



Saison 2018 – 2019

ER CANIGOU
QUELQUES REFLEXIONS
QUI DOIVENT ANIMER NOS
ESPRITS.....

Prades – Samedi 03 NOVEMBRE 2018

Bienvenue.....

L'OBJECTIF

« Fonder notre rugby,
Planifier sa saison, construire une
séance »

Ordre du jour

- **LES REGLES ET PRINCIPES FONDAMENTAUX**
- **LES FORMES DE JEUX**
- **LES RESSOURCES DU JOUEURS**
- **EVALUER SON GROUPE ET OBJECTIFS**
- **PLANIFIER SA SAISON SPORTIVE**
- **CONSTRUIRE SA SEANCE**
- **EVALUER SA SEANCE DE RUGBY**
- **QUESTIONS DIVERSES & CONCLUSIONS**

Ordre du jour

AUJOURD'HUI.....

- LES REGLES ET PRINCIPES FONDAMENTAUX
- LES FORMES DE JEUX
- LES RESSOURCES DU JOUEURS
- QUESTIONS DIVERSES & CONCLUSIONS

DEFINITIONS

Le rugby est un sport de combat donc :

- **D'ÉVITEMENT**

et

- **D'AFFRONTMENT**

Ce sport est conduit par 4 Règles FONDAMENTALES

LES REGLES FONDAMENTALES (1)

1. Les DROITS et DEVOIRS.

Ceux sont les différents moyens d'ACTION du joueur

- **Jouer en sécurité**
- S'exprimer, communiquer
- Courir, passer, éviter, etc..
- Plaquer, saisir, etc...
- Etre acteur,
- Prendre du plaisir

LES REGLES FONDAMENTALES (2)

2. LE HORS-JEU

Définition : (Règle 10 du WR2018)

- Un joueur est hors-jeu dans le jeu courant s'il se trouve **en avant** d'un coéquipier qui porte le ballon ou qui l'a joué en dernier. Un joueur hors-jeu ne doit pas interférer avec le jeu.

Interférer avec le jeu comprend :

- Jouer le ballon.
- Plaquer le porteur du ballon.
- Empêcher l'opposition de jouer comme elle l'entend.

LES REGLES FONDAMENTALES (3)

3. LE TENU

Définition : (Règle 14 du WR2018)

Un plaquage peut avoir lieu partout dans le champ de jeu.

Les actions des joueurs impliqués dans le plaquage doivent assurer une lutte équitable et permettre au ballon d'être immédiatement disponible pour être joué.

LES REGLES FONDAMENTALES (4)

3. LE TENU

Les plaqueurs doivent :

- Immédiatement lâcher le ballon et le porteur du ballon après que les deux joueurs sont allés au sol.
- Immédiatement se relever ou s'écarter du joueur plaqué et du ballon.
- Être sur leurs pieds avant de tenter de jouer le ballon.
- Permettre au joueur plaqué de lâcher ou jouer le ballon.
- Permettre au joueur plaqué de s'écarter du ballon.

Les plaqueurs peuvent jouer le ballon s'ils viennent de la direction de leur ligne de but à condition de respecter les responsabilités ci-dessus et qu'un « ruck » ne se soit pas formé.

- Sanction : **Pénalité. (Coup-franc en EDR jusqu'au 12 ans)**

LES REGLES FONDAMENTALES (5)

3. LE TENU

- Les joueurs plaqués doivent immédiatement :
 - Rendre le ballon disponible pour que le jeu puisse continuer en relâchant, passant ou poussant le ballon dans n'importe quelle direction.
 - Se relever ou s'écarter.
 - S'assurer qu'ils ne sont pas allongés sur, au-dessus ou près du ballon pour empêcher les joueurs adverses de gagner la possession du ballon.
- Sanction : **Pénalité. (Coup-franc en EDR jusqu'au 12 ans)**

LES REGLES FONDAMENTALES (6)

4. LA MARQUE

- Définition : (Règle 8 du WR2018)

Un essai est marqué quand un joueur attaquant :

- Est le premier à effectuer un touché à terre dans l'en-but adverse, contre un poteau de but ou la protection autour d'un poteau de but adverse.
- Est le premier à effectuer un touché à terre quand le ballon dans une mêlée ordonnée, un ruck ou un maul atteint la ligne de but.
- Porteur du ballon est plaqué près de la ligne de but et qu'un mouvement continu l'entraîne dans l'en-but adverse et qu'il est le premier à effectuer un touché à terre.
- Porteur du ballon est plaqué près de la ligne de but adverse et peut tendre immédiatement le ou les bras et faire un touché à terre.
- Qui est en touche ou en touche de but, fait un touché à terre dans l'en-but adverse, à condition qu'il ne soit pas porteur du ballon.

LES REGLES FONDAMENTALES (7)

4. LA MARQUE

- Définition : (Règle 8 du WR2018)
- Un essai de pénalité est accordé entre les poteaux de but si l'équipe adverse commet un jeu déloyal qui empêche un essai qui aurait probablement été marqué, ou marqué dans une position plus avantageuse. Le joueur qui a commis cette infraction doit être averti et temporairement ou définitivement exclu. Il n'y a pas de tentative de transformation.

LES PRINCIPES FONDAMENTAUX (1)

- **AVANCER EN CONTINUITE**
- **ASSURER LA CONTINUITE DU MOUVEMENT QUI AVANCE**

De façon, plus simple, pour marquer, le joueur doit tout le temps chercher à avancer pour rejoindre l'en-but.

Ces principes fondamentaux sont vrais aussi en défense.

ET CELA EST VRAI TOUT LE TEMPS....

LES PRINCIPES FONDAMENTAUX (2)

- Quelques notions, souvent confondus

❖ La STRATEGIE :

=> Elle est établit sur un lancement de jeux (Touches, coup d'envoie, mêlée, pénalités, etc..)

❖ La TACTIQUE : **C'est ce que l'on se forcera de PRIVILIGIER en EDR**

=> Elle est établit, se fait dans l' ACTION (Adaptation)

❖ Le joueur en AVANCE / RETARD et SENS DU JEU :

=> Le SENS de JEU est décidé par le coté de la 1^o passe après un point de FIXATION.

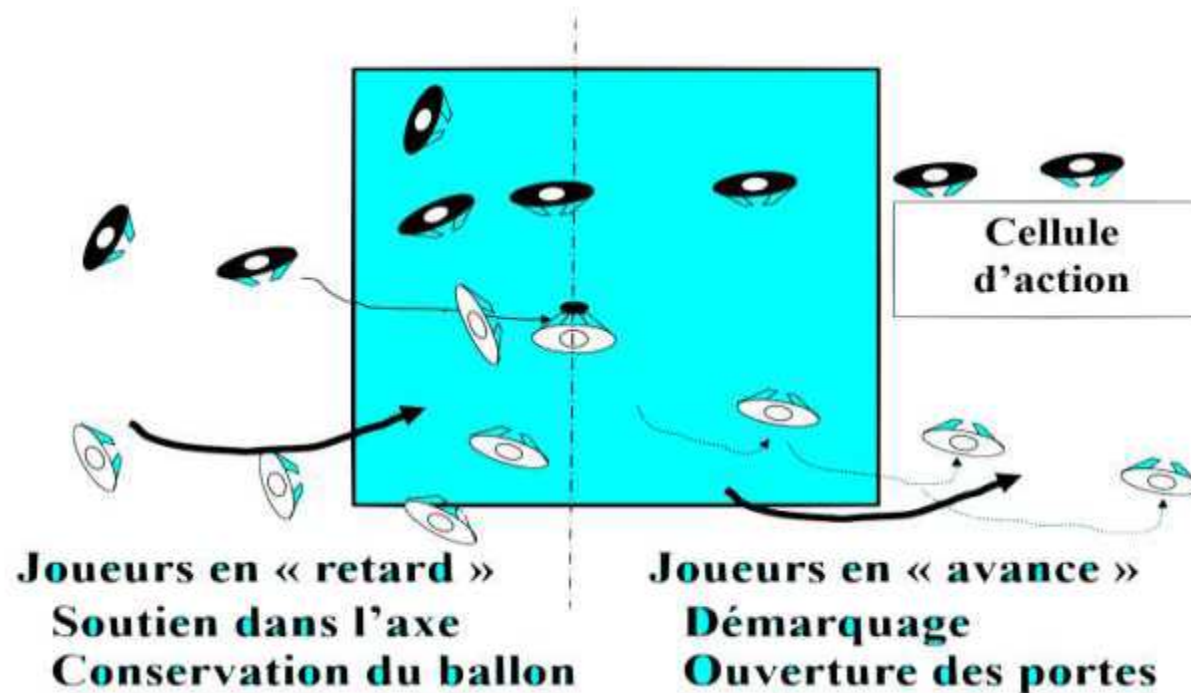
Qu'est ce un point de FIXATION ???

LES PRINCIPES FONDAMENTAUX (4)

- Un point (ou phase) de fixation est caractérisé :
par un **ARRÊT** du ballon mais la **CIRCULATION**
des joueurs et toujours possible.
- Un point (ou phase) statique est caractérisé :
par un **ARRÊT** du ballon mais aussi des joueurs.
Le ballon y est remis d'une manière ORGANISEE
et CODIFIEE.
- Un point (ou phase) de Mouvement Général
du Jeu est caractérisé :
par une **CIRCULATION LIBRE** du ballon et des
joueurs.

LES PRINCIPES FONDAMENTAUX (5)

Repères des joueurs dans la circulation



La **circulation des joueurs** par rapport au SENS de jeu : ici sur le dessin vers la DROITE.

Les **RÔLES** des joueurs sont différents s'ils sont en **RETARD** ou en **AVANCE** par rapport au sens du jeu.

ON LE VERRA PLUS TARD.....

LES FORMES de JEUX (1)

❖ Le jeu déployé – Axe latéral

Est utilisé pour faire parvenir le ballon à un joueur au large, placé dans un intervalle ou un espace libre situé à l'extérieur de la défense adverse.

Le but =>

- **Etirer la défense**
=> Pour faciliter le jeu en pénétration
- **Densifier le 1° Rideau Défensif**
=> Autoriser l'utilisation efficace du jeu au pied.

LES FORMES de JEUX (2)

❖ Le jeu pénétrant – Axe profond

Est utilisé pour faire parvenir le ballon dans la profondeur, par l'intermédiaire d'un mouvement du ballon de façon rectiligne et parallèle à la ligne de touche, en utilisant les soutiens proches de nous (Avec des passes très courtes)

Le but =>

- **Resserrer la défense**
=> Pour faciliter le jeu au large
- **Consommer des défenseurs**
=> Création de supériorité numérique (rapport de force)

LES FORMES de JEUX (3)

❖ Le jeu au pied – Axe Vertical

Forme de jeu qui permet de faciliter la continuité du jeu.
(Si le jeu au pied est efficient, qui produit un changement)

Le but =>

MENACER la défense sur tous l'ESPACE du TERRAIN

=> Pour faciliter le jeu au large et dans la profondeur

=> Création de supériorité numérique
(rapport de force)

LES RESSOURCES DU JOUEURS (1)

1. LA RESSOURCE AFFECTIVE ET RELATIONNELLE

1. Les émotions, les attitudes du joueurs.
2. Coopérations avec les partenaires

2. LA RESSOURCE PERCEPTIVE ET DECISIONNELLE

1. Evaluer dans une situation le nombre de choix
2. Prendre la décision adaptée

LES RESSOURCES DU JOUEURS (2)

3. LA RESSOURCE TECHNIQUES

1. Habilités gestuelles
2. Automatisation de la réponse dans certaines situations

4. LA RESSOURCE PHYSIQUE

1. Les qualités physiques
2. A travailler de façons spécifiques et intégrés.

LES RESSOURCES DU JOUEURS (3)

3. LA RESSOURCE MENTALES


1. C'est la ressource qui permet de MOBILISER les autres.

En résumé, le joueur doit être capable de COOPERER, de VOIR, RECONNAITRE une situation, pour accomplir la bonne REPONSE, avec un geste EFFICACE, réalisé avec VITESSE et la FORCE nécessaire.

Des QUESTIONS ?

Conclusions

- **PREPARER, ANIMER, ANALYSER**
- **SE REMETTRE EN QUESTION**
- **PRENDRE LE TEMPS**
- **ETRE PERPETUELLEMENT EN FORMATION**
- **ETRE PASSIONNER...**
- **TRANSMETTRE CETTE PASSION**



**Merci de votre
attention**

RDV le ????