

LE JEU AU PIED A L'ECOLE DE RUGBY

René DELEPLACE (1965) distingue 3 formes de jeu dans le rugby : Le jeu groupé, le jeu déployé et le jeu au pied.

Ce dernier occupe une place importante et peut être croissante pour marquer ; pour avancer face à des défenses de mieux en mieux organisées.

Parallèlement, force est de constater que l'apprentissage du jeu au pied - notamment dans les catégories de jeunes - n'est pas prioritaire ! !

Et pourtant, cette forme de jeu requiert un savoir faire technique important, adapté aux types de coup de pied réalisés :

- Dribbling
- Coup de pied posé (Transformation et coup d'envoi)
- Coup de pied tombé (Drop, renvoi aux 22 mètres voire pour transformer)
- Coup de pied de volée (Par-dessus, rasant, de dégagement, de déplacement)

Mais aussi lié à la forme du coup de pied : Long, court, haut, rasant, tendu...

Si l'on se réfère au Rugby Digest qui régleme les compétitions au niveau du rugby éducatif (Des moins de 7 ans au moins de 15 ans), le jeu au pied est autorisé.

- Pour toutes les catégories, le coup de pied de dégagement est possible mais limité à la zone des 5 mètres ou à l'en-but lui-même.

- A partir des moins de 11 ans, il est demandé de mettre en jeu en drop.

- En moins de 15 ans, le joueur qui marque doit transformer son essai.

Parce que la réalisation du geste est complexe au départ :

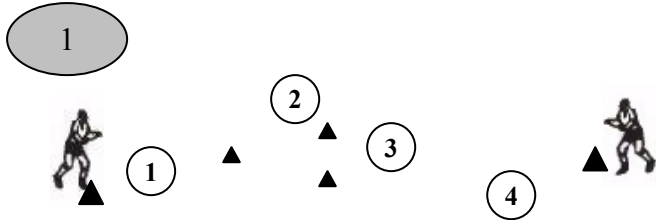
- Tenu du ballon
- Coordination du lâcher et de la jambe de frappe
- Equilibre du pied d'appui...

C'est dès le plus jeune âge, (et avant même que le règlement ne l'autorise ! !) ; au moment où les apprentissages moteurs sont les plus faciles et qu'ils s'ancrent de façon durable chez le joueur que le jeu au pied devra occuper une place à part entière dans les contenus des séances d'entraînement.

L'enjeu éducatif est réel, et sa mise en œuvre doit être organisée - au même titre que les autres types d'apprentissages - de manière évolutive et cohérente tout au long des années « Ecole de rugby ». Par exemple :

Moins 7 ans	Le dribbling et le coup de pied de volée à l'arrêt constitueront la base des apprentissages. Un ballon en mousse pouvant être utilisé
Moins 9 ans	Le coup de pied de volée en course et le coup de pied tombé à l'arrêt pourront être abordés en insistant sur l'utilisation des 2 pieds
Moins 11 ans	Renforcer les apprentissages antérieurs en privilégiant la précision du jeu au pied à la force. La dimension tactique commencera à intervenir dans les intentions du jeu au pied : Se dégager, contourner pour récupérer...
Moins 13 ans	Le coup de pied posé peut faire l'objet d'un apprentissage spécifique. Renforcer la dimension tactique dans le mouvement général (Avancer, contourner une défense...) Initier à la stratégie lors des mises et remises en jeu et à partir de la mêlée (Gagner du terrain, récupérer le ballon...)
Moins 15 ans	Renforcer le coup de pied posé Développer l'aspect tactique et stratégique du jeu au pied

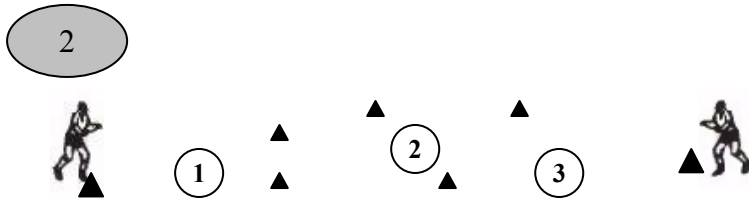
PROPOSITIONS DE PARCOURS - RELAIS et SITUATIONS D'APPRENTISSAGE



Départ ballon posé par terre

Variantes - Ballon tenu à 2 mains → Jeu au pied rasant
- Mise en jeu type coup franc joué rapidement

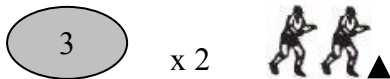
1	Dribbling jusqu'au plot Arrêter le ballon avec le pied
2	Shoot pied droit / gauche : Faire passer le ballon entre les plots
3	Courir et plonger pour arrêter le ballon
4	Se relever et aller aplatis devant le partenaire Variantes : Faire la passe à la main – Faire la passe au pied Faire une chandelle → Départ du suivant



Départ ballon posé par terre

Variantes - Ballon tenu à 2 mains → Jeu au pied rasant
- Mise en jeu type coup franc joué rapidement

1	Dribbling : Passer dans la porte Arrêter le ballon avec le pied
2	Dribbling en zigzag
3	Se relever et aller aplatis devant le partenaire Variantes : Faire la passe à la main – Faire la passe au pied Faire une chandelle → Départ du suivant

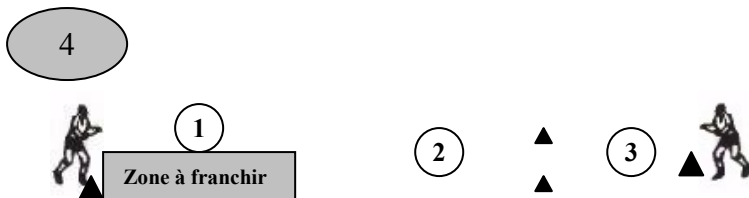


Passes au pied à ras de terre pour le partenaire

Ramasser le ballon en glissade se relever immédiatement et passe au pied à ras de terre pour le partenaire

Variantes sous forme de course :

* 2 binômes en même temps - dans le même sens
- En se croisant



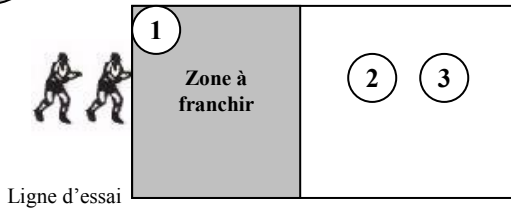
Départ - Coup de pied de volée ou drop pied droit / gauche

- Mise en jeu type coup franc joué rapidement + coup de pied de volée ou drop

1	Coup de pied posé - Le ballon doit franchir la zone Courir pour ramasser le ballon en glissade se relever immédiatement
2	Dribbling jusqu'à la porte
3	Se relever et aller aplatis devant le partenaire Variantes : Faire la passe à la main – Faire la passe au pied Faire une chandelle → Départ du suivant

5

Jeu au pied + 1x1



1	Coup de pied posé - Le ballon doit franchir la zone
2	Au moment du coup de pied, course des 2 joueurs pour récupérer le ballon ⇒ Favoriser un joueur (Ex : Le non botteur part assis ou en gainage de face, de dos... - Le botteur enchaîne jeu au pied / roulade avant...) ⇒ Demander de ramasser le ballon en glissade
3	Marquer / Empêcher de marquer Variante : Marquer en face du point de départ

Départ :

- Les 2 joueurs côte à côte ; de face

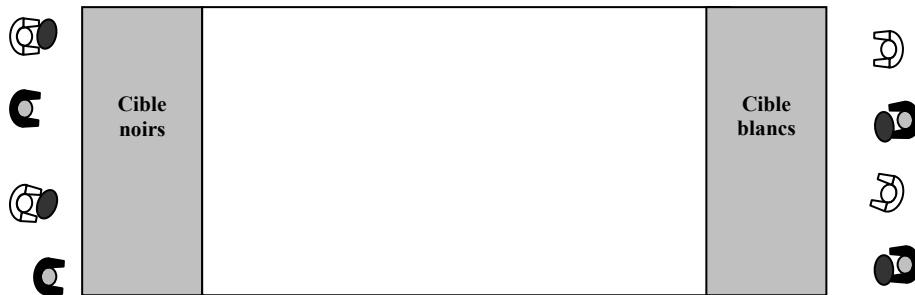
- Mise en jeu :

* Coup de pied de volée ou drop pied droit / gauche

* Type coup franc joué rapidement + coup de pied de volée ou drop

Variante : Faire intervenir des partenaires pour finir en 2x1, 2x2, 3x2, 3x3...

6




Viser la cible en face sans faire rebondir le ballon avant = 1 point

Coup de pied de volée, drop, pied droit / gauche - Chaque équipe joue au signal de l'éducateur

1^{ère} équipe à 6 points

Variantes :

*  frappe et suit (1 ballon pour 3)

* Le receveur doit attraper le ballon de volée

- Avant la cible = 1 point

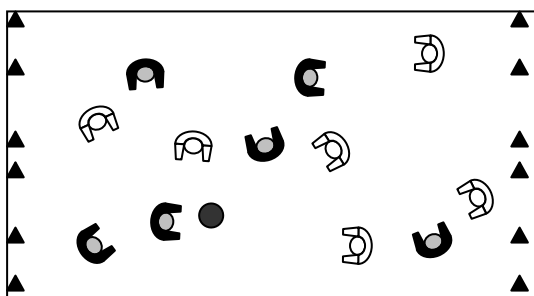
- Après la cible = 2 points

- Dans la cible = 3 points

PROPOSITIONS DE SITUATIONS D'APPRENTISSAGE

1

Foot multi cibles sans goal

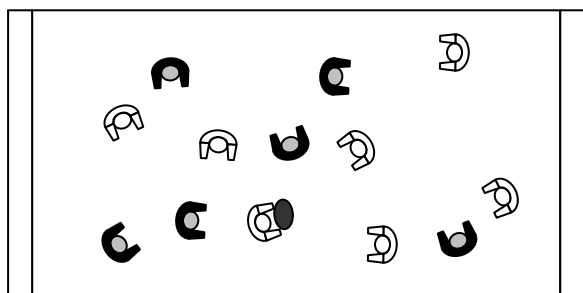


Equipes de 4x4 ...

Variante : Introduire un 2^{ème} ballon

2

Foot américain au pied



Equipes de 4x4 ...

Pas d'intervention sur le PdB - Défenseur à 3 m

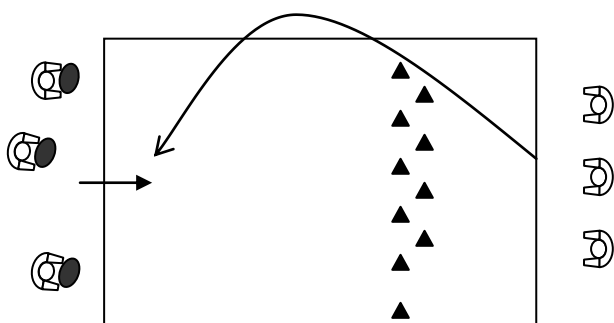
Pas le droit de disputer le ballon en l'air – Ballon perdu sur faute de main

Réception de volée = 1 point, dans l'en-but = 3 points

Variantes

- Introduire 2, 3 ballons
- Varier les types de ballons (Hand ball, foot ball, balle de tennis...)
- Varier les formes de jeu au pied (Rasant, de volée, drop, par-dessus...) sur annonce de l'éducateur ou selon la zone occupée
- Valoriser les réceptions en l'air = 2 points

3



Equipes de 6

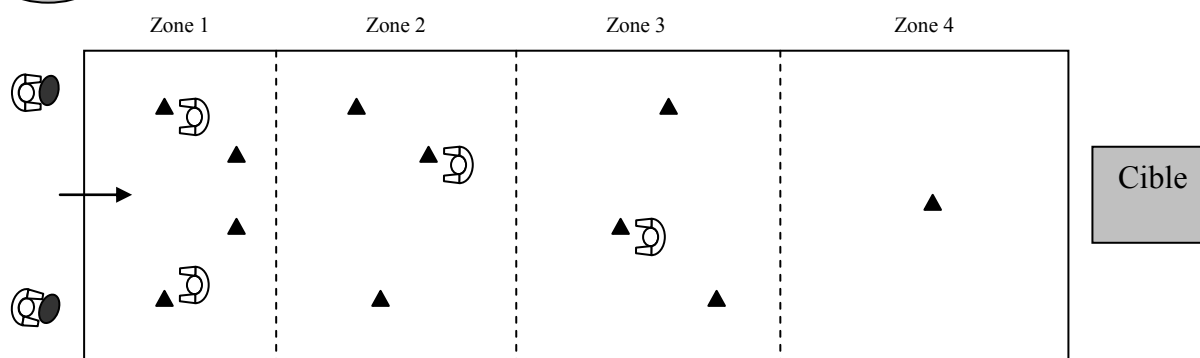
⊙ Faire tomber les plots (Chronométré)

Ne pas dépasser la ligne

Jeu au pied rasant


⊙ Récupérer le ballon et renvoyer le ballon au pied sans faire tomber les plots : de volée, drop...

4



Equipes de 6 - 2 ballons par équipe

Amener les 2 ballons dans la cible le plus vite possible (Chronométré)

Mise en jeu :  passe au pied : Pied droit ou gauche ; de volée, drop...

Chaque ballon doit être réceptionné en zone 1, 2, 3, et 4

Ballon tombé sur réception : Le réceptionneur renvoie au pied au botteur

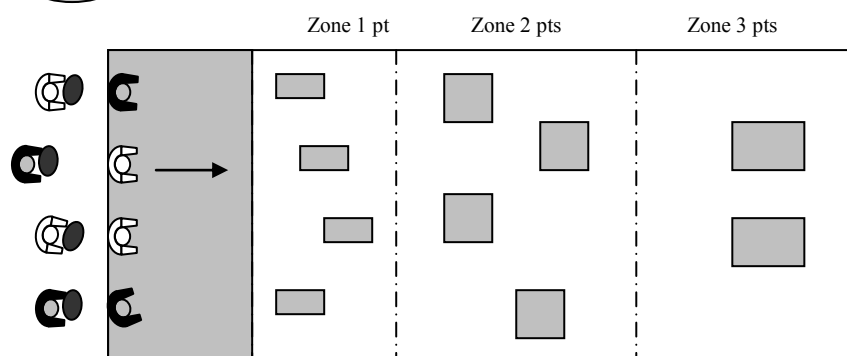
Variantes :

* 2 équipes en même temps dans le même sens ou en sens opposé

* Varier les formes de ballons (Hand ball, foot ball, balle de tennis...)


* Réception fautive, le botteur recule d'une zone ou rejoint le départ

5



Equipes de 4 x 4 - 2 ballons par équipe

Amener les 2 ballons dans les cibles à 3 points le plus vite possible

Mise en jeu : Au signal de l'éducateur les 2 réceptionneurs de chaque équipe sprintent pour prendre une zone  (1 joueur par zone)

Passe au pied : Pied droit ou gauche ; de volée, drop...

Chaque ballon doit être réceptionné en zone 1, 2 et 3

Ballon tombé sur réception : Le réceptionneur renvoie au pied au botteur

En zone 3 points, si la réception est réussie, ballon et réceptionneur sortent du jeu

Variantes :

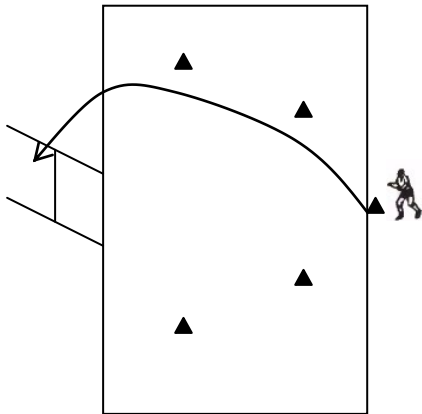
* 2 équipes en même temps dans le même sens ou en sens opposé

* Varier les formes de ballons (Hand ball, foot ball, balle de tennis...)

* Réception fautive, le botteur recule d'une zone ou rejoint le départ

6

Tour du monde



Faire passer le ballon entre les poteaux et au-dessus de la barre transversale

Changer de plots à chaque réussite

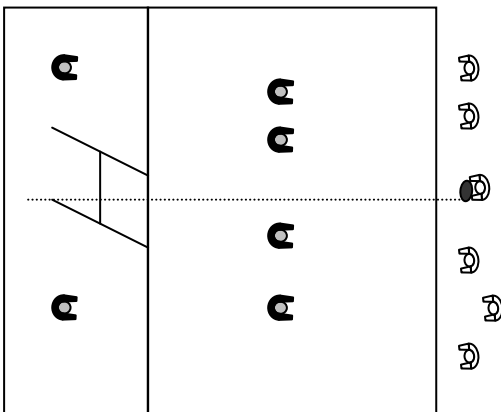
Imposer une forme de jeu au pied : de volée vissée, de volée torpédo (Sur la pointe), posé, drop

Variante :

* 2 équipes de part et d'autre des poteaux, marquer le maximum de point en un temps limité

Le travail du jeu au pied peut être inclus dans des situations de jeu comme lancement de jeu de la situation pédagogique


7






6x6 ou 8x8

3 équipes, celle qui ne joue pas se prépare à attaquer

Terrain divisé en 2 dans la longueur

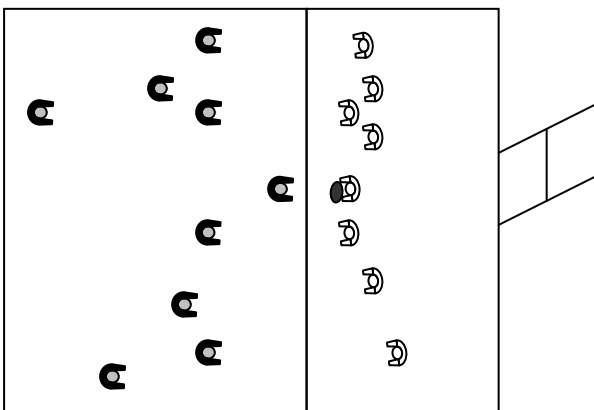
Mise en jeu  : Coup de pied posé, drop en variant les angles et la distance

 contre-attaquent pour marquer aux 22 m en choisissant un demi terrain


 ne peuvent pas changer de zone une fois que le ballon est dans les mains d'un 

Variante : Tentative de drop avec pré placement des joueurs pour simuler une mêlée ou un regroupement


8



8x8 à 12x12

Mise en jeu  : Coup de pied posé, drop en variant la distance (Renvoi 22 m court, jeu long...)

Conquête / Contre-attaque pour marquer

-  aux 22 m

-  aux 50 m