



### **DELERIS Christian**

Entraîneur Haut Niveau et F1, professeur EPS jury  
Capeps, chargé de cours IUFM (spécialité Sports  
Collectifs), responsable académique option rugby,  
chargé de mission auprès du Rectorat, retraité

Le rugby, de par sa complexité, autorise de multiples entrées dans l'activité provenant de sources très différentes. C'est pourquoi il semble pertinent d'offrir à tous les éducateurs une **sorte de programme d'aide qui contribue à les guider tout au long du parcours de formation** du jeune pratiquant.

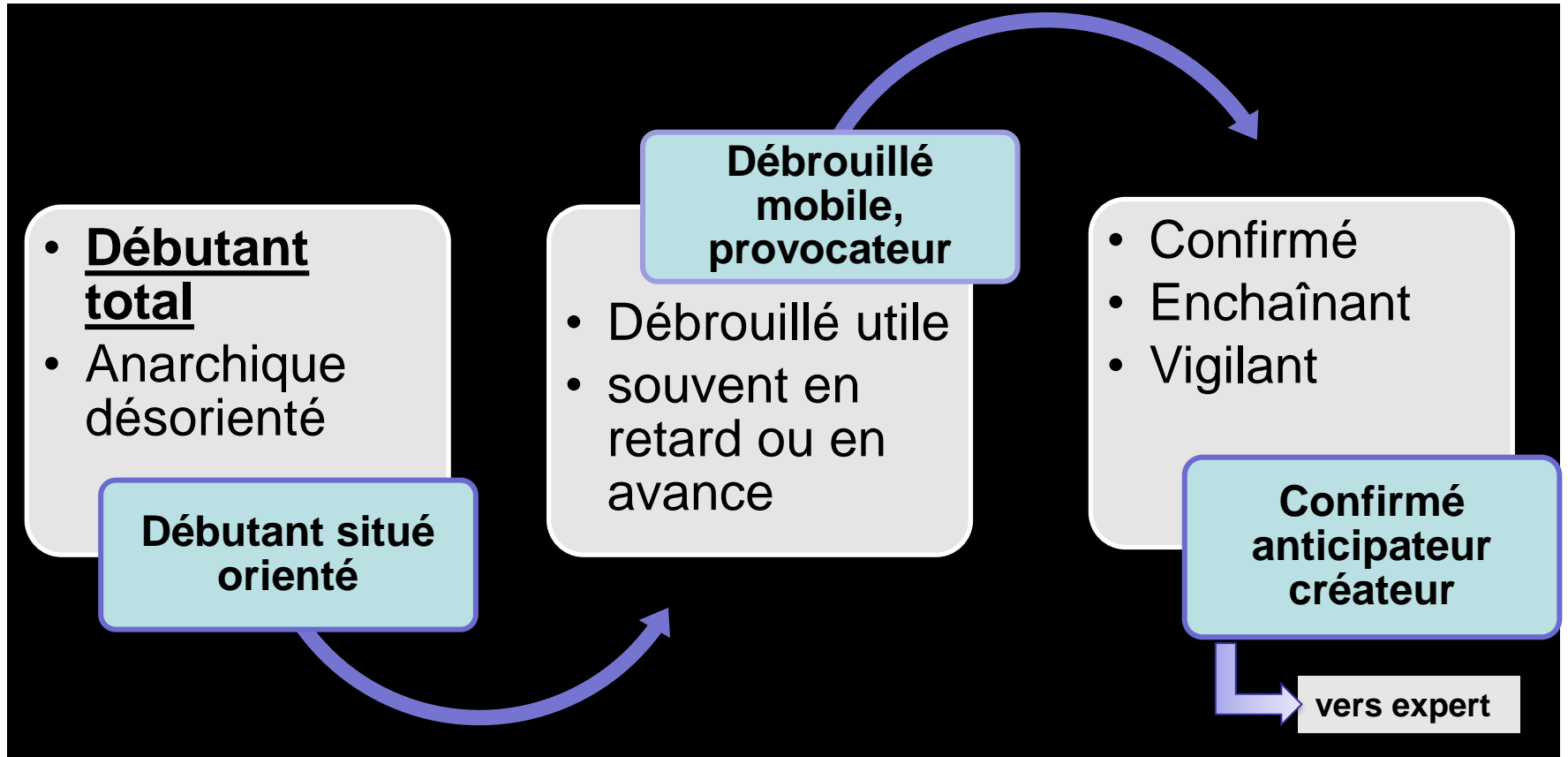
Un autre des avantages de cet outil réside dans le fait de donner à chaque éducateur **la visibilité de l'ensemble d'un cursus de joueur**. Ceci lui permet de se situer dans l'enchaînement des étapes de formation et ainsi d'identifier parfaitement les **acquisitions dites plancher à travailler prioritairement**.

C'est vraiment cette connexion, **ressources du joueur** en présence et **contenus adaptés** qui reste la clé de la réussite de toute entreprise de formation.

Bien sûr cette proposition n'aura de cesse d'être amendée pour répondre aux besoins de chacun.

# Le parcours de formation du joueur

# Évolution du profil du joueur au cours des apprentissages



# Les principes à acquérir

- Principe d'avancée, Principe d'entraide et d'utilité



débutant

- Principe de proximité / Principe de convergence sur regpt

- Principe de répartition de rôles, et donc « polyvalence »



Débrouillé

- Principe de distribution et de redistribution selon les évènements du jeu

confirmé

# Objectif collectif principal en jeu courant par étape de formation

## Etape 1

M de 8

S'orienter, s'engager et se reconnaître pour avancer

## Etape 2

M de 10

M de 12

Se relayer et s'entraider pour progresser et marquer

## Etape 3

M de 14

M de 16

S'organiser en se répartissant pour conserver et progresser en déplaçant le jeu  
(alternance de JG – JD – J au P)

## Etape 4

M de 17

M de 18

Chercher à entretenir le mouvement par le déplacement rapide du ballon  
et des changements de rythme collectifs lors des transformations de jeu

## Etape 5

après

Jouer ensemble à grande vitesse et à haute intensité  
avec des choix tactiques adaptés et des stratégies mûrement réfléchies



- Attitude au contact au sol et ds la chute
- s'engager, avancer, se donner confiance
- Conquérir le ballon
- Passer en ARRIERE recevoir à l'arrêt et/ou en mouvement
- Ceinturer pour arrêter le porteur, puis mettre au sol
- Appliquer les 4 règles d'or du rugby : le tenu, l'en avant et le « hors du jeu », la marque et les droits et devoirs du joueur



- Aptitude à résister debout, à combattre même au sol pour sécuriser le ballon
- Avancer en relais court ou peu long pour garder le ballon, « *main- main* »
- Batailler au ballon debout « *corps à corps* »
- Passer et recevoir en mouvement à distance utile
- Rester mobile pour avancer, se décaler, reculer, éviter
- Se situer / au porteur pour aider (loin ou près)
- Ceinturer pour plaquer
- 3 règles à approfondir : « plaqueur-plaqué » le hors jeu, le plaquage »



- Aptitude à affronter, à résister et à éviter (notion de duel)
- Alterner jeu en relais court et jeu latéral pour franchir
- Se répartir selon le jeu dans les 3 **rôles organisateurs** :
- « conserveur, relayeur, utilisateur »
- Passer à distance plus variable selon le besoin ( diff formes...)
- Être mobile et réactif dans le soutien
- Construire une ligne pour défendre à plusieurs
- Plaquer et se relever vite
- Différencier les lignes fondamentales de ce jeu : ligne de hors de jeu, d'avantage, de front



### La période clé

### La recherche de la maitrise collective

A  
c  
q  
u  
i  
s  
i  
t  
i  
o  
n  
s  
v  
i  
s  
é  
e  
s

- Approfondir les **aspects techniques** pour
  - **le PORTEUR dans le duel** : percuter, éviter, fixer, passer
  - **le Non Porteur dans le soutien** : pousser, déblayer, étayer, récupérer, transformer, relayer...
  - **le Défenseur dans le duel et la récupération** : plaquer, récupérer
- Tenir tous ces **rôles en attaque** dans les différentes formes de jeu produites: **Jeu Groupé, Jeu Déployé et Jeu au Pied**
- Tenir les **rôles induits par la défense et/ou la récupération**
- **Se repérer** dans le mouvement général pour **enchaîner le jeu** :« principe de placement - remplacement permanent »
- **Les transformations de jeu** (quels repères communs ?)
- Le travail de **la touche et de la mêlée** (les lancements de jeu)
- **La maitrise réglementaire**

- Recherche de **précision et de durée dans les enchainements de jeu (principe de distribution / polyvalence des rôles)**
- Créer et peaufiner **les lancements de jeu**
- **Gagner en vitesse**
  - dans les **transformations** (passe dans la chute, dans la défense, jeu debout...)
  - dans la **circulation du ballon**
  - dans la **circulation des joueurs**
- **Décoder les aléas du jeu** et répondre en restant dans le **référentiel commun**  
« **partagé** »
- **Travailler sur la règle avec arbitre**, dans des séquences de mouvement général
- **Approfondir la touche et la mêlée** pour se doter d'une **conquête sûre et variée**
- **Les différentes défenses et leurs organisations (capacité à changer)**



# SENIOR jeu à 15

A  
c  
q  
u  
i  
s  
i  
t  
i  
o  
n  
s  
v  
i  
s  
é  
e  
s

## Gérer les séquences de jeu :

- Trouver la plus grande vitesse d'exécution collective et/ou la capacité à maintenir des séquences longues sans faute
- Apprendre à être efficace en situation de marque : engagement, maîtrise collective et lucidité
- Décoder la prise d'avantage dans le rapport de forces pour changer de rythme collectivement
- Faire jouer les différents paramètres (temps, score, les conditions, équilibre numérique, spécificité adverse, arbitre....) à l'entraînement



S'adapter stratégiquement et tactiquement pour gagner

## Étapes de construction du jeu

La période clé  
M de 14 à 16

Faire des choix tactiques et stratégiques adaptés pour déséquilibrer et battre la défense

senior

Développer la maîtrise collective en se disciplinant, chercher à entretenir le mouvement et accroître la vitesse d'exécution collective lors des transformations

S'organiser pour alterner JG/JD/JP

Progresser dans l'axe profond ou la largeur selon la résistance défensive

M de 8

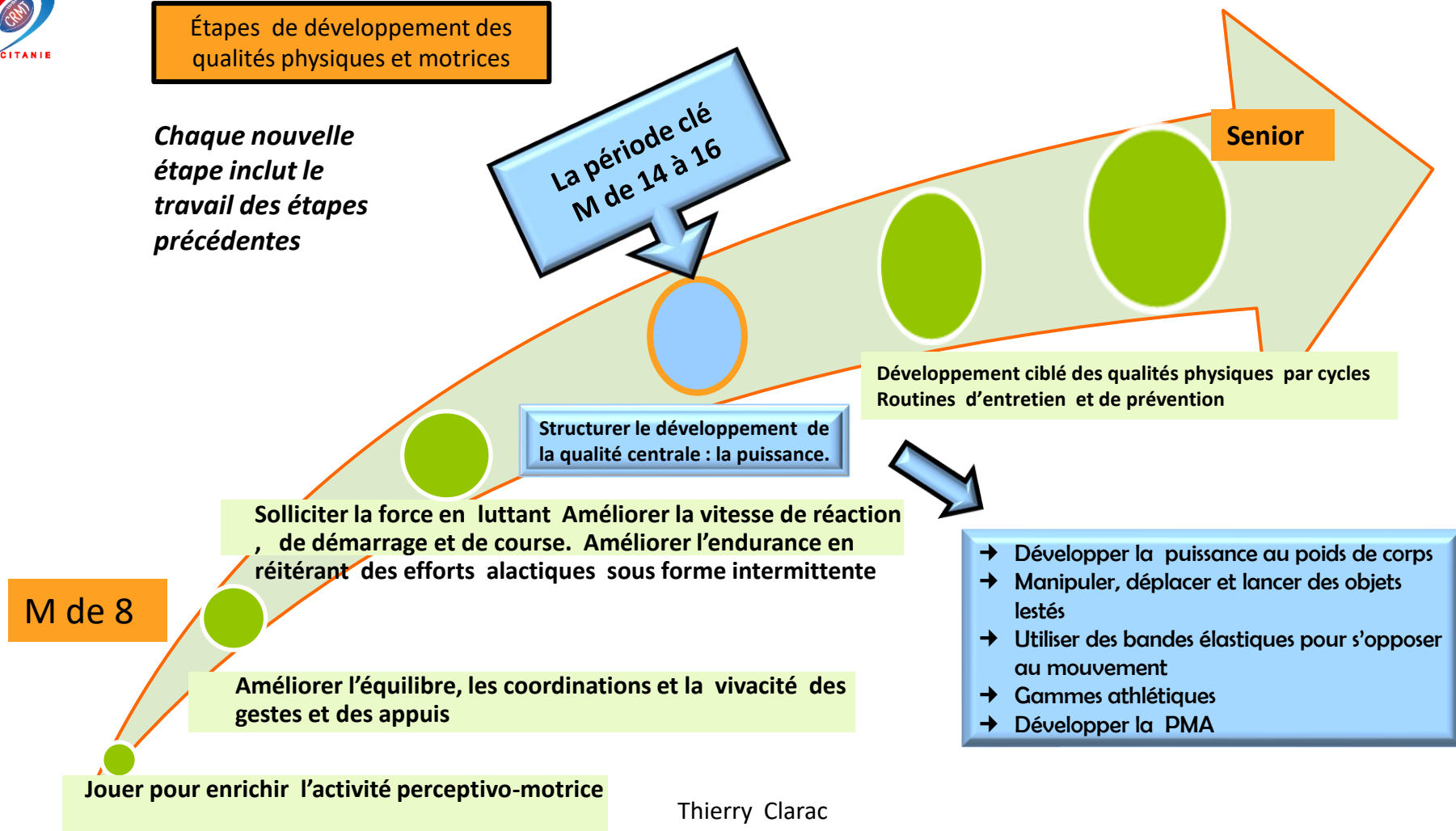
Se relayer et s'entraider pour avancer

S'engager, avancer et se faire plaisir

- s'orienter vers un poste
- développer son potentiel physique
- commencer l'approfondissement des habiletés techniques
- appréhender les multiples facettes du jeu et **leur donner sens**
- donner **l'envie de continuer**

## Étapes de développement des qualités physiques et motrices

*Chaque nouvelle étape inclut le travail des étapes précédentes*



# CONCLUSION

- ⇒ Culture du **combat**
- ⇒ Culture du **rôle**
- ⇒ Culture de la **prise d'intervalle** et de la **passé**
- ⇒ Culture de **l'esprit d'équipe** et du **désir d'apprendre toujours**