

Situations pédagogiques pour la pratique du rugby règles adaptées

USEP 59

COMITÉ DÉPARTEMENTAL DU NORD DE RUGBY

LIGUE DES HAUTS DE FRANCE DE RUGBY



Principes

- ▶ 2 types de situations sont présentées:
 - ▶ Des jeux d'adresse et de maîtrise sous forme de challenges ludiques qui garantissent les mesures de distanciation physiques
 - ▶ Des jeux collectifs avec des règles aménagées

Pour toutes les questions relatives à ces situations:

Nicolas Musso

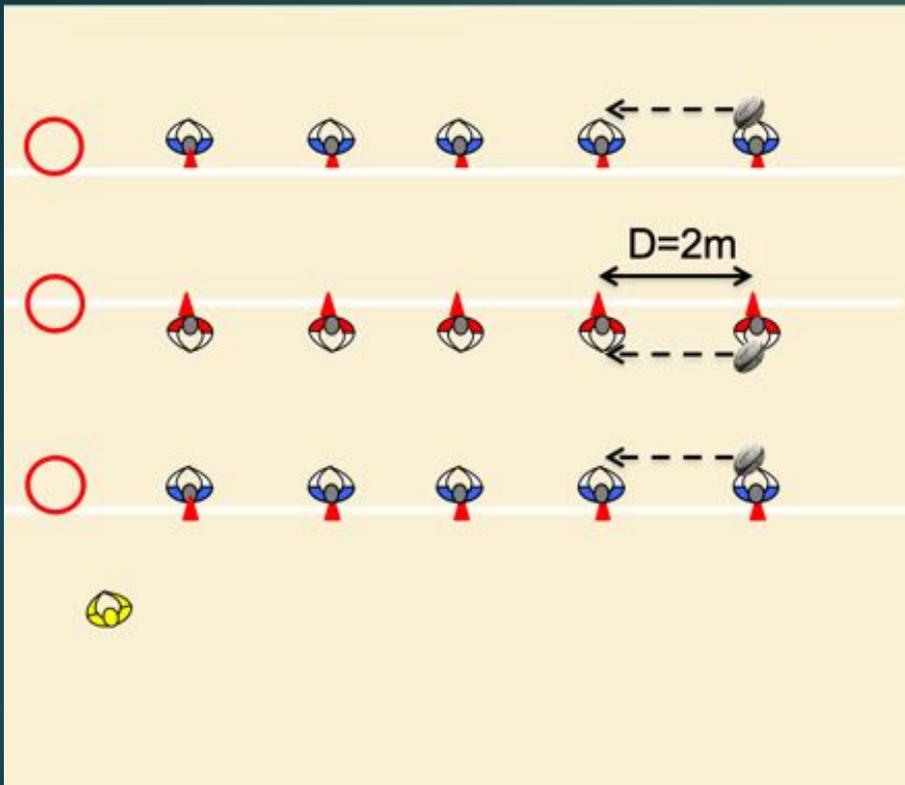
Conseiller Technique de Club de la métropole lilloise

mussonicolas06@gmail.com

06.73.57.55.63



Jeux d'adresse et de maîtrise



L'enseignant en jaune se place sur la même ligne que les cerceaux pour apprécier plus facilement le résultat

Nom de la situation: Ballon voyageur

Durée: 5 min

Consignes :

Les lignes de joueurs sont parallèles les unes aux autres . Les appuis des joueurs sur la ligne sont fixes (« pieds en béton »). Les joueurs doivent amener le ballon jusqu'au dernier joueur de la ligne avant les équipes adverses. La première équipe qui pose son ballon dans le cerceau marque **1** point. Le ballon doit passer par tous les joueurs. Si le ballon tombe l'équipe est disqualifiée pour ce passage ou doit recommencer depuis le début. Le dernier joueur court et pose le ballon dans le cerceau. La première équipe qui marque 5, 7 ou 10 points a gagné (en fonction de la rapidité à laquelle les équipes marquent des points)

Lancement de jeu

Au top de l'enseignant le premier joueur ramasse le ballon situé à ses pieds et fait une passe au deuxième joueur, qui passe au 3^{ème} joueur, puis au 4^{ème} et au cinquième qui court poser le ballon dans le cerceau.

Objectifs:

- Communiquer avec ses partenaires pour mener à bien le projet collectif (encouragement / aide)
- Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu.
- Respecter les partenaires, les adversaires et l'arbitre.
- Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter.

Comportements attendus

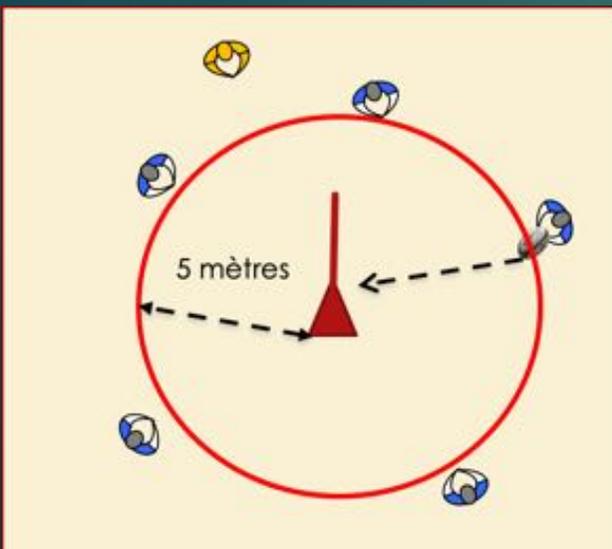
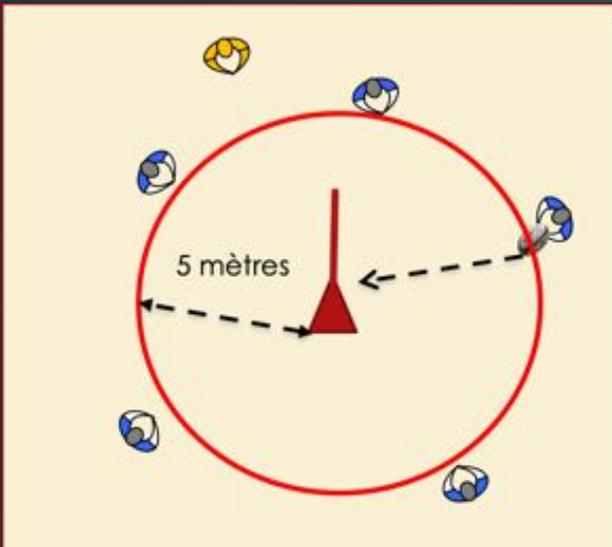
- Tourner les épaules vers son partenaire.
- Préparer ses bras avec mains ouvertes: position boxeur (mains hautes).
- Tourner la tête vers son partenaire.
- Pousser le ballon en direction du partenaire.

Critère de réussite

Le ballon est arrivé jusqu'au cerceau sans tomber, les trajectoire des passes sont plates.

Variante

Demander de faire un aller retour avec le ballon. La distance entre les élèves peut varier en fonction de leur expertise (distance plus grande = plus difficile, distance plus petite = plus facile) .



Nom de la situation: Chamboule tout

Durée: 10 min

Consignes :

Les joueurs d'une même équipe (5 joueurs) sont répartis autour d'un cercle de 5 mètres de rayon, 2 ballons par équipes sont distribués. Au centre de ce cercle se trouve un piquet fixé sur un plot. L'objectif est de lancer le ballon et de toucher le piquet. Si le piquet est touché c'est un point de gagné. 4 équipes de 5 s'affrontent sur 4 cercles en parallèle pendant un temps défini (30s). Un joueur d'une cinquième équipe arbitre chaque cercle et compte les points. Toutes les équipes doivent passer en situation d'arbitrer.

Lancement de jeu

Au « top » de l'enseignant le chronomètre démarre et les joueurs peuvent commencer à viser le piquet.

Objectifs:

- Etre capable de se concentrer pour viser la cible
- Communiquer avec ses partenaires pour mener à bien le projet collectif (encouragement / aide)
- Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu
- Respecter les partenaires, les adversaires et l'arbitre.

Comportements attendus

- Regarder la cible
- Pousser sur le ballon en direction de la cible

Critère de réussite

Le ballon touche la cible 1 fois sur 2

Variante

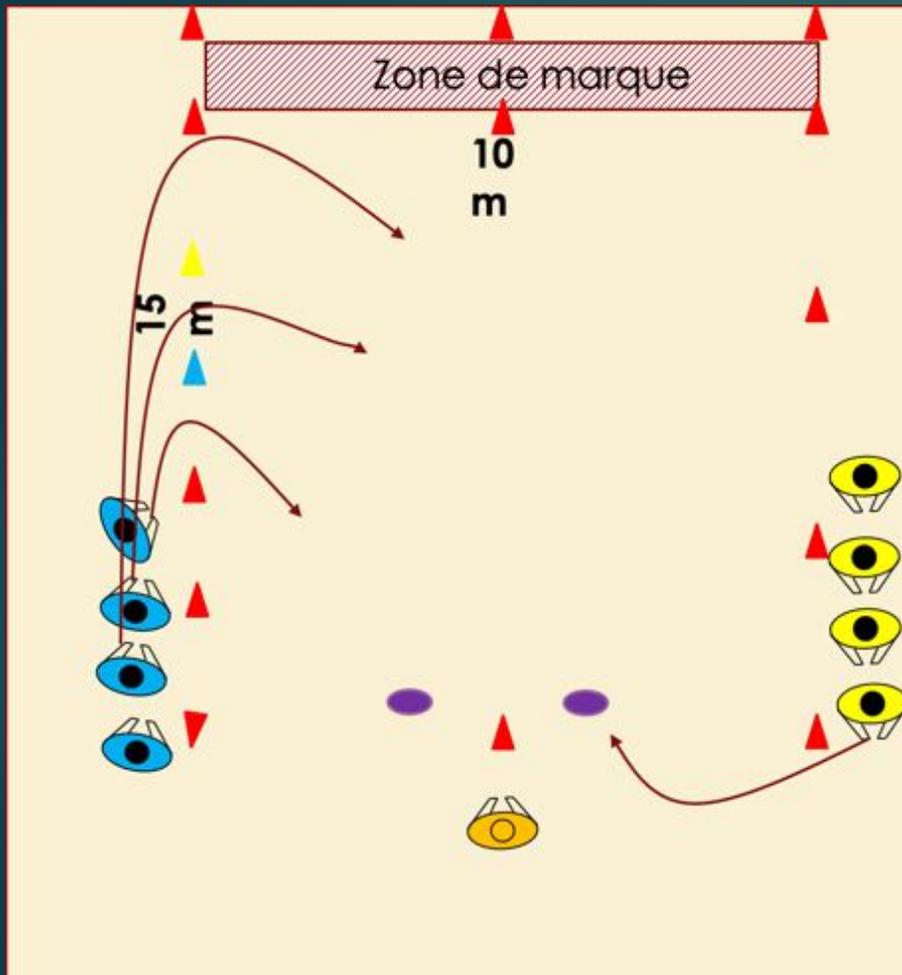
Les ballons qui ne ressortent pas du cercle sont perdus, le jeu s'arrête quand tous les ballons se sont arrêtés dans le cercle.

si les joueurs marquent peu de points durant le temps imparti alors il est préférable de fixer un nombre de points à atteindre pour gagner plutôt qu'un temps déterminé à pratiquer.



Jeux Collectifs

LES RÈGLES SONT AMÉNAGÉES POUR PRATIQUER SUR UN TERRAIN
HERBÉ OU UNE COURS DE RECREATION



Nom de la situation: Béret revisité

Durée: 15min

Consignes :

Les défenseurs peuvent stopper le porteur du ballon en le touchant à deux mains: jeu à touché (l'élève ainsi touché dispose de 2 secondes pour faire la passe à un partenaire suite au touché, pendant ces deux secondes il peut continuer d'avancer).

L'éducateur annonce à haute voix les numéros des joueurs participants (attaque et défense) et donne directement le ballon aux attaquants. Au signal, les enfants doivent faire le tour du plot et entrent en jeu. Les utilisateurs du ballon doivent l'amener dans la zone d'en-but et le poser au sol. Les défenseurs doivent les empêcher (« toucher » à deux mains sur le buste, le toucher sur les bras ne comptent pas).

Si plusieurs numéros (2 numéros maximums simultanément) sont appelés les défenseurs rentrent de manière étagée.

Objectifs:

- S'organiser tactiquement pour gagner le duel en identifiant les situations favorables de marque.
- Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu
- Respecter les partenaires, les adversaires et l'arbitre.
- Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter.

Comportements attendus

- Avancer vers l'en-but adverse
- Exploiter les espaces libres
- Faire une passe en mouvement en évitant le défenseur
- Défendre sur le porteur de balle en le touchant

Critère de réussite

Essai marqué

Variantes :

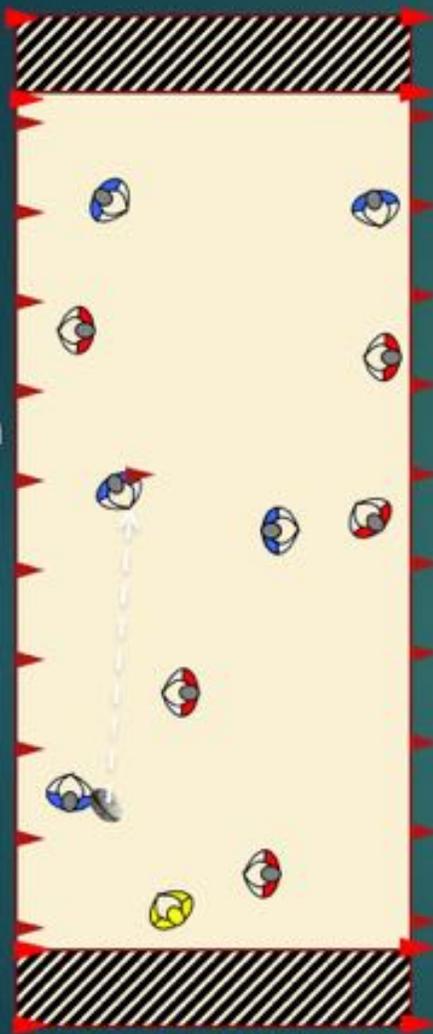
Rendre plus facile : diminuer le nombre de défenseurs, augmenter nombre attaquants (surnombre offensifs)

Rendre plus difficile : diminuer le nombre d'attaquants, augmenter le nombre défenseurs, placer des défenseurs « jokers » sur le terrain en avance, mettre une zone d'en-but de chaque côté du terrain (les défenseurs entrent directement pour défendre leur côté pendant que les attaquants ramassent le ballon)....

10-15m

Zone de marque

15-25m



Nom de la situation: ultimate façon rugby

Durée: 15min

Consignes :

Par équipe de 5 ou 6 joueurs. Les attaquants doivent amener le ballon et le poser dans la zone de marque adverse. Pour cela ils doivent se passer le ballon sans que celui-ci ne tombe ou qu'il soit intercepté. Le porteur de ballon ne peut pas courir. Ses coéquipiers doivent se démarquer pour qu'il puisse leur faire la passe. Les défenseurs peuvent intercepter le ballon et doivent respecter une distance d'au moins un bras tendu avec le porteur de balle. Si le porteur de ballon arrive à les toucher en pointant le ballon vers eux alors ces derniers doivent s'accroupir 5 secondes (ils comptent dans leur tête). Lorsque le ballon va au sol, peu importe la raison, il est récupéré à l'endroit où il est tombé par l'équipe qui ne possédait pas le ballon.

Objectifs:

- S'organiser tactiquement pour gagner le match en identifiant les situations favorables de marque.
- Maintenir un engagement moteur efficace sur tout le temps de jeu prévu
- Respecter les partenaires, les adversaires et l'arbitre.
- Accepter le résultat de la rencontre et être capable de le commenter.

Comportements attendus

- Se démarquer
- Exploiter les espaces libres
- Faire une passe en évitant le défenseur
- Défendre sur le porteur de balle en respectant la règle

Critère de réussite

Essais marqués

Variantes :

Rendre plus facile : diminuer le nombre de défenseurs, créer des surnombre offensifs. Remplacer la marque par une passe à 10 voire à 5 dans un premier temps.

Rendre plus difficile : diminuer l'espace pour augmenter la densité de joueur. Autoriser les défenseurs à s'approcher encore plus des attaquants