RUGBY

Cette fiche donne le cadre de la formation des pratiquant·es de la 6ème à la terminale par une utilisation des règles explicites qui sont des droits des joueur·euses en attaque et en défense, qui permettent :

1) De gérer le niveau d'affrontement et d'engagement physique au contact de manière régulée, progressive, volontaire et en toute sécurité.
2) De faire vivre le jeu, le rapport d'opposition avec la caractéristique particulière de la notion d'affrontement/évitement potentiel permanent au niveau de la ligne de la balle.
3) De proposer une évolution tactique afin de construire les techniques gestuelles par et dans le jeu.

Définition de l'APSA :

Le jeu de rugby se caractérise par deux types de cibles, que les joueur·euses ne peuvent défendre au niveau de celles-ci, comme en foot.

- Une en hauteur (3 m) avec marque au pied.
- Une au sol (22 m x 70 m), marque à la main.

Le jeu, est ainsi, une opposition permanente des deux équipes antagonistes, par affrontement potentiel continu sur la ligne de la balle pour et avec une liberté permanente de la balle.

Le problème technique fondamental réside dans le fait de développer pour les pratiquant·es, une adresse, une dextérité, une précision et une vitesse de passe, et ce, malgré l'affrontement physique des défenseur·euses.

La ligne de la balle mouvante par le jeu d'opposition, définit en permanence chaque camp : celui des attaquant·es et celui des défenseur·euses.

Les joueur·euses s'affrontent, ou s'évitent, en course ou en poussée, en se situant dans leur camp derrière la ligne de la balle : être dans le jeu ou hors (du) jeu.

Cette ligne d'affrontement potentiel que représente la ligne de la balle, permet tout à la fois, engagement physique et sécurité des opposant·es.

Signification et utilisation des règles

Les droits des joueur·euses construisent le jeu et les techniques en fonction des caractéristiques des cibles, par rapport à la ligne de la balle, dans l'égalité des chances et la liberté de la balle pour faire vivre le jeu.

Les règles sont des droits des joueur·euses qui permettent l'atteinte de la cible et la défense de celle-ci.

Elles construisent les techniques adéquates.

Le·la joueur·euse qui porte la balle, a entière liberté, a tout instant, de la garder ou de la libérer.

- Plus celui·celle-ci décide de garder la balle en main, pour avancer en course vers les cibles, plus il·elle s'expose à un affrontement physique corporel de la part du·de la défenseur·euse, qui veut l'arrêter et lui faire libérer la balle pour tenter de la récupérer (1 contre 1, blocage, plaquage, debout ou au sol, et éventuellement conservation collective, debout ou au sol).
- Inversement, s'il·elle passe la balle, à la main ou au pied, la balle est totalement libre, et peut être récupérée par un·e adversaire ou un·e partenaire (2C1 passe à la main ou au pied), pour aller marquer dans la cible haute en tirant au pied à partir d'un rebond au sol (drop goal).

RUGBY

ATTENDUS

Dans le rapport d'opposition : en attaque, marquer et faire marquer plus de but à la main et au pied que l'adversaire, et faire avancer la ligne de la balle.

Récupérer la balle, en défense, lorsque l'on ne la possède plus soit en bloquant les attaquant·es, soit en intervenant sur la balle.

Utiliser les droits des joueur·euses du règlement, individuellement et collectivement pour faire vivre le jeu, le rapport d'opposition, avec égalité des chances. Choisir son engagement physique et ses techniques dans le jeu, au niveau de la ligne d'affrontement.

SAVOIR

Utilisation des règles :

- Il y existe 5 types de situation d'affrontement en fonction de la liberté de la balle. À chaque type de situation correspond :
  - Une logique de l'attaque : les transformations et choix du mouvement de la balle en fonction de la défense.
  - Une logique de la défense : la circulation des joueur·euses pour reconstituer le dispositif de défense en fonction des choix de l'attaque.

1. Jeu de course d'évitement sans contact des opposant·es

- Attaque : démarquage sur la largeur et loin de l'adversaire : alternance choix jeu MAIN/jeu au PIED.
- Défense : circulation pour le dispositif 1° et 3° Rideau.

2. Jeu de course en « touché-passé 2S »

- Attaque : jeu à la main sur la ligne de la balle : éviter les défenseur·euses, 1C1 ; choix : avancer sans être touché·e OU touché passé en continuant à courir ; technique de vitesse de passe à hauteur du·de la porteur·euse de balle : jeu groupé.
- Défense : organisation du 1° rideau au niveau de la ligne de la balle, près des attaquant·es.

3. Jeu de course d'affrontement, debout après blocage

- Attaque : jeu à la main ; alternative choix passe debout au·à la partenaire au niveau de la ligne de balle pour avancer : jeu groupé. OU choix de passe aux partenaires démarqué·es loin de la ligne de la balle et sur la largeur pour étaler la défense : jeu déployé.
- Défense : organisation et circulation des joueur·euses 1° et 2 rideaux /technique ; cadrage défensif et blocage/placage.

4. Jeu de course d'affrontement, debout ou au SOL après placage (augmentation de l'intensité physique d'affrontement).

- Idem que précédemment (ce qui change ce sont les techniques dans l'affrontement 1C1).

5. Jeu d'affrontement de poussée individuelle et collective (ruck ou maul) AU SOL ou DEBOUT (conservation pour continuité du jeu).

- Attaque : jeu à la main alternative passe continuité ou conservation collective ; choix jeu groupé ; techniques collectives liaison de protection des NP (protection/libération) au-dessus du pdb au sol ou autour du·de la porteur·euse de balle debout.
- Défense : organisation du 1° rideau collective, pour plaquer et récupérer la balle en poussant au dessus de celle-ci (ruck) ou pousser et se replacer dans le regroupement collectif pour empêcher l'avancée de l'adversaire (maul).

VARIABLES

3 types de situations qui se complètent

- Individuel : homme contre homme (femme contre femme).
- 3c3= 1c1 et/ou 2c1 : essentiel pour l'acquisition des techniques d'affrontement attaquant·e et défenseur·euse.
- 7c7 = jeu en collectif, pour l'utilisation tactique complète de la largeur pour les démarquages en A et le 1° rideau et 2° rideau en D.
- 10c10 et plus : enveloppe générale du jeu.
- Attaque : ensemble des alternatives des transformations de mouvements des choix et des réalisations (main et pied).
- Défense : circulation des joueur·euses pour reconstituer l'ensemble des trois rideaux du dispositif.

CIBLE et LARGEUR DU TERRAIN (3 m par joueur·euses en moyenne)

- Rapport espace/temps restreint : densité plus importante des joueur·euses qui facilite la défense et met en difficulté l'attaque : vitesse de passe et/ou affrontement.
- Rapport espace/temps augmenté : moins de densité, plus difficile pour la défense et l'utilisation plus facile en attaque de largeur pour démarquage et la continuité du jeu.

EFFECTIF

- Plus le jeu se déroule en effectif réduit (1c1) plus les acquisitions techniques sont travaillées en relation avec les choix.
- Plus le jeu se déroule en effectif total, plus les acquisitions sont centrées sur l'analyse tactique collective et ses repères.

LONGUEUR DU TERRAIN

Si on raccourcit le terrain :

- le jeu à la main et/ou le jeu au pied court sont valorisés,
- les cibles sont plus proches, essentiel pour l'efficacité TECHNIQUE, pour la dynamique du jeu et la construction du noyau central du jeu,
- les séquences de jeu sont plus courtes.

Si on allonge le terrain : les cibles éloignées permettent :

- Attaque : la continuité tactique du jeu à la MAIN et les transformations de mouvement pour avancer mais aussi le choix alternance du jeu à la MAIN (Groupé et Déployé) ou au PIED (d'occupation et de franchissement).
- Défense : organisation, réorganisation du dispositif ; circulation des joueur·euses 1°, 2°, 3° rideau).

LANCEMENT DU JEU (complément de la largeur)

- Si les attaquant·es et défenseur·euses sont proches : rapport espace/ temps restreint, qui facilite la défense et sollicite l'attaque pour la continuité du jeu : vitesse de passe et/ou affrontement.
- Inversement si les adversaires sont éloigné·es : facilite l'attaque.

Repères de progressivité

« À LA CONQUÊTE DE LA MAÎTRISE DE L'ESPACE ET DU TEMPS »

- **Étape 1 :** jeu et rapport d'opposition à faire basculer en faveur de l'attaque avec les droits des joueur·euses : noyau central règlement rugby (effectif réduit 5C5, cibles proches : mini rugby). Règles dominantes pour affrontement régulé : touché-passé 2S, ET blocage debout-stop-vitesse de passe ; jeu à la main/ jeu au pied.
- **Étape 2 :** rééquilibrer le jeu, le rapport d'opposition avec les droits de la défense sur LA LIGNE DE HORS JEU : augmentation de l'engagement physique pour la liberté de la balle (développement du noyau du règlement et des formes de jeu) ; démarquage sur la largeur et loin de l'adversaire (alternance DEPLOYÉ/GROUPE et 1° 2° rideau) : 7C7, augmentation des dimensions du terrain.

  Règles dominantes, pour affrontement progressif régulé : blocage debout-stop et vitesse de passe ou placage debout ou au sol-vitesse de passe.

  Pas de touche, pas de mêlée, pas de ruck (pas de ballon tenu au sol avec lutte collective).
- **Étape 3 :** vie rapide du jeu équilibré A et D utilisation du référentiel commun règlementaire (tous les droits des joueur·euses) et tactique : alternance JEU à la MAIN/jeu au PIED ; choix explicites et réalisations techniques et physiques de plus en plus stabilisées avec l'enveloppe générale du jeu, du rapport d'opposition (jeu de vitesse de passe et d'évitement, ou jeu de défi physique et d'affrontement avec et sans regroupement) ; 7C7 et plus éventuellement.
- Touches - Alignement avec 2 joueur·euses. Mêlées 3C3 non poussées. RUCKS possibles avec un seul joueur·euse en protection et poussée.