

Projet Pédagogique



Saison 2017/2018

Table des matières

UNION RUGBY CREUSOIS

- *Le « Pourquoi » du projet pédagogique*

- *Les objectifs de l'École de Rugby*

- *Les objectifs par catégories*

- M8

- M10

- M12

- M14

- *Les moyens : l'entraînement*

- La planification

- La séance

- La situation

SINCE 1992

The logo of Union Rugby Creusois is a shield-shaped emblem. At the top, the text "UNION RUGBY CREUSOIS" is written in a stylized, hand-drawn font. The center of the shield features a large, stylized letter 'C' with a diagonal slash through it. At the bottom, a banner contains the text "SINCE 1992".

UNION RUGBY CREUSOIS

Pourquoi un projet pédagogique ?

SINCE 1992



UNION RUGBY CREUSOIS

La mise en place d'un projet pédagogique, en plus d'être une demande de la FFR, est une nécessité pour notre école de rugby (EDR).

Il a pour but d'harmoniser les pratiques d'entraînement, les conceptions de jeu, c'est-à-dire mettre en place une véritable entreprise verticale de formation.

Chaque catégorie de l'association est une étape. Ces étapes sont imbriquées les unes aux autres. Or, pour arriver à l'étape finale de l'EDR (M14) il faut passer par les catégories précédentes. Il faut veiller à ce que chacune de nos catégories suivent scrupuleusement une politique de formation, sur le plan technique et pédagogique.

Ainsi chaque section, doit travailler sur des thèmes bien précis (voir quels objectifs), donnant aux joueurs le plus grand bagage physique, tactique et technique possible pour évoluer ensuite dans la catégorie supérieure.

C'est ainsi que le projet pédagogique de l'URC s'adresse avant tout aux acteurs accompagnant le jeune joueur dans son apprentissage c'est-à-dire les éducateurs.

Il doit être un «outil» ressource sur lequel l'éducateur peut et doit s'appuyer.

La réalisation de ce projet ne pourra être mise en œuvre que grâce à des éducateurs informés, formés, responsabilisés et motivés par ce dernier.

Le règlement intérieur de L'URC et le livret de présentation de la saison (consultables et téléchargeables sur le site de l'association) ainsi que les lettres de missions sont là pour compléter ce projet pédagogique qui se veut le plus synthétique possible.



LES OBJECTIFS DE L'ÉCOLE DE RUGBY

1. Rendre la pratique du rugby accessible à tous

- Intégrer tous les nouveaux pratiquants (garçons ou filles) de la meilleure façon possible
- Faire progresser l'enfant, à son rythme, au meilleur niveau de ses possibilités tant physiques, qu'affectives, que psychologiques ainsi que sportives
- Initiation au rugby dans les quartiers, communes rurales et groupes scolaires du département de la Creuse

2. Contribuer au développement du jeune joueur, tant sportif que psychologique

- Mise en place d'un plan de formation du jeune joueur des M6 aux M14 en lien avec ses capacités et ses besoins
- Ancrage des valeurs de l'association, du territoire et de ce sport auprès des enfants
- Éduquer l'enfant, en lui donnant des valeurs fondamentales de plaisir, de respect, d'entraide, de convivialité et de dépassement de soi
- Développer l'esprit sportif en assurant l'épanouissement de l'enfant dans sa pratique sportive
- Obtenir de chaque enfant le meilleur de lui-même, en lui permettant d'atteindre son meilleur niveau individuel

3. Offrir aux enfants et aux parents un encadrement technique et pédagogique de qualité tant sur le plan sportif que sécuritaire

- Tous les éducateurs doivent être formés ou en cours de formation fédérale et doivent participer à plusieurs réunions de formation interne au sein du club
- Le club, quant à lui, demandera aux éducateurs de veiller à la sécurité des joueurs, d'adhérer au projet de développement de l'association ainsi qu'à son projet pédagogique, d'être irréprochable aux yeux des autres éducateurs : assiduité, moralité, ponctualité, respect,... et d'être responsable du groupe et de sa dynamique

4. Conserver les bénévoles en place, en former et en recruter d'autres

- Les bénévoles sont des éléments indispensables à la bonne formation de nos enfants. Il est essentiel qu'ils soient aidés et reconnus
- L'éducateur et le dirigeant doivent : être respectés des joueurs, des parents et de l'ensemble des membres de l'association

5. Faire de notre école de rugby un lieu de vie et de partage

- L'École de rugby se veut un lieu mixité sociale et de découvertes variées (sportives et culturelles)



UNION RUGBY CREUSOIS

Les objectifs par catégories

SINCE 1992

M6 (niveau 1 – Débutant - moyenne enfance)

Objectif fédéral: plaisir et découverte de la pratique

Deux objectifs simples, mais primordiaux : **AVANCER** et **MARQUER**

L'éducateur, comme dans les catégories suivantes, s'adapte à son groupe et propose (ou compose) en fonction des possibilités des enfants. Il n'a aucune limite haute. Un regard particulier sera porté sur la motricité et la découverte du corps. Dès le plus jeune âge, la **sécurité du joueur** doit toujours être la base de travail, la priorité étant de **fidéliser l'enfant à l'activité par le JEU**.

Travail spécifique

- Contact avec le sol, partenaire, adversaire, ballon
- Avancer en Att (ballon à deux mains) et Def pour récupérer
- 4 règles fondamentales
- Repères dans l'espace
- Avancer en grappe vers la cible
- Travail à faire: motricité, dissociation, éducatifs placage
- Situation ludique avec conservation de leur imaginaire

Objectifs ciblés à l'URC pour les U6

- **Objectif 1 : résolution des problèmes affectifs (Petit jeu de lutte en 1c1)***
- Objectif 2 : coordination motrice - parcours avec obstacles sportifs (lors de l'activation)
- **Objectif 3 : apprentissage des règles fondamentales (6C6)**
- Objectif 4 : amélioration de la notion d'avancer (1c1)

** En gras les objectifs prioritaires de la catégorie qui doivent être, si possible, acquis avant d'intégrer la catégorie supérieure*

M8 (niveau 1 – Débutant - moyenne enfance)

Objectif fédéral : résolution des problèmes affectifs liés à l'affrontement

Cette catégorie marque le début de l'apprentissage de la collaboration et de l'organisation.

Le jeu de l'enfant passe du stade de la grappe vers un jeu plus élaboré ressemblant souvent à un jeu déployé court. L'essentiel du travail doit s'effectuer en rapport avec ce constat.

La libération de la balle sans passage par le sol doit être privilégiée.

Travail spécifique :

- Organisation de la grappe
- Organisation de la poussée
- Rôle des soutiens aux porteurs (soutien axial)
- Sortie rapide de la balle à l'arrière de la zone de blocage
- Quand le jeu le nécessite, travail de la passe courte (dans l'axe).

Au niveau du jeu défensif, l'accent doit être mis sur le plaquage (attitude, positionnement du corps = SECURITE).

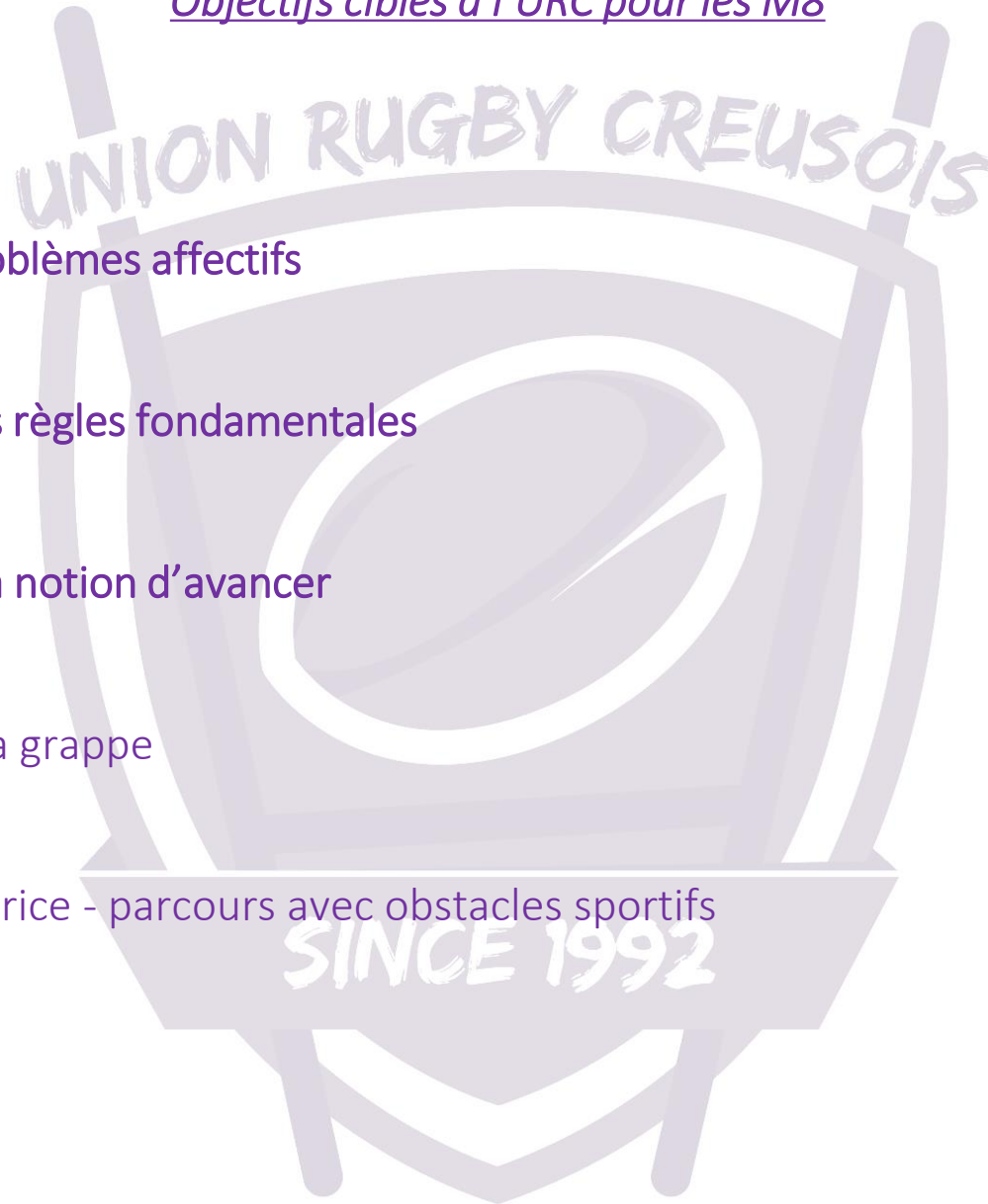
Les situations de références sont le 1 C 1 et le 1+1 C 1.

Une résolution rapide des problèmes affectifs permettra d'accélérer le processus d'apprentissage.

Il est très important que les enfants maîtrisent en priorité les objectifs AVANCER et MARQUER.

Objectifs ciblés à l'URC pour les M8

- Objectif 1 : résolution des problèmes affectifs
- Objectif 2 : apprentissage des règles fondamentales
- Objectif 3 : amélioration de la notion d'avancer
- Objectif 4 : organisation de la grappe
- Objectif 5 : coordination motrice - parcours avec obstacles sportifs



M10 (niveau 1/2 ou Débutant-Débrouillé- grande enfance)

Objectif fédéral : exploitation des situations de déséquilibre

Dans cette catégorie, le jeu s'étoffe. Il passe d'un jeu court vers un jeu beaucoup plus déployé où le joueur va rechercher le contournement de la défense.

Le joueur doit être sensibilisé au fait qu'il joue un rôle en fonction de son positionnement sur le terrain et non pas de l'idée qu'il se fait sur sa façon de jouer.

Exemple : j'aime jouer à l'arrière, donc les zones de combat ne m'intéressent pas !

La notion de poste ne doit pas être employée, la circulation des joueurs peut être abordée.

De part ses lancements de jeu, dans le mouvement général et en collectif total, l'éducateur créera lui-même les déséquilibres. Afin de pouvoir exploiter ces situations, le joueur devra évoluer tête haute (culture du sens de l'observation).

Travail spécifique :

- Sur maul (toujours jouer debout) et ruck (rôle de chacun déblayeurs étayeurs, attitude)
- Du 1 C 1, du 1+1 C 1 vers du 2 C 1
- De la passe (de plus en plus longue et des 2 côtés)
- Du jeu au pied (pour les 2 pieds)
- De technique collective (recherche du déséquilibre, utilisation maximale de l'espace, ligne de défense)
- 1er gros travail de technique individuelle sur la gestuelle et les attitudes du joueur

Objectifs ciblés à l'URC pour les M10

- Objectif 1 : résolution des problèmes affectifs (jeu de lutte)
- Objectif 2 : règles fondamentales (par le jeu)
- Objectif 3 : notion d'avancer en attaque et en défense (1c1)
- Objectif 4 : amélioration de la coopération (1+1C1/2c1)
- Objectif 5 : coordination motrice : parcours avec obstacles sportifs



M12 (voir également niveau 2/3 – grande enfance)

Objectif fédéral : créer et exploiter des situations de déséquilibre individuellement et collectivement

Les notions d'espace et de vitesse deviennent importantes. Le terrain s'est fortement agrandi. Ce nouvel espace de jeu permet l'introduction des 3 formes.

Le joueur doit faire appel à sa lecture de jeu pour lui permettre de prendre la bonne décision et d'anticiper tant en attaque qu'en défense.

La communication devient indispensable. Le travail sur la circulation des joueurs doit être renforcé (positionnement en fonction du porteur de balle et de l'adversaire).

Travail spécifique :

- Positionnement sur le terrain (couverture défensive, 2ème rideau)
- Amélioration des formes de jeu (jeu déployé, jeu groupé, jeu au pied)
- Renforcement du jeu au pied (court, log, rasant, lobé... etc)

On peut commencer à placer certains joueurs sur le terrain. Travail de la notion de poste sans négliger la notion de rôle.

Les objectifs ciblés à l'URC pour les M12

- Objectif 1 : résolution des problèmes affectifs
- Objectif 2 : notion d'avancer en attaque et en défense
- Objectif 3 : coopération
- Objectif 4 : organisation du 1er rideau défensif
- Objectif 5 : gestion des différentes formes de jeu

UNION RUGBY CREUSOIS

SINCE 1992

M14 (niveau 3 - Puberté)

Objectif fédéral : créer, exploiter et conserver des situations de déséquilibre sur les différentes phases de jeu

Cette catégorie doit servir à consolider et à perfectionner toutes les notions travaillées en amont.

Dans le jeu "moderne", la notion de rôle est plus importante que la notion de poste. Cependant, avec les phases de jeu telles que la touche et la mêlée, il semble difficile de travailler sans parler de poste.

L'idéal serait donc d'aborder le travail relatif à chaque poste pour tous les joueurs.

En résumé :

- Alternance des formes, travail sur les choix de jeu et donc lecture, on passe d'une amélioration des formes en -12 ans à l'alternance en -14 ans
- Les phases statiques que sont la mêlée et la touche avec un accès prioritaire sur la mêlée (les passeports avant vont dans ce sens)
- Positionnement (offensif et défensif) sur les coups d'envoi et de renvoi
- Positionnement des joueurs sur le terrain (offensif et défensif) dans le mouvement général
- Notions de jeu au poste tout en insistant sur la notion de polyvalence du joueur
- Travailler la circulation des joueurs dans le mouvement général (la notion de cellule de vie et de connexion entre les joueurs)

Les objectifs à l'URC pour les M14

- Objectif 1 : résolution des problèmes affectifs
- Objectif 2 : notion d'avancer en attaque et en défense (1c1) et coopération (1c1+1-2c1)
- Objectif 3 : gestion et alternance des différentes formes de jeu (1c1 ou 2c1)
- Objectif 4 : plan de circulation des joueurs offensifs et défensifs - cellule d'action (3+1C3/Collectif total)
- Objectif 5 : aspect physique (gainage-travail postural)
- Objectif 6 : jeu de poste + polyvalence du joueur dans ses attitudes



UNION RUGBY CREUSOIS

Moyens

**«Entraîner c'est générer du progrès et
donner du plaisir»**

SINCE 1992

1) La planification

Les séances doivent s'intégrer au sein d'une planification. En effet, notre saison comporte plusieurs cycles de travail ayant chacun des thèmes et objectifs bien particuliers (voir chapitre objectifs).

Pour exemple, en M18, les deux grands cycles de travail (macrocycles) peuvent être l'organisation offensive et l'organisation défensive. Le dernier cycle de travail étant la découverte de la pratique du « Seven ».

Au sein de ces cycles apparaissent des microcycles où sont travaillés des sous-objectifs visant à atteindre l'objectif principal.

Exemple : Gestion des blocages

- Attitudes au contact (porteur et soutiens)
- Attitudes au sol (porteur et soutiens)

Il peut nous arriver parfois aux vues des prestations du week-end ou du tournoi à venir (qui servent de moyens d'évaluation) de faire un petit focus sur un thème plus particulier (priorité momentanée). Cependant le tournoi nous permet surtout d'évaluer si nous avons atteint ou pas les objectifs liés à la catégorie. Une thématique peut donc très bien être étudiée entre deux plateaux ou tournois.

Il semble important de planifier au moins sur six séances afin d'obtenir une certaine continuité et engendrer une meilleure progression.

Planifier reste cependant très complexe. La première des choses est cependant de commencer par une évaluation de nos joueurs et *de facto* de notre groupe. A partir de cette évaluation nous pourrons effectuer une planification où apparaissent différents thèmes de travail. Les éducateurs sont libres de choisir l'ordre des thèmes abordés tant qu'ils répondent aux objectifs présentés ci-dessus.

Exemple de planification calquée sur le calendrier scolaire :

- *Période 1 (Rentrée-Toussaint)*

Évaluation de son collectif (niveaux de jeu-ressources du joueurs) - Retour sur les acquis ou objectifs de la saison précédente (voir objectifs de la catégorie) – Importance du ludique pour fidéliser le jeune.

- *Période 2-3-4 (Toussaint-Pâques)*

Ceci représente environ une dizaine d'entraînements. Il est donc possible d'aborder 2 thématiques durant chaque période (voir objectifs de la catégorie). Il y a donc trois grandes périodes d'apprentissage permettant de travailler sur 5 à 6 thématiques.

- *Période 5*

C'est la période des tournois. Elle doit permettre la consolidation des acquis et donc d'évaluer la saison. Importance des situations ludiques pour fidéliser le jeune.

Le gainage, la vitesse ou encore le jeu au pied sont des thématiques qui doivent être travaillées un peu durant toute l'année et non pas sur des cycles (par exemple 5 minutes à la fin de l'entraînement comme proposé ci-dessous)

2) La séance

Nous souhaitons que les différentes catégories de l'URC, des M6 au M18, adoptent le plan de séance ci dessous

Si le nombre d'éducateurs et de joueurs le permet, nous mettons en place des groupes de niveau (ex: débutants et débrouillés) et dédoublons les situations

Plan de séance:

- Briefing (infos diverses - présentation séance)
- Activation à base de parcours de skills, de manipulation ou motricité (c'est pour nous le fil rouge de la formation du joueur - c'est le seul moment où nous utilisons une situation fermée - J'essaie dans mes variables de tendre vers le thème de la séance). Le but est de créer de la réussite afin de mettre les joueurs dans une dynamique positive pour le reste de l'entraînement.
- Jeu ludique en effectif global où nous découvrons la thématique de la séance (Utilisation du support du rugby toucher/bloquer recommandée)
- Corps de séance sur une thématique avec situation en effectif réduit (ex 3+1c2+1+1) et/ou en Homme contre Homme (ex 1c1)
- Jeu dirigé (avec deux ballons en variant les lancements - utiliser si possible les consignes ou lancements de l'exercice précédent)
- Match et débriefing (retour sur les attendus à partir d'un questionnement et fixer nouveaux objectifs)
- Activité de fin de séance (gainage – vitesse - jeu au pied –jeu ludique pour les plus petits - etc...)
- Rangement du matériel

Rappel:

L'évaluation des objectifs passe par le match de fin de séance (où l'éducateur n'a qu'un rôle d'arbitre).

Unités d'apprentissages durent entre 10 et 15 minutes soit 1 h 15 d'activité maximum (1 heure pour les M8 et M10).

Les situations en effectif global, la situation de fin de séance ainsi que le briefing et débriefing se réalisent en commun.

Les mots-clés de la séance sont :

Pour l'éducateur : *Préparation – Adaptation – Animation - Valorisation - Bienveillance*

Pour le joueur: *Activité – Réussite – Plaisir - Sécurité*

Lors de nos séances nous nous efforçons de :

- Présenter clairement les objectifs de la séance
- Mettre en œuvre des situations adaptées au public (nombre et niveau)
- Évaluer les pratiquants en action (en laissant faire lors de la première partie de la situation)
- Réguler notre intervention en fonction du public (discours adapté/apporter + ou – de comportements attendus)
- Prendre en compte l'ensemble des pratiquants (tous les joueurs doivent être en activités et doivent être sollicités)
- Prendre en compte les risques liés à la pratique (exercice sécuritaire -comportement des joueurs sécuritaire).

3) La situation

Les éducateurs de l'URC sont libres du choix des situations pour aborder les problématiques. Ils doivent cependant respecter les points abordés ci-dessous

Nous n'utilisons que des situations ouvertes (mis à part pour lors de l'activation)

Pour construire nos situations nous nous appuyons sur 5 points particuliers :

- *Les comportements attendus*

Nous construisons notre situation uniquement à partir des comportements attendus que nous avons au préalable hiérarchisés ; ces derniers sont plus ou moins nombreux selon le niveau. Il est impossible et interdit de proposer une situation si nous ne connaissons pas ces derniers.

- *Le lancement de jeu*

Il doit permettre de générer le problème visé (voir comportements attendus) et doit permettre au joueur d'envisager la solution par lui-même. Ils doivent toujours se faire en mouvement (permettre la pré-action) et être en lien avec la réalité du jeu.

- *Les consignes*

Courtes (le joueur doit être le plus vite possible en action), claires, précises et adaptées au niveau des joueurs. Doivent permettre le bon déroulement de la situation (ex : sécurité) et comme pour le lancement, permettre de générer le problème visé. Elles concernent les utilisateurs et les opposants.

- *Le focus entraîneur*

Ce sont les 1, 2 ou 3 points les plus importants que j'attends de voir sur ma situation.

- *Les variables*

Permettent de faire évoluer la situation en la simplifiant (si échec) ou en la complexifiant (trop de réussite). Nous préférons cependant toujours aller du simple au plus complexe. Elles utilisent pour cela les lois de l'exercice (ex : oppositions, dispositif, consignes, lancement, répétitions, réversibilités).

Enfin durant la situation apparaissent **6 temps importants** :

- Préparer la situation (définir les objectifs/identifier et hiérarchiser les comportements attendus)
- Prise en main du groupe et explication des consignes (donner peu de consignes, être clair et vite en action)
- Conduite de la situation (le lancement de jeu permet de générer le problème visé de la séance/laisser les joueurs tester la situation).
- Réguler l'intervention (cibler le moment opportun pour faire un zoom sur la priorité de sa situation grâce à l'arrêt sur image, questionner le joueur, questionner à partir de la situation terrain et relancer le jeu à partir du zoom effectué)
- Conduite de la situation (se positionner, guider, rythme et répétitions)
- Évaluation de la situation (questionner les joueurs pour faire une synthèse des points clés abordés).

Nous cherchons à ce que chaque situation (mis à part l'activation) se réalise avec la plus haute intensité possible (vitesse, répétition, engagement, durée des séquences). Il est impossible de mettre de l'intensité (de la pression) à l'adversaire lors du plateau du samedi si nous ne nous entraînons pas à cela durant la semaine. De plus, un comportement n'est que bien acquis si ce dernier est réalisé correctement avec de la vitesse. Enfin, l'intensité lors des entraînements permet de travailler la dominante physique (hors de question de faire des séances de physique sans ballon).

Ex : Pour réaliser des séquences plus longues n'hésitez pas à faire repartir les utilisateurs vers l'autre en-but une fois qu'ils ont marqué.

Éléments importants à prendre en compte lors de l'animation :

- ◆ Si plusieurs éducateurs sont présents, ne pas hésiter à dédoubler les situations (afin de permettre la répétition et d'éviter les temps d'attente).
- ◆ Sur les situations HcH et/ou effectif réduit, attention à ne pas lancer le jeu soi-même (pour pouvoir observer correctement). Trouver le meilleur positionnement, hors de l'aire de jeu, pour analyser les comportements des joueurs.
- ◆ Si plusieurs éducateurs sur un effectif global ou du jeu dirigé (1 anime à deux ballons et l'autre observe pour réaliser les retours, ne surtout pas pratiquer avec les joueurs).
- ◆ Si une situation ne fonctionne pas, vite s'adapter (variables facilitatrices ou autre situation), il vaut mieux partir du facile pour aller au compliqué que faire le contraire.
- ◆ Les sacs de placage et les boucliers sont à proscrire. Essayer d'utiliser le plus possible les lignes du terrain.
- ◆ L'aspect sécuritaire est l'élément le plus important de vos situations.

The logo of Union Rugby Creusois is a shield-shaped emblem. At the top, the text "UNION RUGBY CREUSOIS" is written in a stylized, hand-drawn font. The center of the shield features a large, stylized letter 'C' with a diagonal slash through it. At the bottom of the shield, a banner contains the text "SINCE 1992".

Bonne saison à tous !