifs :

POURQUOI PRATIQUER LE RUGBY

1) POUR L'ENFANT :

PLAN MOTEUR :

Développement des habiletés gestuelles,

Travail de la coordination (membres inférieurs/supérieurs, droite/gauche),

Alternance d'action (tirer, pousser, sauter, courir, tomber, lutter...),

Sollicitation des différents groupes musculaires,

Travail de l'endurance, de la vitesse et de la puissance,

Sollicitation des différentes filières énergétiques,

Entretien de la souplesse,

Gestion de son capital physique.

PLAN SOCIAL :

- Respecter autrui : « droits et devoirs du joueur » (règles fondamentales),
- Savoir accepter le contact (ex : être déséquilibré par un adversaire),
- Communiquer (élément essentiel d'un sport collectif),
- Savoir s'écouter tout en écoutant les autres,
- Savoir gérer ses émotions,
- Jouer en sécurité pour les partenaires et les adversaires,
- Participer à la gestion du collectif.

PLAN COGNITIF, PERCEPTIF ET DÉCISIONNEL :

Voir : prise d'informations,

Décider : prise d'initiatives (aspect tactique),

Agir : recherche d'efficacité de l'action choisie.

PLAN CULTUREL :

- Découvrir une discipline peu développée dans notre région avec ses règles et ses conduites,
- Histoire et géographie du rugby : découvrir des pays où le rugby est un sport majeur (ex : Nouvelle Zélande, Afrique du Sud, Fidji...).

2) POUR L'INTERVENANT :

DÉCOUVERTE DE L'ACTIVITÉ :.

Le rugby est une **A.P.S** qui permet de développer les différentes ressources des élèves :

- **Ressources physiques :** vitesse, force, endurance....
- **Ressources biomécaniques :** coordination, équilibre, souplesse, ...
- **Ressources affectives :** compréhension des réactions affectives et émotionnelles.
- **Ressources cognitives :** compréhension des causes et des effets de l'action, ainsi que les possibilités de communication nécessaires aux actions collectives.
- **Ressources perceptives :** identification, sélection et utilisation des informations nécessaires à l'action

MISE EN PLACE DE D'UN CYCLE RUGBY

STRUCTURATION CYCLE

Nous vous proposons 1 formule unique pour des initiations rugby au sein de votre école. La formule peut être construite en collaboration avec les enseignants de chaque classe. La formule devra également s'adapter aux caractéristiques des enfants ainsi qu'aux conditions de pratique.

Pour que l'intérêt éducatif soit mutuel nous conseillons des cycles d'initiation de 6 séances. L'intervenant rugby survolera tous les différents aspects du rugby et accompagnera l'enseignant à s'approprier l'activité.

L'animateur sportif anime la première séance rugby en présence de l'enseignant. Lors de la séance suivante l'enseignant réalisera seul, la même séance que la précédente.

SÉANCE 1 : CLUB

SÉANCE 2 : ENSEIGNANT

SÉANCE 3 : CLUB

SÉANCE 4 : ENSEIGNANT

SÉANCE 5 : CLUB

SÉANCE 6 : ENSEIGNANT

*L'enseignant est responsable de son groupe et doit obligatoirement être présent lors de l'animation de la séance par un animateur sportif du club.

INTÊRET ÉDUCATIF

Nous confectionnerons nos séances grâce notamment au champ d'apprentissage d'EPS de **l'Éducation Nationale**.

→ L'objectif est de coller le plus possible aux attendus scolaires dans un intérêt éducatif et pédagogique. Nous nous réfèrerons au champ d'apprentissage 4, « Conduire et maitriser un affrontement collectif ou interindividuel » qui correspond au sport collectif qu'est le rugby.

A4	*Conduire et maitriser un affrontement collectif ou interindividuel*		
	TRAVAILLEES	T4.1	Rechercher le gain du jeu, de la rencontre.
		T4.2	Comprendre le but du jeu et orienter ses actions vers la cible.
		T4.3	Accepter l'opposition et la coopération.
		T4.4	S'adapter aux actions d'un adversaire.
		T4.5	Coordonner des actions motrices simples.
		T4.6	S'informer, prendre des repères pour agir seul ou avec les autres.
		T4.7	Respecter les règles essentielles de jeu et de sécurité.
	ATTENDUS	A4.1	S'engager dans un affrontement individuel ou collectif en respectant les règles du jeu.
		A4.2	Contrôler son engagement moteur et affectif pour réussir des actions simples.
		A4.3	Connaitre le but du jeu.
		A4.4	Reconnaitre ses partenaires et ses adversaires.
		A4.5	Compétences travaillées.

A4	*Conduire et maitriser un affrontement collectif ou interindividuel*		
	TRAVAILLEES	T4.1	Rechercher le gain de l'affrontement par des choix tactiques simples.
		T4.2	Adapter son jeu et ses actions aux adversaires et à ses partenaires.
		T4.3	Coordonner des actions motrices simples.
		T4.4	Se reconnaitre attaquant et défendre.
		T4.5	Accepter de tenir des rôles simples d'arbitre et d'observateur.
		T4.6	S'informer pour agir.
	ATTENDUS	A4.1	S'organiser tactiquement pour gagner le duel ou le match en identifiant les situations favorables de marque.
		A4.2	Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu.
		A4.3	Respecter les partenaires, les adversaires et l'arbitre.
		A4.4	Assurer différents rôles sociaux (joueur, arbitre, observateur) inhérents à l'activité et à l'organisation de la classe.
		A4.5	Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter.

EDUSCOL – CYCLE 3 /ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE/ les ressources pour construire l'enseignement
Champ d'apprentissage "Conduire et maitriser un affrontement collectif ou interindividuel"

LES ENJEUX ET LES CONTENUS D'ENSEIGNEMENT POUR BÂTIR LES MODULES OU CYCLES D'APPRENTISSAGE

Domaines du socle	Compétences générales en EPS	Contribution du champ d'apprentissage n° 2 aux compétences générales et aux domaines du socle : les enjeux de formation
Domaine 1 Le langage	Développer sa motricité et apprendre à s'exprimer en utilisant son corps	• **Construire le langage de son corps :** - utiliser son corps pour coopérer ou s'opposer aux autres dans un affrontement pour gagner une rencontre ; - se doter d'une motricité habile dans l'usage du ballon, de la raquette, de l'arme, ou simplement de son corps, pour réaliser l'affrontement et les coopérations nécessaires ; - réaliser des actions d'attaque et / ou de défense individuelles et / ou collectives opportunes et efficaces dans un contexte d'affrontement équilibré. • **Apprendre à lire le langage du corps des autres :** - utiliser les prises d'informations, l'analyse du jeu pour identifier les partenaires / adversaires et le rapport de forces ; - repérer dans l'espace de rencontre les indices pertinents, les codes du langage corporel pour voir et prévoir le jeu de l'adversaire ; - prendre des repères extérieurs à son corps puis sur son corps pour situer l'espace libre occupé, les partenaires et adversaires. • **Le langage corporel pacifique :** se doter d'une motricité habile pour contrôler son engagement physique, l'affrontement.
Domaine 2 Les outils pour apprendre	S'approprier par la pratique physique et sportive, des méthodes et outils	• **Apprendre à apprendre :** - par l'action, répéter pour construire puis stabiliser des habilités motrices, de prise d'informations, sur les indices pertinents. Apprendre en faisant, en observant, en analysant les résultats ; - apprendre à réinvestir dans un contexte différent d'affrontement et / ou en jeu réduit ; - apprendre en identifiant et en gérant en permanence les dilemmes ou alternatives de jeu : conserver / perdre l'avantage ; progresser seul ou avec un partenaire ; attaquer / défendre. • **Apprendre à lier : projet de faire savoir-faire (individuel et collectif) :** - exploiter les armes, les stratégies d'actions mises en place pour rechercher le gain du match ou du duel et les analyser pour soi et pour les autres. • **Exploiter les outils pour observer et prendre seul ou collectivement des décisions :** observations croisées, outils matériels directs, outils numériques.
Domaine 3 La formation de la personne et du citoyen	Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités	• **Respecter les règles de sécurité, le règlement pour faire et permettre de faire.** • **Respecter et comprendre les rôles à assurer (partenaire, adversaire, arbitre, observateur, coach) et les règles du jeu.** • **Se doter d'une posture sociale :** - accepter le résultat, perdre et gagner loyalement sans se laisser dépasser par l'enjeu ; - garantir en tant qu'arbitre ou juge la sécurité du ou des pratiquants dans un contexte de match ou duel réglementé ; - accepter la victoire et la défaite en respectant notamment les rituels des duels ou matchs ; - organiser un tournoi, savoir remplir une feuille de match (systèmes « coupe, championnat, montante / descendante »)
Domaine 4 Les systèmes naturels et les systèmes techniques	Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière	• **Contrôler sa gestuelle et son intégrité** - identifier les possibilités de son corps grâce ou face aux autres afin de s'engager ; - apprendre à gérer ses ressources pour assurer l'enchainement des rôles d'attaque et de défense ; - contrôler son engagement sans débordement par rapport à ses possibilités en respectant les règles des duels ou des matchs.
Domaine 5 Les représentations du monde et l'a activité humaine	S'approprier une culture physique sportive et artistique	• **Se doter d'une culture de travail collectif et de production collective.** • **S'approprier les valeurs** (combattivité, affrontement, loyauté, solidarité, sécurité), la culture, l'histoire, les usages (échauffement, entrainement, techniques, stratégies, arbitrage, règlements), le lexique spécifique. • **S'approprier une culture de l'opposition sportive** (rituel, cérémonial codifié, règlements). • **Adopter des comportements responsables,** basés sur les notions de respect et de solidarité, constitutifs des valeurs de la République

Nous axerons nos interventions sur une approche ludique de l'activité rugby, en y intégrant le plus possible des grands jeux ludiques. Notre objectif est de favoriser l'épanouissement de l'enfant par le jeu au détriment de la règle pure du rugby.

NOS AXES DE DÉCOUVERTE :

Duel/Évitement : habilité motrice, appuis/vitesse, différencier Attaquant/Opposant (défenseur),

La Passe : habilité technique + règle (avec les CM prioritairement),

S'organiser en équipe pour marquer : leadership, règle de la marque, rôle dans l'équipe. Nous favoriserons les jeux en collectif réduit (5vs5) ou alors avec plusieurs ballons. L'enfant progresse à son rythme, chacun possède le même temps d'activité.

Voir contact : appréhension du contact avec l'adversaire et le sol (petits jeux de lutte en 1vs1).

CONDITIONS DE PRATIQUE

- Ne pas porter de vêtements à capuche
- Ne pas porter de bijoux ou de montre
- S'attacher les cheveux
- Enlever ses lunettes si possible
- Avoir une gourde pour se désaltérer

PORTER UN SHORT OU UN JOGGING

AVOIR DES CHAUSSURES ADAPTÉES À LA PRATIQUE SPORTIVE (CHAUSSURES FERMÉES ET ATTACHÉES)

AIRE DE JEU / MATÉRIELS

- TERRAIN SYNTHÉTIQUE / HERBE
- PLAINE DE JEUX

NOS SÉANCES S'ADAPTERONS AUX CONDITIONS ET AUX LIEUX DE PRATIQUES. LE CLUB METTRA À DISPOSITIONS DES ÉCOLES LE MATÉRIEL SUIVANT :

- BALLONS DE RUGBY (TAILLE 3 OU 4) – 15 BALLONS PRÉTÉS
- DES PLOTS DE COULEURS
- DES CHASUBLES

NOS SÉANCES

LE CADRE DE SÉANCE :

10 MIN de face à face pédagogique

Proposer des situations de la partie ÉCHAUFFEMENT - situation/jeu « évolutive » en lien avec le thème de la séance, en fonction du niveau des élèves.

30 MIN : SITUATION D'APPRENTISSAGE - une ou deux situations en favorisant la découverte de l'activité et l'apprentissage des règles fondamentales, proposer une progression (simplification ou complexification) en fonction des réponses des élèves.

20 MIN : SITUATION D'AFFRONTEMENT COLLECTIF - Terminer la séance sur une situation d'opposition entre deux équipes à effectif réduit afin de recontextualiser les apprentissages au plus près de la logique de l'activité. Deux équipes jouent. (Deux équipes observent et arbitrent ou 4 équipes jouent sur deux terrains, animation de l'éducateur sportif et de l'enseignant).

LES REPÈRES DE NOS INTERVENTIONS :

« Favoriser la notion de plaisir est prioritairement recherchée »

Jeux de manipulation de balle (technique individuelle), Jeux de lutte (appréhension les formes de contacts). Situations jouées, aménagées, réduites (1 c 1) (favoriser l'autonomie de l'enfant dans la découverte de la pratique).

Utilisation de l'imaginaire pour introduire les règles fondamentales.
Proposer des situations globales (grands jeux) permettant d'introduire les règles fondamentales.

Privilégier le mouvement général (adapté aux possibilités des élèves) et les situations dites « ouvertes » favorisant des choix de l'élève et privilégiant les ressources informationnelles plutôt que les situations d'apprentissages techniques

Utiliser du matériel pour aménager les situations (Mise en place de la séance sur site 20min avant l'intervention)

Notre club travaille à mettre en place des « Fiches ateliers » en lien avec ses éducateurs bénévoles et le coordinateur sportif du club.

→ L'Objectif est de centraliser dans une base de données commune, une multitude de « Fiches ateliers » reparties par thèmes.
(Habilités motrice, habilités techniques – Passes, Duel/Évitements, Toucher 2s, Flag Rugby, Jeu au contact, lutte, ...)

Le **Rugby Club Trignacais** souhaite bénéficier d'un large choix d'ateliers et donc bonifier ses apports pédagogiques auprès des enfants. Cette initiative peut avoir un double objectif, les écoles ou autres collectivités peuvent bénéficier d'un choix d'orientation de séances.

PASSE - Habilités techniques

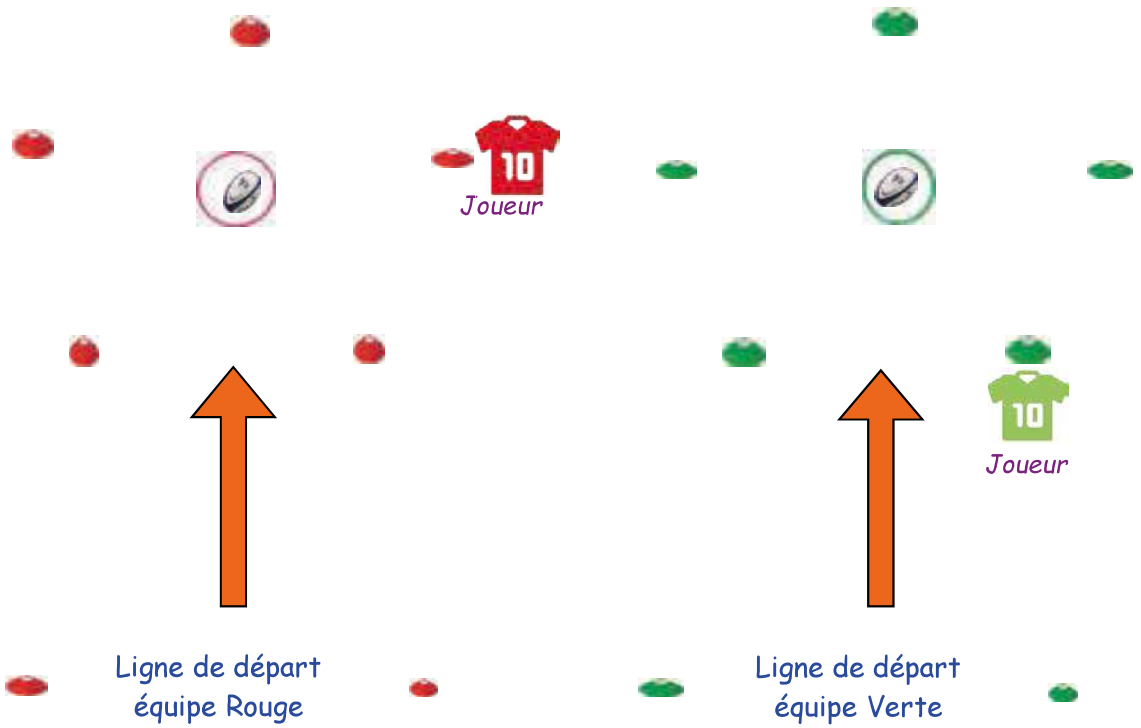
N°1 - Horloge

CYCLE			Organisation			
2	CP	X	extérieur	intérieur	constitution du groupe	*groupe entier*
	CE1	X				*1/2 groupe*
	CE2	X				
3	CM1	X				*Dissociation haut et bas du corps (habilités techniques et motrices).*
	CM2	X	X	X		

matériels																		
X		X	X	X	X					X								

autre

schéma



Exercice N°1	CONSIGNES + DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE
5 COMPETENCES DE BASES	AUX ELEVES : Les joueurs de chaque collectif se répartissent sur leur ligne de départ respectif. Chaque joueur possède un numéro (selon le nombre de joueur) comme au "béret". L'éducteur annonce un numéro. Dès lors, les joueurs annoncés courent jusqu'au cerceau de son équipe où est positionné un ballon. Lorsque le joueur est à l'intérieur du cerceau en possession du ballon, cela signifie le départ de l'action pour ses coéquipiers. Ces derniers se précipitent sur les plots de couleur. Le but : réaliser "une passe redoublée" avec les coéquipiers, "je donne et je redouble avec le passeur central". Une
C1.1	

	C1.2		A
	C1.3		
	C2.1		
	C2.2		EDUACTEUR
	C3.1		
	C3.2		
	C3.3		
	C4.1		SECURITE
	C4.2		
	C5.1		
	C5.2		

fois que tous les joueurs de l'équipe ont effectué leur passage, l'équipe se replace sur la ligne de départ le plus vite possible. La première équipe replacée gagne la manche.

Le ballon tombe, l'équipe recommence l'intégralité du tour.
Le dernier joueur revient sur la ligne de départ une fois que le ballon est replacé dans le cerceau.

Faire attention de ne pas marcher/courir sur les plots (possibilité de remplacer les plots par des gommettes de couleurs).
Distancer la ligne de départ/arrivée d'un mur d'une salle pour éviter les arrêts brusques.

CHAMPS D'APPRENTISSAGE
CYCLE 2/3

TRAVAILLEES	T4.1	
	T4.2	
	T4.3	
	T4.4	
	T4.5	
	T4.6	
	T4.7	
ATTENDUS	A.4.1	
	A.4.2	
	A.4.3	
	A.4.4	
	A.4.5	

CRITÈRES DE RÉALISATION

Réception du ballon :
1.Tendre ses bras, "offrir une cible à son adversaire" : Mains en forme de triangle au niveau de la poitrine.
2. Réceptionner le ballon avec le bout des doigts (crocheter le ballon), la main extérieure vient chercher le ballon.
3. Appeler son partenaire pour lui donner une indication sur l'orientation (automatisme à prendre pour la suite - Jeu semi collectif/collectif).

Passe :
1.Transférer la charge du bassin pour faire pivoter le corps.
2. Garder le bras opposé à la passe parallèle au sol.
3. Pivoter les épaules en direction du réceptionneur.
4. Prendre l'information de la position du joueur à qui je vais faire la passe avant de réceptionner le ballon.
5. Notre regard suivra la direction du ballon.
6. Les mains terminent leur trajectoire dans la direction du réceptionneur.

RÉGULATION - VARIANTES

-	Dissocier l'exercice en démarrant l'atelier déjà placé sur les plots (s'appliquer dans un premier temps sur le mouvement de la passe). Modifier le signal de départ (effectuer un calcul pour définir le nombre ou bien taper dans ses mains).
+	Réaliser l'exercice avec des ballons de différentes tailles ou bien en changeant le ballon (ex : balle de tennis, ballon de basket). Modifier les modes de déplacement pour aller jusqu'aux plots (marche arrière, pas chassés, montée de genoux,...) ; Possibilité d'utliser l'exercice pour l'échauffement ou bien en "prépa physique". Modifier le mode de départ (assis, allongé sur le dos/ventre, gainage...).

OBSERVATIONS - CRITÈRES DE RÉUSSITE

Ne pas faire tomber de ballon.
Effectuer le tour de passe le plus rapidement possible en gardant le bon mouvement pour la réalisation de la passe (mouvement unilatéral).
Elaborer une stratégie collective afin d'etre plus efficace et plus rapide que l'équipe adverse.

PASSE - Habilités techniques

N°2 Golf Rugby

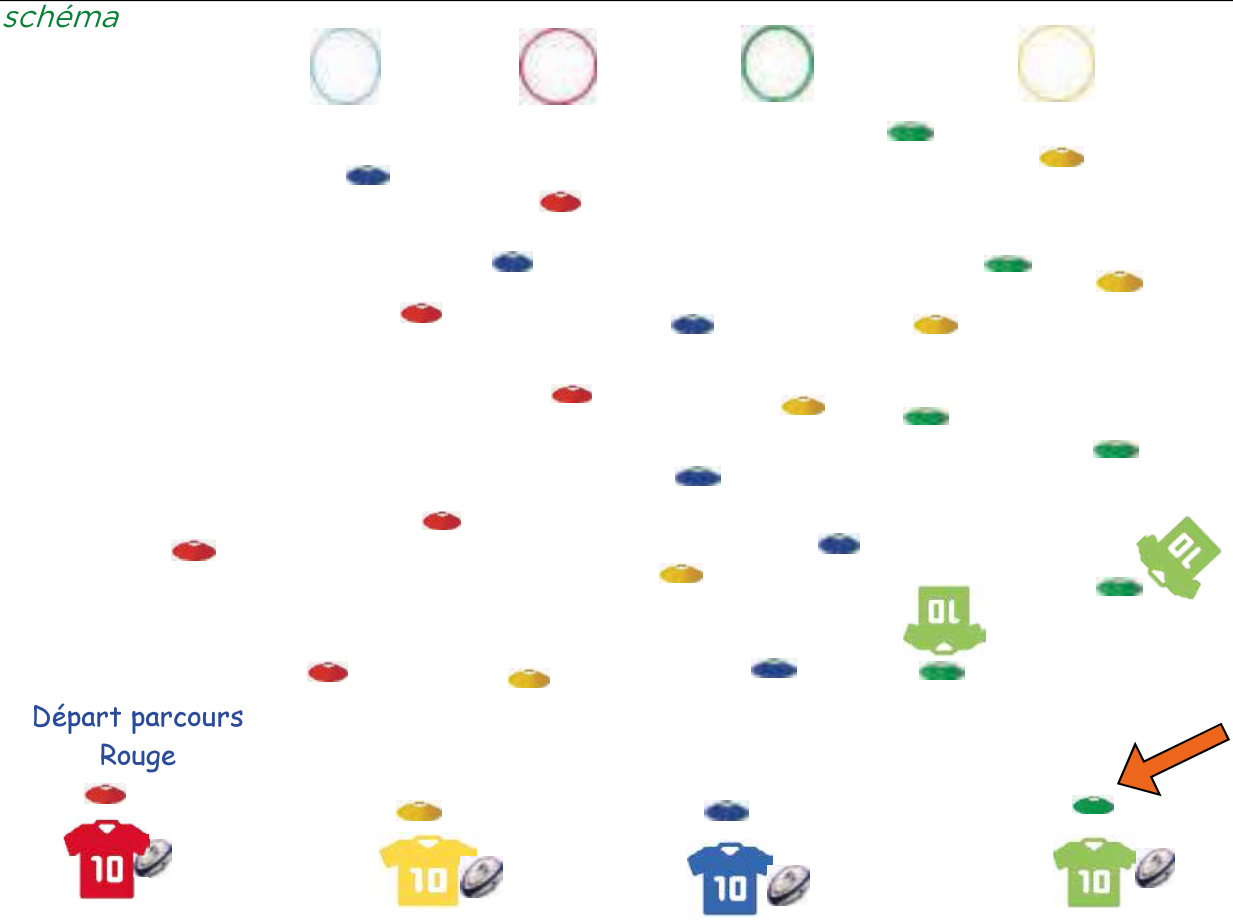
CYCLE			Organisation			
2	CP	X	extérieur	intérieur	constitution du groupe	*groupe entier*
	CE1	X				*1/2 groupe*
	CE2	X				
3	CM1	X				
	CM2		X	X		

Être capable de faire une passe de rugby, dissociation haut et bas du corps (habilités techniques et motrices).

matériels																		
	X		X	X	X	X					X							

autre

schéma



Exercice N°2	CONSIGNES + DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE
5 COMPETENCES DE BASE	AUX ELEVES
C1.1	Les enfants sont répartis par équipe correspondant au nombre de parcours différents (ex :4). Ils sont tous positionnés en équipes derrière le plot de départ (flèche orange).
C1.2	Objectif : Faire passer le ballon par la passe sur l'ensemble des bases (plots) correspondant à son parcours. La première équipe ayant applati le ballon dans le cerceau de son parcours gagne la partie.
C1.3	Au signal, les enfants de l'équipe se positionnent sur les plots suivants pour déplacer le ballon par la passe. (ex : équipe verte) L'enfant ayant effectué une passe réussie passe au plot suivant.

C2.1			
C2.2		EDUACTEUR	Le ballon tombe, l'équipe recommence la passe. Les enfants s'assoient derrière le cerceau d'arrivée. Retourner le plot pour valider le passage par cette base.
C3.1			
C3.2			
C3.3			
C4.1		SECURITE	Faire attention de ne pas marcher/courir sur les plots (possibilité de remplacer les plots par des gommettes de couleurs). Éviter de croiser les parcours pour des classes CP/CE.
C4.2			
C5.1			
C5.2			

CHAMPS D'APPRENTISSAGE
CYCLE 2/3

CRITÈRES DE RÉALISATION

Réception du ballon :
1.Tendre ses bras, "offrir une cible à son adversaire" : mains en forme de triangle au niveau de la poitrine.
2. Réceptionner le ballon avec le bout des doigts (crocheter le ballon), la main extérieure vient chercher le ballon.
3. Appeler son partenaire pour lui donner une indication sur l'orientation (automatisme à prendre pour la suite - Jeu semi collectif/collectif).

Passe :
1.Transférer la charge du bassin pour faire pivoter le corps.
2. Garder le bras opposé à la passe parallèle au sol.
3. Pivoter les épaules en direction du réceptionneur.
4. Prendre l'information de la position du joueur à qui je vais faire la passe avant de réceptionner le ballon.
5. Notre regard suivra la direction du ballon.
6. Les mains terminent leur trajectoire dans la direction du réceptionneur.

TRAVAILLEES	T4.1	
	T4.2	
	T4.3	
	T4.4	
	T4.5	
	T4.6	
	T4.7	
ATTENDUS	A.4.1	
	A.4.2	
	A.4.3	
	A.4.4	
	A.4.5	

RÉGULATION - VARIANTES

-	Diminuer le nombre de bases Diminuer la distance entre chaque plot Ne pas réaliser le parcours comme course
+	Réaliser l'exercice avec des ballons de différentes tailles ou bien en changeant le ballon (ex : balle de tennis, ballon de basket) Modifier le mode de départ (assis, allongé sur le dos/ventre, gainage...) Agrandir la distance entre chaque plot / Augmenter le nombre de bases

OBSERVATIONS - CRITÈRES DE RÉUSSITE

Ne pas faire tomber de ballon
Effectuer le tour de passe le plus rapidement possible en gardant le bon mouvement pour la réalisation de la passe (mouvement unilatéral)
Établir un gain de point par partie (Ex : Première équipe = 3pts)

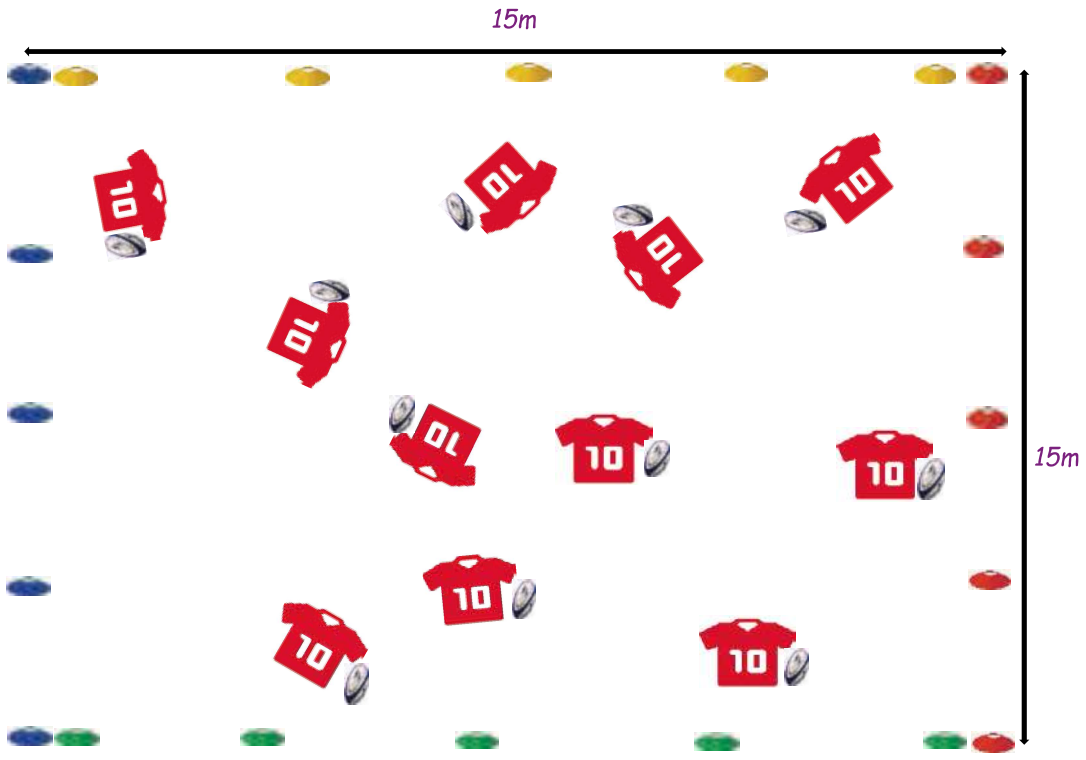
MOTRICITÉ - Découverte Ballon Oval

N°3 Carré Magique

CYCLE			Organisation			
2	CP	X	extérieur	intérieur	constitution du groupe	*Groupe entier*
	CE1	X				*1/2 Groupe*
	CE2	X				
3	CM1	X				*Découvrir et utiliser un ballon de rugby, apprentissage des règles fondamentales.*
	CM2	X	X			

matériels																		
	X					X												
autre																		

schéma



Exercice N°3	CONSIGNES + DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE
5 COMPETENCES DE BASE	AUX ELEVES
C1.1	Jeu sous la forme d'un "Jacques à dit" : Les enfants réalisent les consignes demandées (les enfants jouent dans l'espace de jeu délimité) : Variation des déplacements / Motricité avec le ballon (autour de la taille, entre les jambes etc..) / Apprentissage de la passe en mouvement Apprentissage de la marque : "marquer un essai à la ligne jaune" En fin de cycle jeu avec contact : "au signal, les joueurs sans ballon doivent sortir les joueurs avec ballon du terrain" = Apprentissage Utilisateur / Opposant
C1.2	
C1.3	

C2.1		
C2.2		
C2.3		
C3.1		
C3.2		
C3.3		
C3.4		
C4.1		
C4.2		
C4.3		
C5.1		
C5.2		

EDUCATEUR	Pour CP/CE mettre un nombre important de plots : compréhension du terme ligne pour les plots Animer la situation de l'intérieur pour que les enfants soient toujours en mouvement
SECURITE	Augmenter les espaces pour éviter les colisions Se protéger avec le bras

CRITÈRES DE RÉALISATION

CHAMPS D'APPRENTISSAGE
CYCLE 2/3

Être toujours en mouvement
Bien repérer les lignes d'essais pour rapidement s'orienter sur le terrain
Applatir le ballon derrière la ligne d'essai avec les deux mains
Utilisation des critères de réalisation de la passe + appeler son partenaire par son prénom
Apprentissage du ceinturé / arrachage de ballon : Utilisation des bras / épaules et de la tête : Faire attention à la sécurité des pratiquants

TRAVAILLEES	T4.1	
	T4.2	
	T4.3	
	T4.4	
	T4.5	
	T4.6	
ATTENDUS	A4.1	
	A4.2	
	A4.3	
	A4.4	
	A4.5	

RÉGULATION - VARIANTES

-	Diminuer la zone de jeu Simplifier ses consignes / Faire des arrêts sur image pour bien démontrer la consigne demandée
+	Augmenter l'espace de jeu Faire plusieurs équipes pour les jeux de contact avec des attributions de points Complexifier les consignes demandées (ex : jongler avec le ballon en frappant dans ses mains)

OBSERVATIONS - CRITÈRES DE RÉUSSITE

Ne pas faire tomber son ballon lors de la réception ou de la passe
Connaître les différents critères de réalisation
Ne pas faire mal à ses partenaires de jeu

DUEL OFF - RÈGLES FONDAMENTALES

N°4 Béret Option

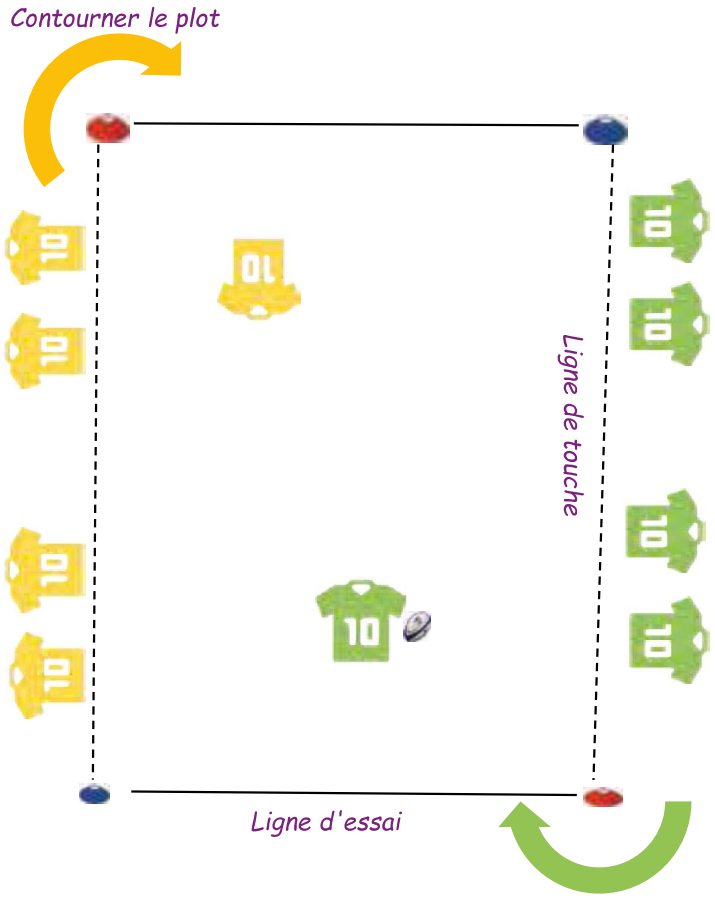
CYCLE			Organisation		
2	CP		extérieur	constitution du groupe	*Groupe entier*
	CE1		intérieur		*1/2 Groupe*
	CE2	X			
3	CM1	X		*Atelier centré sur le jeu d'évitement, travailler la vitesse sur la prise de balle, utilisation des appuis.*	
	CM2	X	X		

matériels

X					X												

autre

schéma



Exercice N°4	CONSIGNES + DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE
5 COMPETENCES DE BASE	AUX ELEVES
C1.1	Les joueurs sont positionnés ligne entre les plots de couleurs, les deux équipes sont face à face. Chaque joueur possède un numéro (selon le nombre de joueurs). L'éducateur annonce un numéro et une couleur. Dès lors, les joueurs annoncés contournent le plot correspondant à la couleur annoncée et rentrent dans le terrain. L'éducateur donne le ballon à un des joueurs, ce dernier est attaquant et l'autre opposant. L'objectif pour l'attaquant est de marquer (aplatir derrière la ligne), pour le défenseur, retirer le chasuble coincé à la taille de l'attaquant.
C1.2	
C1.3	

C2.1	
C2.2	
C2.3	
C3.1	
C3.2	
C3.3	
C3.4	
C4.1	
C4.2	
C4.3	
C5.1	
C5.2	

EDUCATEUR	Chasuble retiré 1pts pour l'équipe. Essai 1pts pour l'équipe. Le duel prend fin lorsque l'attaquant sort du terrain ou alors si ce dernier effectue un en-avant.
SECURITE	Faire attention de ne pas marcher/courir sur les plots (possibilité de remplacer les plots par des gommettes de couleurs). Distancer les ligne d'essai d'un mur d'une salle pour éviter les arrêts brusques.

CRITÈRES DE RÉALISATION

CHAMPS D'APPRENTISSAGE
CYCLE 2/3

Attaquant :
1. Avoir des appuis dynamiques (effectuer des petits pas avec amplitude).
2. Être sur l'avant du pied pour effectuer le travail d'appuis.
3. Tenir le ballon à deux mains avant le duel puis mettre le ballon sous le bras le plus éloigné de l'adversaire.
4. Mettre de la vitesse, ne surtout pas s'arrêter devant le défenseur.

Défenseur :
1. Le défenseur fait des petits pas dynamiques pour être prêt à répondre aux feintes de son adversaire.
2. Dans un deuxième temps, utiliser la touche comme "coéquipier" pour pouvoir défendre (cadrage défensif).
3. Défendre en ligne si plusieurs, monter sur l'adversaire ensemble.

TRAVAILLEES	T4.1	
	T4.2	
	T4.3	
	T4.4	
	T4.5	
	T4.6	
ATTENDUS	A4.1	
	A4.2	
	A4.3	
	A4.4	
	A4.5	

RÉGULATION - VARIANTES

-	Défense en difficulté : effectuer le jeu sans les chasubles mais en "touché" (une ou deux mains), Attaque en difficulté : agrandir le terrain et donner le ballon dans les mains de l'attaquant.
+	Faciliter l'attaque en jouant avec les flags (plus difficile pour la défense). Appeler plusieurs numéros (jeu semi-collectif en incluant les pincipes de jeux qui vont avec). Modifier l'annonce des numéros sous forme de calcul par exemple. Modifier le départ des joueurs (gainage, effectuer des squatts par exemple).

OBSERVATIONS - CRITÈRES DE RÉUSSITE

Essayer de dédoubler l'exercice pour gagner en temps de pratique effectif pour les enfants et donc éviter l'attente des joueurs. Incorporer des nouveaux principes de jeu au fur et à mesure comme le raffut par exemple. Possibilité d'utiliser l'exercice avec le plaquage en fin de cycle (réduire la zone de jeu pour favoriser la défense).

DÉFENDRE INDIVIDUELLEMENT

N°5 Initiation Plaquage

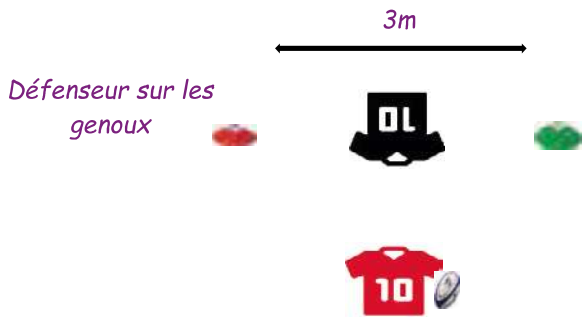
CYCLE			Organisation			
2	CP		extérieur	intérieur	constitution du groupe	*Groupe entier*
	CE1					*1/2 Groupe*
	CE2	X				
3	CM1	X				
	CM2	X	X			

Être capable de connaître et appliquer les critères réalisation d'un plaquage

matériels																		
X					X													

autre

schéma



Exercice N°5	CONSIGNES + DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

5 COMPETENCES DE BASE		AUX ELEVES	1 défenseur (noir) à genou entre les deux plots de couleurs différentes. L'attaquant démarre avec un ballon de rugby à 2/3m du défenseur. Lancement de jeu : Le défenseur donne une couleur rouge ou vert, l'attaquant jongle une fois avec le ballon pour lancer l'action. L'attaquant passe en marchant entre le défenseur et le plot correspondant à l'annonce du défenseur. Le défenseur doit réaliser un plaquage.
C1.1			
C1.2			
C1.3			

C2.1	
C2.2	
C2.3	
C3.1	
C3.2	
C3.3	
C3.4	
C4.1	
C4.2	
C4.3	
C5.1	
C5.2	

EDUCATEUR	Réaliser 5 passages puis tourner 2 plots et 1 ballon par groupe
SECURITE	Respecter les critères de réalisation du plaquage. La sécurité est primordiale sur les ateliers de plaquage. Espacer les zones de travail, tout en gardant un œil sur chaque atelier.

CHAMPS D'APPRENTISSAGE
CYCLE 2/3

TRAVAILLEES	T4.1	
	T4.2	
	T4.3	
	T4.4	
	T4.5	
	T4.6	
ATTENDUS	A4.1	
	A4.2	
	A4.3	
	A4.4	
	A4.5	

CRITÈRES DE RÉALISATION

Attaquant :
- Garder le ballon lors de la chute
- Se protéger en tombant

Défenseur :
1. Coller/impacter la même épaule que la jambe, en dessous des hanches de l'adversaire
2. Coller l'oreille du côté de l'épaule sur la hanche de l'adversaire
3. Ceinturer l'adversaire en rejoignant ses mains / Regarder droit devant et dos droit
4. Pousser sur ses jambes et tirer sur ses bras
5. Accompagner le défenseur au sol

RÉGULATION - VARIANTES

-	Pas situation plus simple / L'attaquant a un rôle de partenaire
+	Augmenter l'espace des plots Réaliser l'exercice en trottinant Le défenseur part debout / action des jambes

OBSERVATIONS - CRITÈRES DE RÉUSSITE

Avoir une réussite au plaquage de 40%
Connaître les différents critères de réalisation
Toujours positionner sa tête du bon côté (jamais côté genou)

DÉFENDRE INDIVIDUELLEMENT

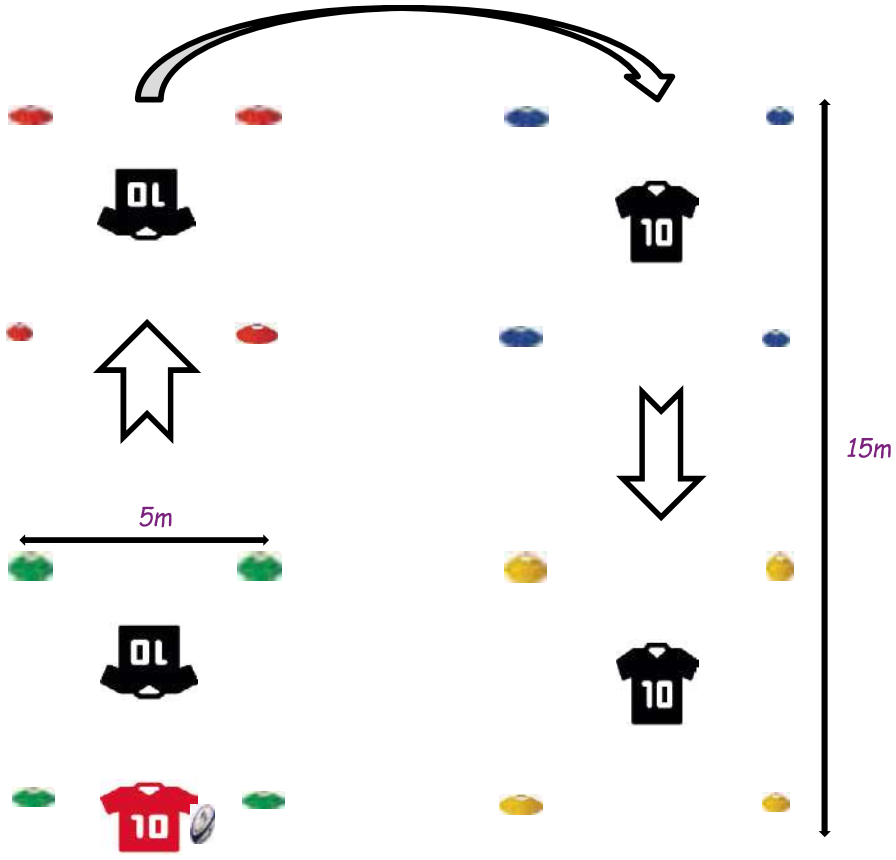
N°6 1 vs 1

CYCLE			Organisation			
2	CP		extérieur	intérieur	constitution du groupe	*1/2 Groupe*
	CE1					*1/3 Groupe*
	CE2	X				*1/4 Groupe*
3	CM1	X				
	CM2	X	X			

matériels																			
	X					X													

autre

schéma



Exercice N°6	CONSIGNES + DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE
5 COMPETENCES DE BASE	AUX ELEVES
C1.1	1 défenseur (noir) dans chaque carré de couleur. Les attaquants démarrent avec un ballon de rugby devant chaque zone de défense. Les attaquants doivent traverser le carré en marchant. Le défenseur doit s'opposer à l'attaquant en réalisant un plaquage. Lancement de jeu : l'attaquant jongle une fois avec le ballon pour donner le signal
C1.2	
C1.3	

C2.1	
C2.2	
C2.3	
C3.1	
C3.2	
C3.3	
C3.4	
C4.1	
C4.2	
C4.3	
C5.1	
C5.2	

CHAMPS D'APPRENTISSAGE
CYCLE 3

TRAVAILLEES	T4.1	
	T4.2	
	T4.3	
	T4.4	
	T4.5	
	T4.6	
ATTENDUS	A4.1	
	A4.2	
	A4.3	
	A4.4	
	A4.5	

EDUCATEUR	Circulation en serpent, les attaquants passent au prochain carré de couleur. Les défenseurs réalisent 2 rotations.
SECURITE	Respecter les critères de réalisation du plaquage. La sécurité est primordiale sur les ateliers de plaquage.

CRITÈRES DE RÉALISATION

Attaquant :
- Garder le ballon lors de la chute
- Se protéger en tombant

Défenseur :
1. Jambe entre les jambes de l'attaquant côté du plaquage (droite = jambe droite / Gauche = jambe gauche) + Plus flexion 120°
2. Coller/impacter la même épaule que la jambe, en dessous des hanches de l'adversaire
3. Coller l'oreille du côté de l'épaule sur la hanche de l'adversaire
4. Ceinturer l'adversaire en rejoignant ses mains / Regarder droit devant et dos droit
5. Pousser sur ses jambes et tirer sur ses bras
6. Accompagner le défenseur au sol

RÉGULATION - VARIANTES

-	Le défenseur sur les genoux Découper la zone de jeu en 2 pour faciliter le cadrage défensif Réduire l'espace de jeu pour faciliter le travail de l'adversaire
+	Augmenter l'espace de jeu L'attaquant peut réaliser l'exercice en courant Demander au défenseur de toucher un plot latéral

OBSERVATIONS - CRITÈRES DE RÉUSSITE

Avoir une réussite au plaquage de 40%
Connaître les différents critères de réalisation
Toujours positionner sa tête du bon côté (jamais côté genou)

DÉFENDRE INDIVIDUELLEMENT

N°7 Jeu des crocodiles

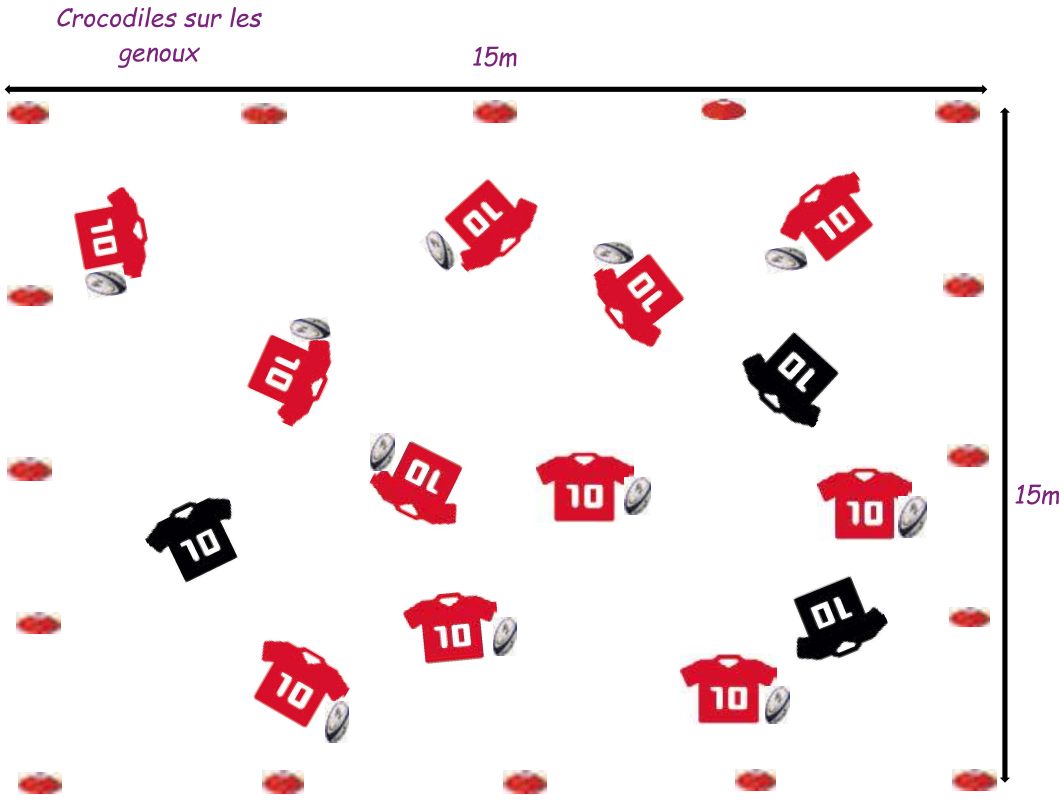
CYCLE			Organisation			
2	CP		extérieur	intérieur	constitution du groupe	Groupe entier
	CE1					1/2 Groupe
	CE2	X				
3	CM1	X				
	CM2	X	X			

Être capable de connaître et appliquer les critères réalisation d'un plaquage face à des joueurs en mouvement

matériels																		
	X					X												

autre

schéma



Exercice N°7	CONSIGNES + DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

5 COMPETENCES DE BASE		AUX ELEVES	
C1.1			2 défenseurs (noir) à genou "crocodiles" dans l'espace de jeu. L'attaquant démarre le jeu dans le carré, debout avec un ballon. Lancement de jeu : au signal de l'éducateur. Les crocodiles doivent manger le plus rapidement possible les villageois, réaliser un plaquage. Si le villageois tombe au sol ou perd son ballon, il devient crocodile. Le dernier villageois toujours en vie gagne la partie.
C1.2			
C1.3			

C2.1		
C2.2		
C2.3		
C3.1		
C3.2		
C3.3		
C3.4		
C4.1		
C4.2		
C4.3		
C5.1		
C5.2		

CHAMPS D'APPRENTISSAGE
CYCLE 2/3

TRAVAILLEES	T4.1	
	T4.2	
	T4.3	
	T4.4	
	T4.5	
	T4.6	
ATTENDUS	A4.1	
	A4.2	
	A4.3	
	A4.4	
	A4.5	

EDUCATEUR	Les villageois n'ont pas le droit de courir dans un premier temps / Les crocodiles ne peuvent pas se mettre debout. Dans un carré de 15m/15m
SECURITE	Respecter les critères de réalisation du plaquage. La sécurité est primordiale sur les ateliers de plaquage.

CRITÈRES DE RÉALISATION

Villageois :
- Garder le ballon lors de la chute
- Se protéger en tombant
- Possibilité d'utiliser le raffut (éloigner l'adversaire avec le bras qui ne tient pas le ballon)

Défenseur :
1. Coller/impacter la même épaule que la jambe, en dessous des hanches de l'adversaire
2. Coller l'oreille du côté de l'épaule sur la hanche de l'adversaire
3. Ceinturer l'adversaire en rejoignant ses mains / Regarder droit devant et dos droit
4. Pousser sur ses jambes et tirer sur ses bras
5. Accompagner le défenseur au sol

RÉGULATION - VARIANTES

-	Diminuer la zone de jeu Faire plusieurs zones de jeu en fonction du nombre de participants Augmenter le nombre de crocodiles au départ Les crocodiles peuvent se déplacer sur 4 appuis
+	Augmenter l'espace de jeu Réduire le nombre de crocodiles au départ Les villageois peuvent marcher rapidement /voir courir

OBSERVATIONS - CRITÈRES DE RÉUSSITE

Avoir une réussite au plaquage de 40%
Connaître les différents critères de réalisation
Ne pas faire mal à ses partenaires de jeu

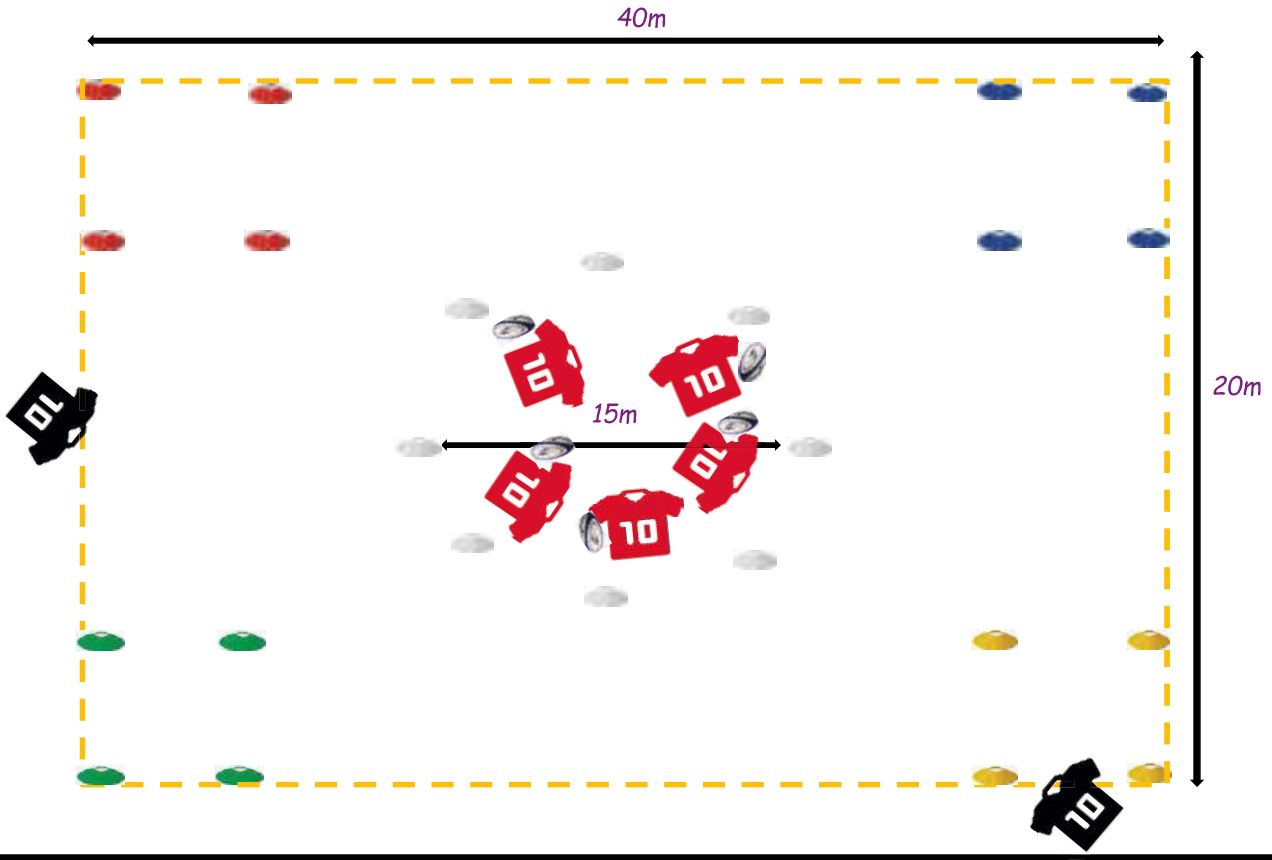
GRAND JEU - DUEL OFF

N°8 Épervier Couleurs

CYCLE			Organisation			
2	CP		extérieur	intérieur	constitution du groupe	*Groupe entier*
	CE1					*1/2 Groupe*
	CE2	X				
3	CM1	X			*Grand jeu collectif avec plusieurs objectifs (zone de marque). Être capable d'utiliser les ressources de duel.*	
	CM2	X	X	X		

matériels																		
	X					X												
autre																		

schéma



Exercice N°8 — CONSIGNES + DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

5 COMPETENCES DE BASE	
C1.1	
C1.2	
C1.3	

AUX ELEVES

Disposer 4 bases de couleurs différentes aux extrémités du terrain. Puis désigner un "loup" voir plusieurs "loups".Ce(s) dernier(s) trottine(nt) autour du terrain. Pendant ce temps, l'ensemble des autres joueurs "villageois" trottinent dans le cercle blanc. Le loup demande l'heure à l'animateur, ce dernier doit lui indiquer "minuit" pour que les loups rentrent dans le village "terrain en pointillés jaunes".
Les villageois doit rentrer rapidement dans les cabanes. Les loups doivent toucher les villageois pour les manger. Une fois dans la cabane, le villageois est sauvé pour cette manche. Les villageois attrapés deviennent loups.
Le dernier villageois en vie gagne la partie.

C2.1	
C2.2	
C2.3	
C3.1	
C3.2	
C3.3	
C3.4	
C4.1	
C4.2	
C4.3	
C5.1	
C5.2	

EDUCATEUR	Les villageois attrapés laissent leurs ballons de côtés. La manche prend fin lorsque l'ensemble des villageois rentrent dans les cabanes quand ils sont touchés.
SECURITE	Faire attention aux joueurs qui gravitent autour de soi Ne pas se jeter lors de l'arrivée dans les cabanes

CRITÈRES DE RÉALISATION

CHAMPS D'APPRENTISSAGE
CYCLE 3

Villageois :
- S'orienter dans l'espace et identifier les cabanes "disponibles"
- Esquiver les loups en utilisant ses appuis
- Porter le ballon sous le bras pour courir

Loups :
- S'organiser collectivement pour bloquer les cabanes disponibles
- Toucher des adversaires avec les deux mains

TRAVAILLEES	T4.1	
	T4.2	
	T4.3	
	T4.4	
	T4.5	
	T4.6	
ATTENDUS	A4.1	
	A4.2	
	A4.3	
	A4.4	
	A4.5	

RÉGULATION - VARIANTES

-	Agrandir la zone de jeu Multiplier le nombre de cabanes Commencer la partie avec moins de loups
+	Réduire la zone de jeu Varier les demandes ex : uniquement les cabanes jaune et rouge / Pas plus de 3 par cabanes / Se réfugier dans les cabanes correspondant aux couleurs du drapeau de l'Espagne

OBSERVATIONS - CRITÈRES DE RÉUSSITE

En extérieur, à faire sur un demi-terrain de rugby/football

Éviter les adversaires avec ses appuis / Utiliser l'espace
Ne pas faire tomber son ballon

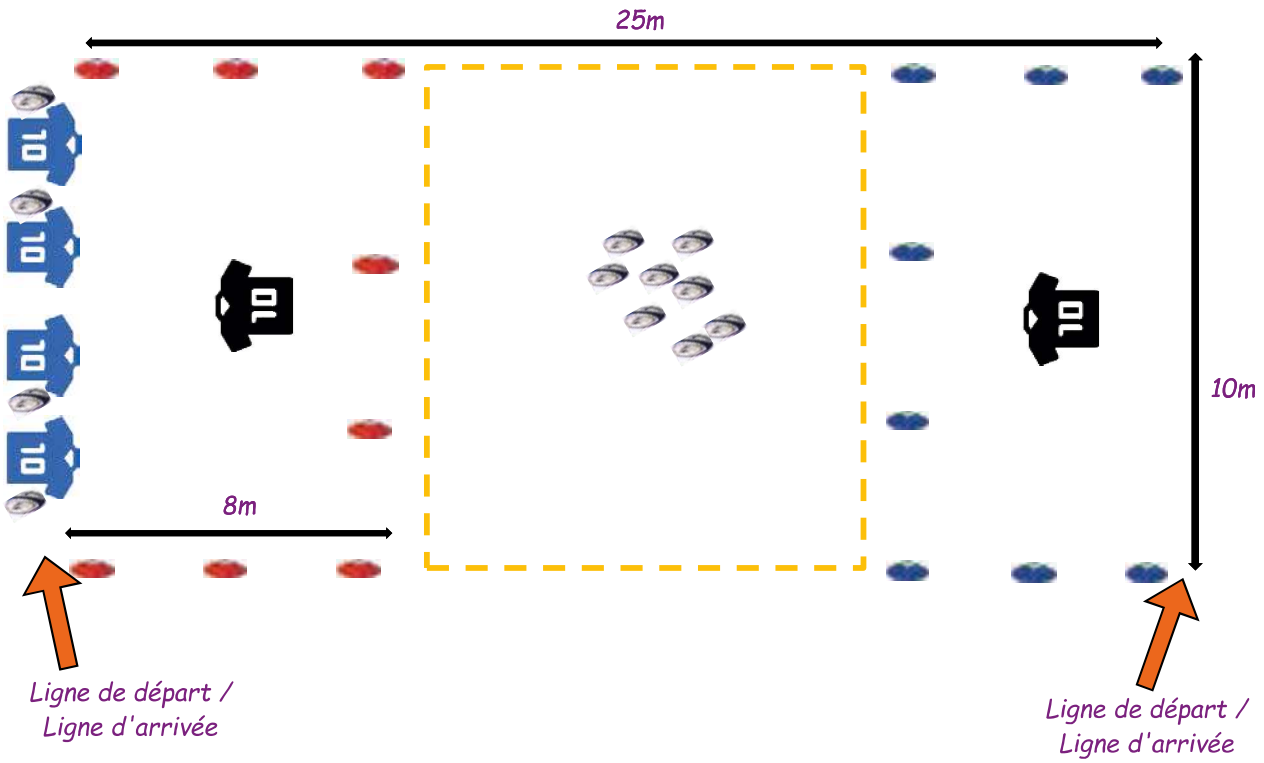
GRAND JEU - DUEL OFF

N°9 Épervier Prisonniers

CYCLE			Organisation			
2	CP		extérieur	intérieur	constitution du groupe	*Groupe entier*
	CE1					*1/2 Groupe*
	CE2	X				
3	CM1	X				*Grand jeu collectif - Être capable d'utiliser les ressources de duel Offensif et Défensif*
	CM2	X	X	X		

matériels																		
	X					X												
autre																		

schéma



Exercice N°9	CONSIGNES + DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE

5 COMPETENCES DE BASE		AUX ELEVES	Disposer deux zones prison (plots rouge et bleu) / Matérialiser un "No man's land" au milieu avec une réserve de ballon au sol. Positionner 1 prisonnier dans chaque zone de défense / Les attaquants se positionnent sur la ligne de départ avec un ballon. Objectif : Traverser les zones de prison sans se faire toucher/ceinturer / plaquer (au choix). Si un enfant est plaqué, il devient prisonnier dans la zone où il a été plaqué. Les enfants doivent poser leur ballon et en reprendre un nouveau entre 2 zones (éviter une vitesse trop accrue des attaquants face aux prisonniers).
C1.1			
C1.2			
C1.3			

C2.1		
C2.2		
C2.3		
C3.1		
C3.2		
C3.3		
C3.4		
C4.1		
C4.2		
C4.3		
C5.1		
C5.2		

CHAMPS D'APPRENTISSAGE
CYCLE 3

TRAVAILLEES	T4.1	
	T4.2	
	T4.3	
	T4.4	
	T4.5	
	T4.6	
ATTENDUS	A4.1	
	A4.2	
	A4.3	
	A4.4	
	A4.5	

EDUCATEUR	Une fois l'ensemble des attaquants passé, les prisonniers se retournent et les attaquants passent dans l'autre sens.
SECURITE	Faire attention aux joueurs qui gravitent autour de soi Attendre que l'ensemble des joueurs aient traversé le terrain

CRITÈRES DE RÉALISATION

Attaquants :
1. Avoir des appuis dynamiques (effectuer des petits pas avec amplitude).
2. Être sur l'avant du pied pour effectuer le travail d'appuis.
3. Tenir le ballon à 2 mains avant le duel, puis mettre le ballon sous le bras le plus éloigné de l'adversaire.
4. Mettre de la vitesse, ne surtout pas s'arrêter devant le défenseur.

Prisonniers :
1. Le défenseur fait des petits pas dynamiques pour être prêt à répondre aux feintes de son adversaire.
2. Dans un deuxième temps, utiliser la touche comme "coéquipier" pour pouvoir défendre (cadrage défensif).
3. Défendre en ligne si plusieurs, monter sur l'adversaire ensemble.

ATTENTION : si plaquage : utiliser les critères de réalisation du plaquage

RÉGULATION - VARIANTES

-	Réduire ou agrandir la zone de jeu / réduire ou agrandir la profondeur des prisons (en fonction d'attaquants ou prisonniers en difficulté) Commencer la partie avec plus ou moins de loups
+	Réduire ou agrandir la zone de jeu / réduire ou agrandir la profondeur des prisons (en fonction d'attaquants ou prisonniers en difficulté) Commencer la partie avec plus ou moins de loups Aller progressivement vers une forme de jeu à plaquer (fin de cycle)

OBSERVATIONS - CRITÈRES DE RÉUSSITE

Attaque :
Éviter les adversaires avec ses appuis / Utiliser l'espace
Ne pas faire tomber son ballon
Franchir les deux zones au moins deux fois

Défense :
Taux de réussite de 40%
S'organiser collectivement pour empêcher les attaquants de passer (stratégie)

RENCONTRE SPORTIVE

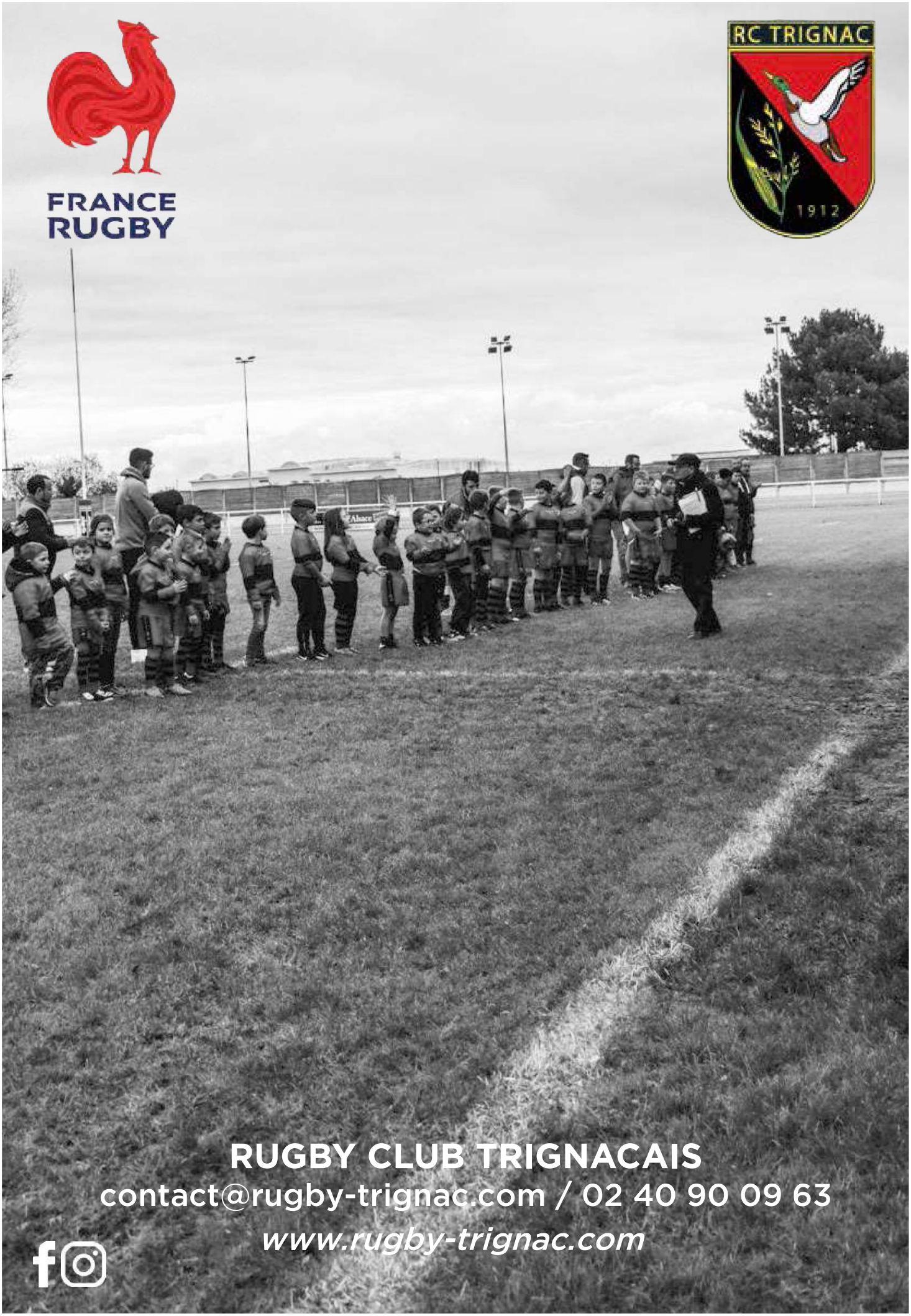
Le club vous invitera en fin d'année à participer une rencontre sportive au **Rugby Club Trignacais** avec l'ensemble des Écoles ayant vécu un cycle rugby durant l'année scolaire.

Les enfants ont un réel besoin de se confronter aux autres, c'est pourquoi nous souhaitons clôturer l'opération scolaire par un Tournoi Scolaire sur le site du Rugby Club Trignacais.

Cette journée regroupera l'ensemble des écoles ayant réaliser un cycle d'initiation rugby et voulant participer à la journée.

Ce tournoi scolaire sera basée sur les valeurs essentielles du rugby que sont la convivialité, la solidarité et le respect des autres.

*En fonction du nombre de classes/écoles



RUGBY CLUB TRIGNACAIS

contact@rugby-trignac.com / 02 40 90 09 63

www.rugby-trignac.com