

**FFR**  
**LIGUE RÉGIONALE**  
**PAYS DE LA LOIRE**



# PROJET PÉDAGOGIQUE Cycle 1

USEP53 – CD53 RUGBY



**FR**

# Les objectifs d'apprentissage

01

**Compétence poursuivie :**

Contrôle de la motricité spécifique:

*Courir, lancer, esquiver, marquer, transmettre, réception*

02

**Compétence poursuivie :**

Mouvement vers la cible:

*Transporter*

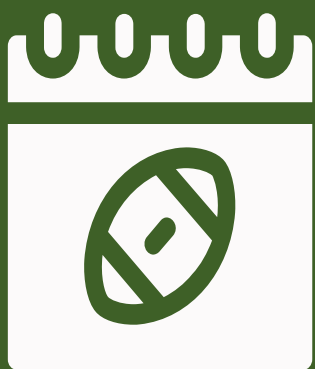
03

**Compétence poursuivie :**

Reconnaissance des rôles:

*Attaquer, défendre seul contre tous*

es séances



Les séances rugby

Cycle 1

# Le squelette de la séance:



**Durée:  
35mn à 45mn**

**Présentation de la séance: 5 mn**

**Situation mise en train (carré magique) : 15 à 20mn**

**Situation d'apprentissage: 15 à 20 mn**

**Retour au calme: 5 min**

*Jeu traditionnel dont le but est de transporter des ballons d'une zone vers une autre, avec ou sans opposition.*

# Le cycle

**Séances 1 & 2**  
Le carré magique – a  
Le relais marque

**Séances 3 & 4**  
Le carré magique – b  
Le couloir infernal

**Séances 5 & 6**  
Le carré magique – c  
La chaîne des pompiers



**Séances 7 & 8**  
Le carré magique – d  
L'épervier

**Séances 9 & 10**  
Le carré magique – d (bis)  
La rivière

**Séance 11**  
La rencontre

## Séances 1 & 2

- ↳ Le carré magique (a)
- ↳ Le relais marque



# Séances 1 & 2 : Le carré magique (a)

## Dispositif:

**Effectif:** Toute la classe

**Durée:** 15 à 20 mn

**Matériel:** Plots (4 couleurs), ballons (1 par élève)

## Organisation/Déroulement:

Les élèves marchent librement à l'intérieur de l'espace de jeu. Au

signal de l'enseignant, ils réalisent diverses actions:

Faire tourner le ballon entre ses mains.

Mettre le ballon au-dessus de sa tête, derrière le dos...

Toucher le sol avec son ballon.

Varié les déplacements (en canard, en kangourou...).

Au signal de l'enseignant, les élèves se déplacent dans **une zone** où

se trouve l'enseignant. Puis ils reviennent à l'intérieur du carré et

continuent à réaliser de nouvelles actions annoncées par l'enseignant.

## Comportements attendus:

Être toujours en activité (marcher, trotter ou courir).

Réaliser les gestes ou actions demandés par l'enseignant.

## Points de vigilance:

Faire attention de ne pas se percuter en se déplaçant.

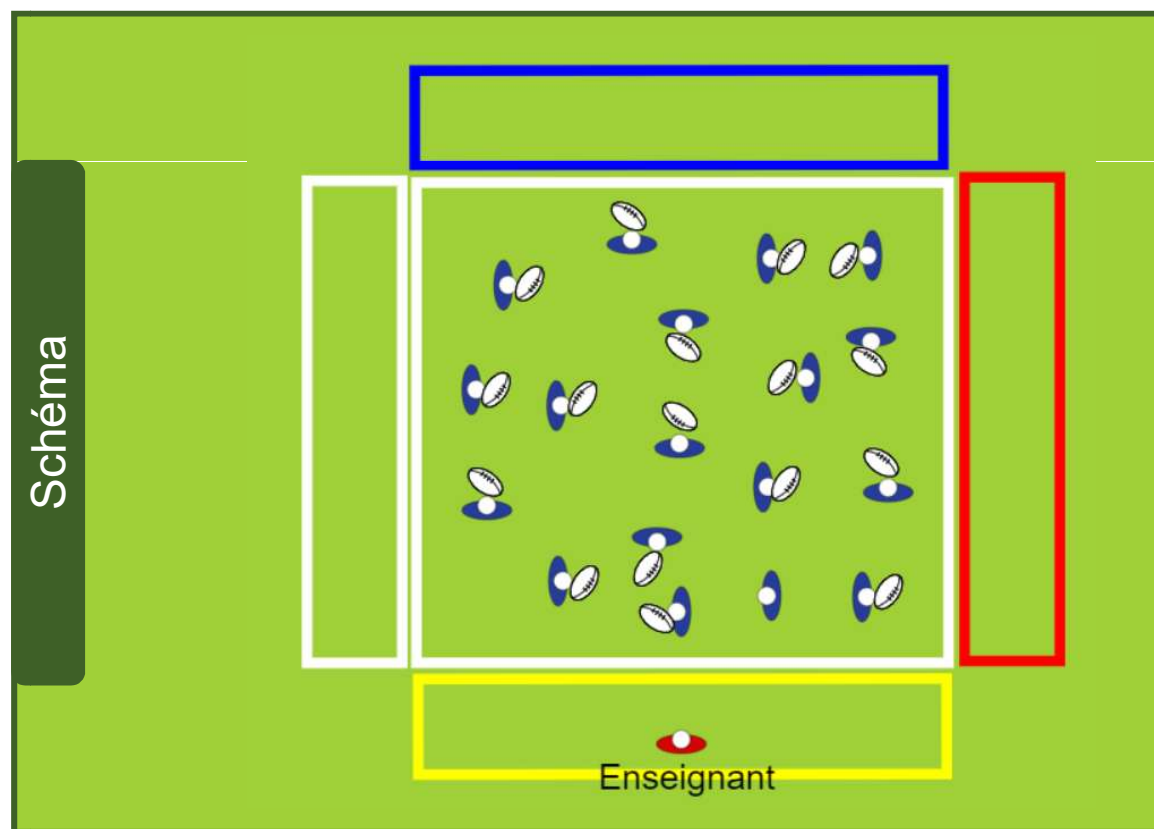
Rester à l'intérieur de l'aire de jeu.

Être attentif aux consignes de l'enseignant.

## Les variantes possibles:

1) Pour définir la zone dans laquelle les enfants se déplacent, l'enseignant se place dans une zone de son choix, indique celle-ci à voix haute (ex: zone jaune) tout en levant une coupelle correspondant à la couleur de la zone.

2) Se déplacer sans ballon (au départ : exploration de l'espace)



# Étapes 1 & 2: Le relais marque

## Dispositif:

**Effectif:** Privilégier des équipes de 4 joueurs maximum afin de maximiser le temps de pratique.

**Durée:** 15 à 20 mn

**Matériel:** Ballons, chasubles par équipe, plots

## Organisation/Déroulement:

Chaque équipe se trouve dans sa zone de départ en file indienne avec son ballon en main. Au signal de l'enseignant, le premier enfant de la colonne doit aller déposer son ballon dans la **cible d'arrivée**. Ensuite il doit revenir vers la zone de départ pour donner le relais au joueur suivant en lui tapant dans la main.

La 1<sup>ère</sup> équipe à avoir posé tous ses ballons est déclarée vainqueur de la manche.

## Comportements attendus:

Courir en tenant son ballon à deux mains afin que celui-ci ne tombe pas.

Le ballon doit être déposé dans la cible d'arrivée et y rester.

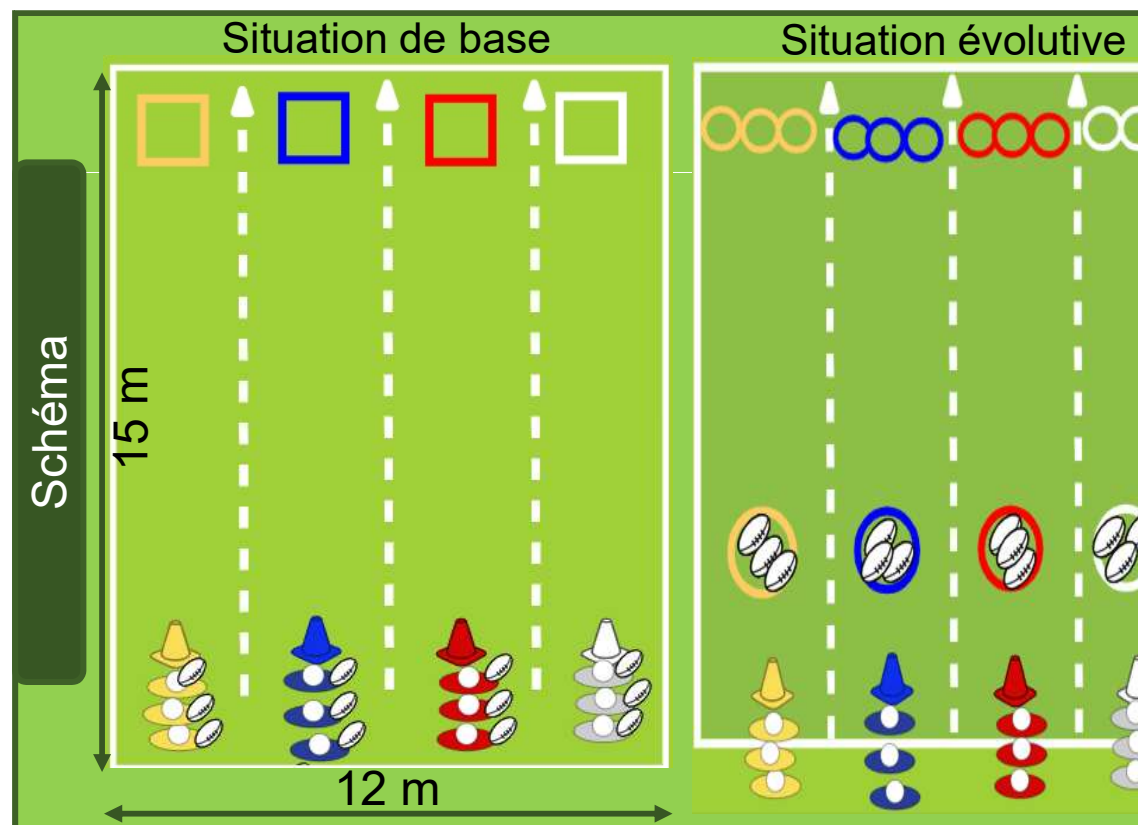
Se déplacer le plus rapidement possible.

## Points de vigilance:

Pour le relais, bien attendre de se faire toucher avant de partir.

## Les variantes possibles:

- Les enfants n'ont pas de ballon dans les mains au départ, ils doivent en récupérer un dans une zone source située entre le point de départ et la zone cible (voir schéma 2).
- Faire évoluer la cible d'arrivée par des cerceaux (1 cerceau par ballon); chaque enfant doit déposer son ballon dans un cerceau vide (voir schéma 2).





## Séances 3 & 4

- ↳ Le carré magique (b)
- ↳ Le couloir infernal



# Séances 3 & 4: Le carré magique (b)

## Dispositif:

**Effectif:** Toute la classe

**durée:** 15 à 20 mn

**Matériel:** Plots (4 couleurs), ballons (1 par élève)

## Organisation/Déroulement:

Les élèves trottinent librement à l'intérieur de l'espace de jeu. Au signal de l'enseignant, ils réalisent diverses actions:  
Reprendre des actions demandées sur les séances 1 et 2.  
Faire passer le ballon d'une main à l'autre.  
Se déplacer avec le ballon sous son bras (changer de bras au top).  
Poser son ballon au sol au 1<sup>er</sup> signal et récupérer un autre ballon au 2<sup>ème</sup> signal.  
Au signal de l'enseignant les élèves se déplacent dans la **zone** indiquée par l'enseignant (placé dans la zone de son choix, couleur énoncée et coupelle de la couleur levée). Puis ils reviennent à l'intérieur du carré et continuent à réaliser de nouvelles actions annoncées par l'enseignant.

## Comportements attendus:

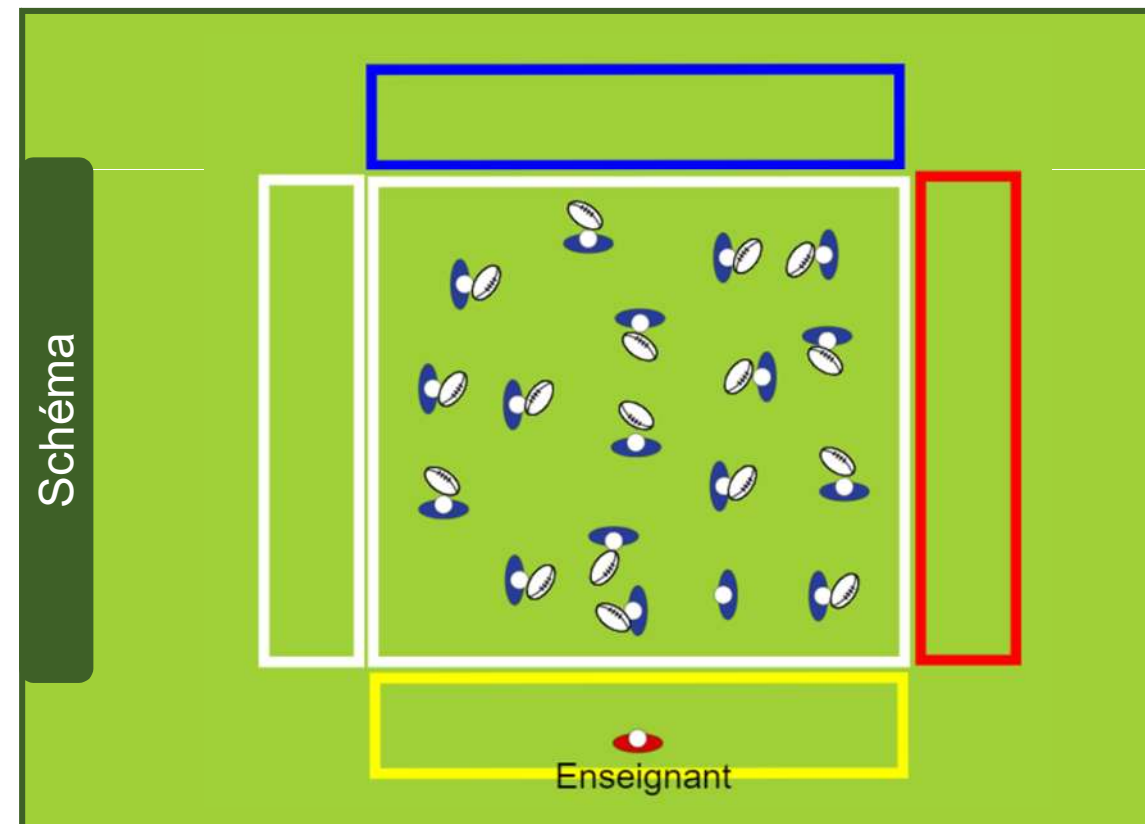
Être toujours en activité (marcher, trottiner ou courir).  
Réaliser les gestes ou actions demandés par l'enseignant.

## Points de vigilance:

Faire attention de ne pas se percuter en se déplaçant.  
Rester à l'intérieur de l'aire de jeu.  
Être attentif aux consignes de l'enseignant.

## Les variantes possibles:

- L'enseignant se situe au centre du carré, il énonce la couleur et montre le plot correspondant (il ne se place plus dans la zone annoncée).



# Séances 3 & 4: Le couloir

## Dispositif:

**Effectif:** Constituer un nombre paire d'équipes

**Durée:** 15 à 20 min

**Matériel:** Ballons, cerceaux, chasubles, plots

## Organisation/Déroulement:

Les élèves sont placés en colonne au point de départ. Chacun possède un ballon en main. Au signal de l'enseignant, le premier joueur de chaque colonne pénètre sur le terrain afin d'amener son ballon dans la **zone** de marque. Pour cela il devra éviter de se faire toucher par les joueurs adverses positionnés dans un cerceau. Si le joueur porteur de balle se fait toucher lors de sa traversée par un défenseur, il doit retourner à la zone de départ pour se replacer à la fin de sa colonne. Une fois que le joueur a déposé son ballon dans la zone de marque, il doit rapidement revenir au point de départ pour donner le relais au joueur suivant.

## Comportements attendus:

Tenir son ballon à deux mains.

Identifier le placement des adversaires.

Viser les espaces libres.

Accélérer jusqu'à la zone de marque pour y déposer son ballon.

Utiliser des appuis dynamiques pour changer de direction au dernier moment.

## Les points de vigilance:

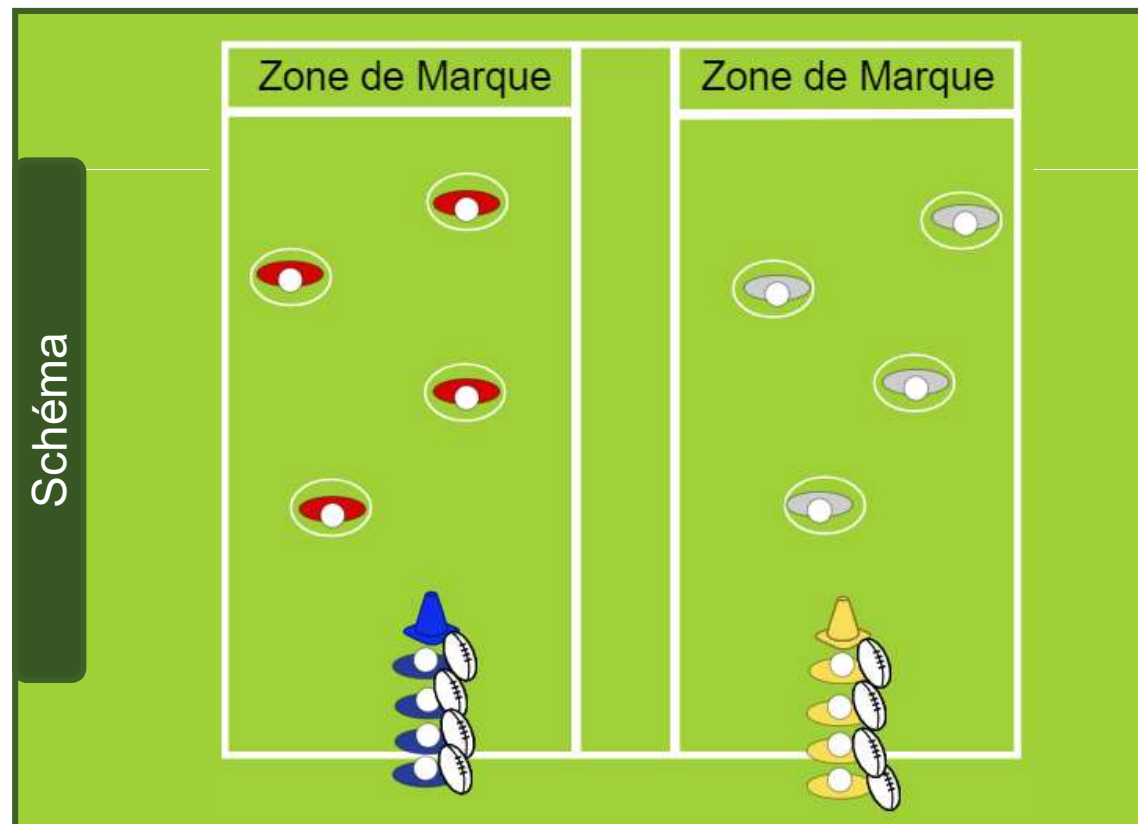
Pour le relais, bien attendre de se faire toucher avant de partir.

Les défenseurs ne peuvent pas sortir de leur cerceau.

Les défenseurs n'agissent que sur la traversée aller.

## Les variantes possibles:

- Effectuer la traversée en marchant, puis en courant.
- Intégrer la notion de défi (essayer de déposer ses ballons avant les équipes adverses).
- Les défenseurs peuvent défendre en ayant au moins un pied dans le cerceau.



## Séances 5 & 6

- › Le carré magique (c)
- › La chaîne des pompiers



# Séances 5 & 6: Le carré magique (c)

## Dispositif:

**Effectif:** Toute la classe

**Durée:** 15 à 20 mn

**Matériel:** Plots (4 couleurs), ballons (1 par élève, puis 1 pour 2 élèves)

## Organisation/Déroulement:

Les élèves trottinent librement à l'intérieur de l'espace de jeu. Au signal de l'enseignant, ils réalisent diverses actions:

Reprendre des actions demandées sur les séances 3 et 4.

1 ballon pour 2 élèves: au signal « Top » de l'enseignant, les porteurs de balle doivent transmettre leur ballon de mains à mains à un camarade qui n'a pas de ballon.

1 ballon pour 2 élèves: au signal de l'enseignant, les élèves porteurs de ballon se déplacent pour aller poser le ballon dans la **zone** indiquée par l'enseignant (couleur énoncée et coupelle de la couleur levée). Puis ils reviennent à l'intérieur du carré et continuent à réaliser de nouvelles actions annoncées par l'enseignant.

## Comportements attendus:

Être toujours en activité (marcher, trottiner ou courir).

Réaliser les gestes ou actions demandés par l'enseignant.

Être capable d'identifier les différents rôles (PB et non PB).

## Points de vigilance:

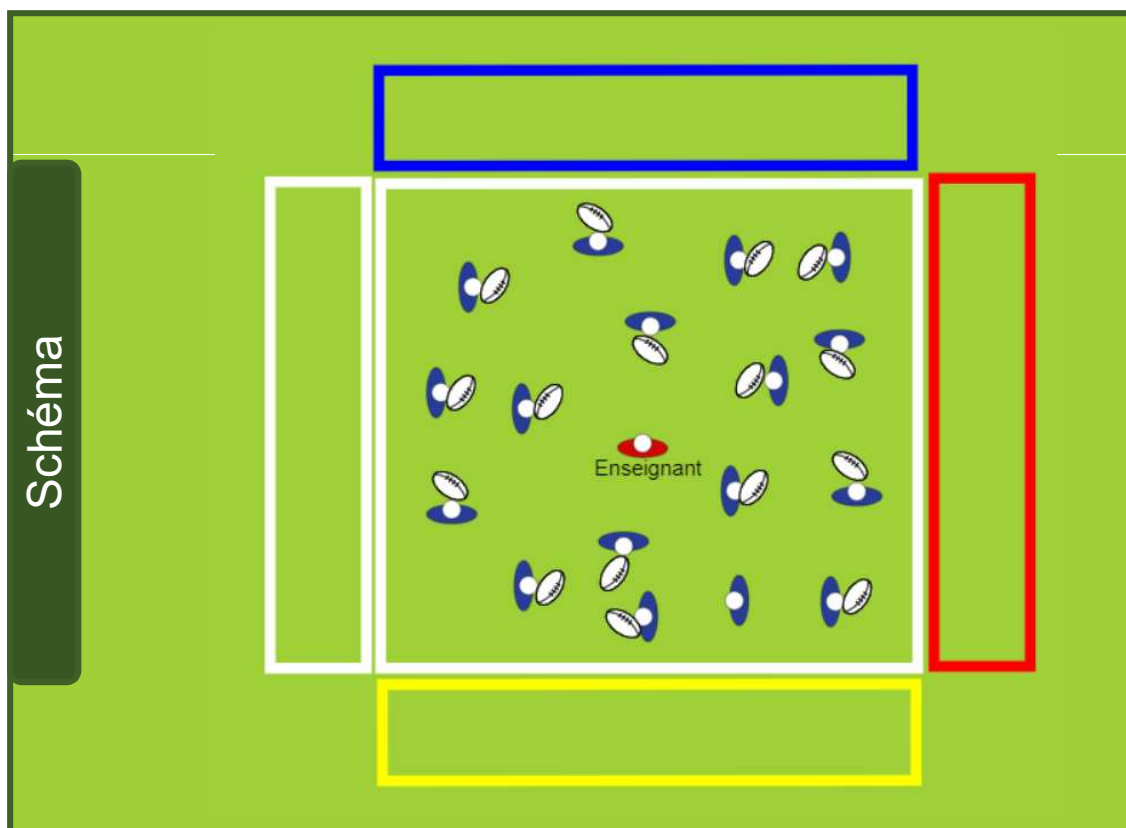
Faire attention de ne pas se percuter en se déplaçant.

Rester à l'intérieur de l'aire de jeu.

Être attentif aux consignes de l'enseignant.

## Les variantes possibles:

- Identifier les rôles avec des chasubles (rouge porteurs de balle, jaune non porteurs de balle); inversement des rôles à chaque top. On pourra associer élèves par deux dans un premier temps.



# Étapes 5 & 6: La chaîne des pompiers

## Dispositif:

**Effectif:** diviser la classe en 4 à 6 équipes

**durée:** 15 à 20 mn

**Matériel:** Ballons, chasubles par équipe, plots

## Organisation/Déroulement:

En forme une chaîne: chaque élève se place dans un cerceau et doit faire progresser le ballon. Les cerceaux sont alignés et se touchent pour favoriser la transmission de mains à mains.

Le dernier de la chaîne transporte le ballon dans la **zone** de marque et revient dans son cerceau.

La première équipe à avoir transporté l'ensemble de ses ballons dans la zone remporte la manche.

À chaque manche, penser à faire avancer les élèves d'un cerceau dans la chaîne.

## Comportements attendus:

Donner et prendre le ballon avec les deux mains.

Les élèves sont prêts à recevoir et transmettre le ballon.

Regarder le ballon.

## Points de vigilance:

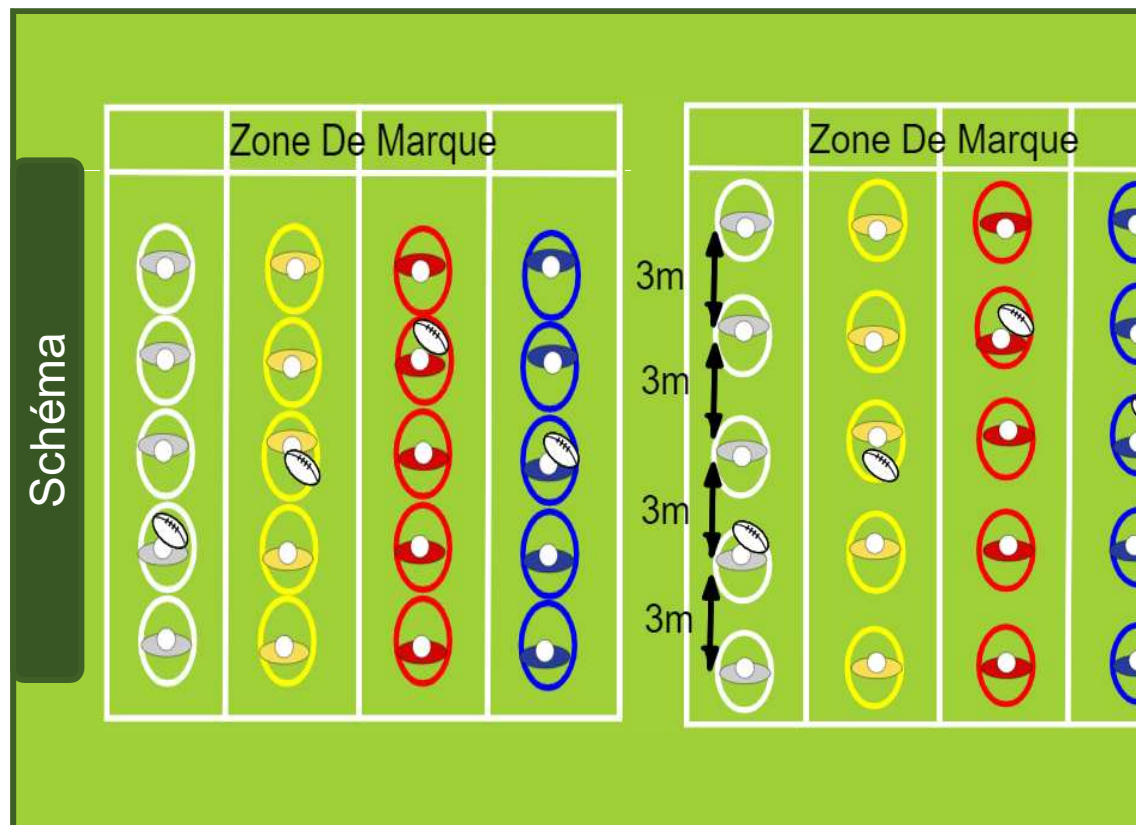
Adapter son action en prenant en considération les partenaires.

Faire remarquer que la qualité de la transmission et de la réception permet d'aller plus vite.

Chercher avec les élèves la meilleure manière d'agir.

## Les variantes possibles:

- Elargir la distance entre les cerceaux, obligeant un déplacement avant la transmission main-main.
- Faire évoluer vers une transmission par la passe (adapter la distance entre les cerceaux selon la réussite).



## Séances 7 & 8

- ↳ Le carré magique (d)
- ↳ L'épervier



# Séances 7 & 8: Le carré magique (d)

## Dispositif:

**Effectif:** Toute la classe

**durée:** 15 à 20 mn

**Matériel:** Plots (4 couleurs), ballons (1 par élève, puis 1 pour 2 élèves)

## Organisation/Déroulement:

Les élèves trottinent librement à l'intérieur de l'espace de jeu. Au signal de l'enseignant, ils réalisent diverses actions:

Reprendre des actions demandées lors des séances 5 et 6.

1 ballon pour 2 élèves: au signal « Top » de l'enseignant, les porteurs de balle doivent transmettre leur ballon mains à mains à un camarade qui n'a pas de ballon.

1 ballon pour 2 élèves : au signal de l'enseignant, les élèves se déplacent pour aller poser le ballon dans la zone indiquée par l'enseignant (couleur énoncée et coupelle de la couleur levée). Puis ils reviennent à l'intérieur du carré et continuent à réaliser de nouvelles actions annoncées par l'enseignant.

## Comportements attendus:

Être toujours en activité (marcher, trottiner ou courir).

Réaliser les gestes ou actions demandés par l'enseignant.

Être capable d'identifier les différents rôles (PB et non PB).

## Points de vigilance:

Faire attention de ne pas se percuter en se déplaçant.

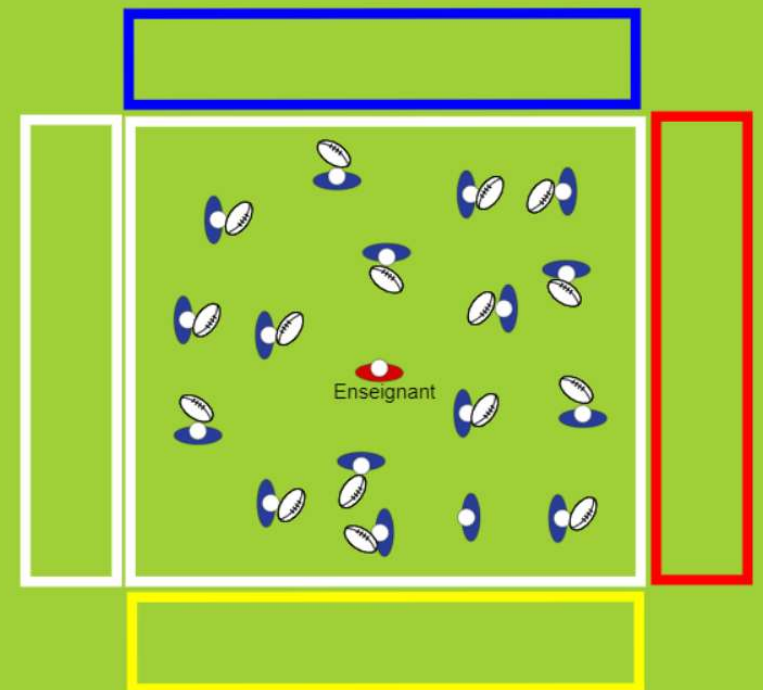
Rester à l'intérieur de l'aire de jeu.

Être attentif aux consignes de l'enseignant.

## Les variantes possibles:

- Au top de l'enseignant, les élèves non porteurs de ballon vont chercher le ballon dans les mains des porteurs de ballon. On pourra associer les élèves par deux dans un premier temps.
- Faire évoluer vers une transmission par la passe en demandant aux élèves de rester assez proches l'un de l'autre (indication: de 1 m à 2m).

Schéma





# Séances 7 & 8: L'épervier

## Dispositif:

**Effectif:** diviser la classe en 2; jouer sur deux terrains

**durée:** 15 à 20 mn

**Matériel:** Ballons, plots

## Organisation/Déroulement:

Les élèves se positionnent derrière la ligne de départ, chacun avec un ballon en main. Un élève (défenseur) situé au centre de l'espace de jeu joue le rôle de l'épervier et annonce le départ du jeu (sortez).

Les élèves porteurs de ballon doivent obligatoirement sortir pour aller poser leur ballon dans la **zone** de marque, sans se faire toucher par l'épervier.

Dès qu'un porteur de balle a été touché, il doit poser son ballon dans la zone prévue à cet effet, puis il devient épervier fixe (il se place dans un cerceau positionné par l'enseignant) ou actif.

## Comportements attendus:

Tenir son ballon à deux mains.

Identifier le placement des adversaires et utiliser les espaces libres.

Accélérer jusqu'à la zone de marque pour y déposer son ballon.

Utiliser des appuis dynamiques pour changer de direction au dernier moment.

L'épervier « actif » (en gris sur le schéma) se déplace pour toucher les porteurs de ballon, l'épervier « fixe » (en bleu sur le schéma) utilise juste ses mains pour toucher les porteurs de ballon.

## Points de vigilance:

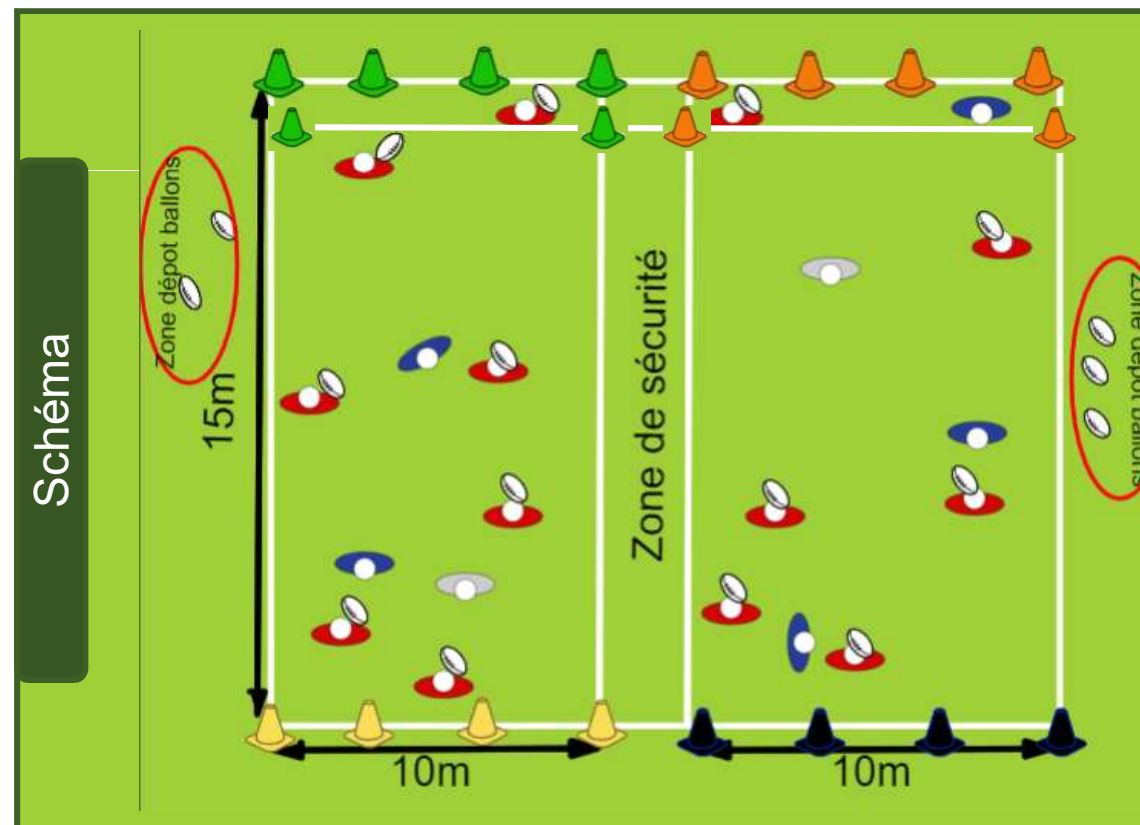
Respecter les consignes en fonction des rôles.

Faire attention de ne pas percuter un camarade en se déplaçant.

Rester à l'intérieur de l'espace de jeu.

## Les variantes possibles:

- Selon la réussite lors de la traversée, augmenter ou réduire le nombre d'éperviers actifs.
- Les enfants porteurs de ballon doivent, après franchissement de la ligne de marque, aplatir leur ballon au sol.



## Séances 9 & 10

- ↳ Le carré magique
- ↳ Le 1+1 contre 1



# Séances 9 & 10: Le carré magique (d bis)

## Dispositif:

**Effectif:** Toute la classe

**Durée:** 15 à 20 mn

**Matériel:** Plots (4 couleurs), ballons (1 ballon pour 2 élèves)

## Organisation/Déroulement:

Former des binômes (1 ballon par binôme) :

Les deux élèves se déplacent l'un derrière l'autre. Au signal « Top » de l'enseignant, le porteur de balle (devant) se tourne et transmet le ballon de mains à mains à son binôme, qui passe ensuite devant.

Au signal de l'enseignant, les élèves se déplacent pour aller déposer le ballon dans la **zone** indiquée par l'enseignant (couleur énoncée). Puis ils reviennent à l'intérieur du carré et continuent à réaliser de nouvelles actions annoncées par l'enseignant (varier les types de déplacement).

## Comportements attendus:

Être toujours en activité (marcher, trotter ou courir).

Réaliser les gestes ou actions demandés par l'enseignant.

S'appliquer dans la transmission mains-mains ou dans la passe (les ballons ne doivent pas tomber).

Les élèves non porteurs de balle préparent leurs mains pour sécuriser la réception.

## Points de vigilance:

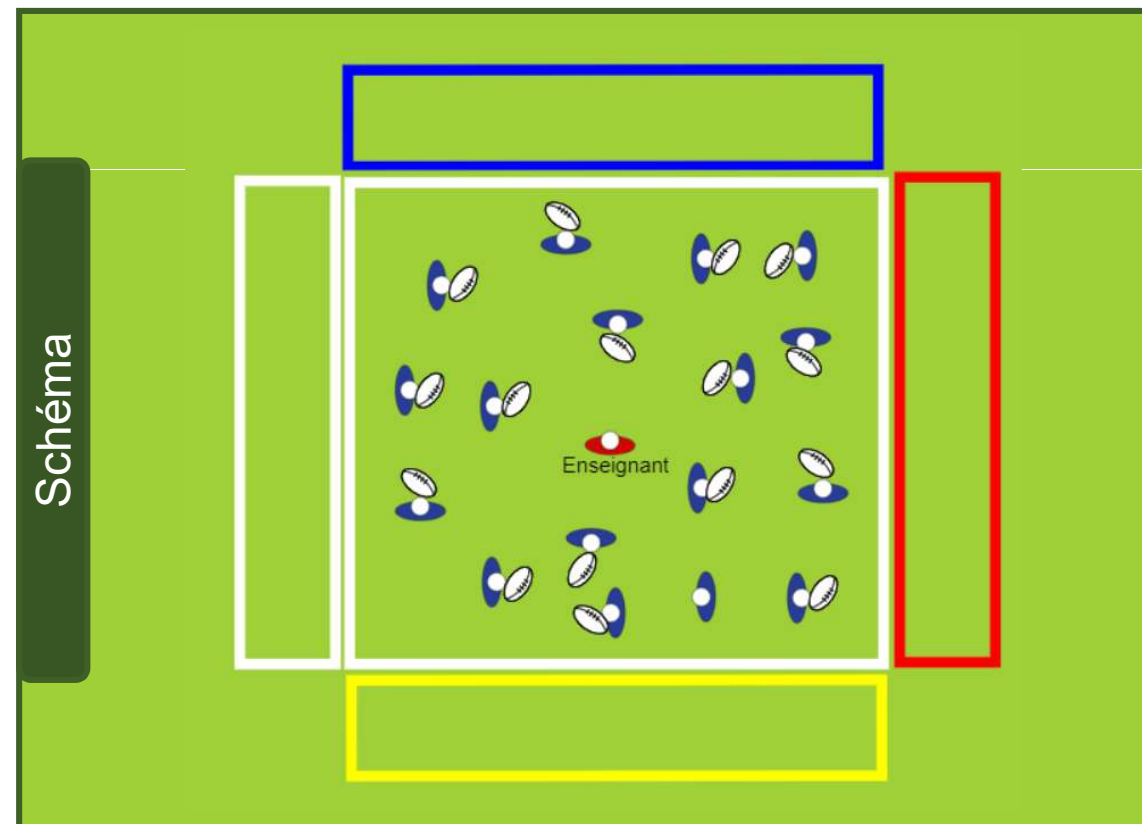
Faire attention de ne pas se percuter en se déplaçant.

Rester à l'intérieur de l'aire de jeu.

Être attentif aux consignes de l'enseignant.

## Les variantes possibles:

- Au top de l'enseignant, les élèves porteurs de balle se tournent vers leur binôme pour transmettre le ballon à l'aide d'une passe courte.



# Épreuves 9 & 10: La rivière

## Dispositif:

**Effectif:** diviser la classe en 2; jouer sur deux terrains (les rivières)

**Durée:** 15 à 20 mn

**Matériel:** Ballons, plots

## Organisation/Déroulement:

Les élèves se positionnent derrière la ligne de départ, près d'une réserve de ballons. Un élève défenseur situé au centre de l'espace de jeu (3m x 5m) joue le rôle de l'épervier et annonce le départ du jeu (sortez).

Le premier élève attaquant de la colonne saisit un ballon dans la réserve sur la berge et essaie d'aller le poser de l'autre côté de la rivière (dans la zone de marque), en essayant de ne pas se faire **ceinturer** (deux bras autour de la taille) par l'épervier défenseur. S'il réussit, il revient par le **couloir de retour**, pendant qu'un autre élève attaquant saisit à son tour un ballon dans la réserve. Si le porteur de balle est ceinturé, un autre élève attaquant (le soutien) vient récupérer le ballon dans les mains de l'élève ceinturé, puis va poser le ballon de l'autre côté de la rivière. Les deux élèves attaquants reviennent alors par le couloir de retour.

## Comportements attendus:

Tenir son ballon à deux mains.

Identifier le placement de l'adversaire et utiliser les espaces libres.

Accélérer jusqu'à la zone de marque pour y déposer son ballon.

Utiliser des appuis dynamiques pour changer de direction au dernier moment.

Libérer le ballon en tendant les bras pour le transmettre à un camarade.

L'épervier se déplace pour ceinturer le porteur de ballon avec ses bras.

## Points de vigilance:

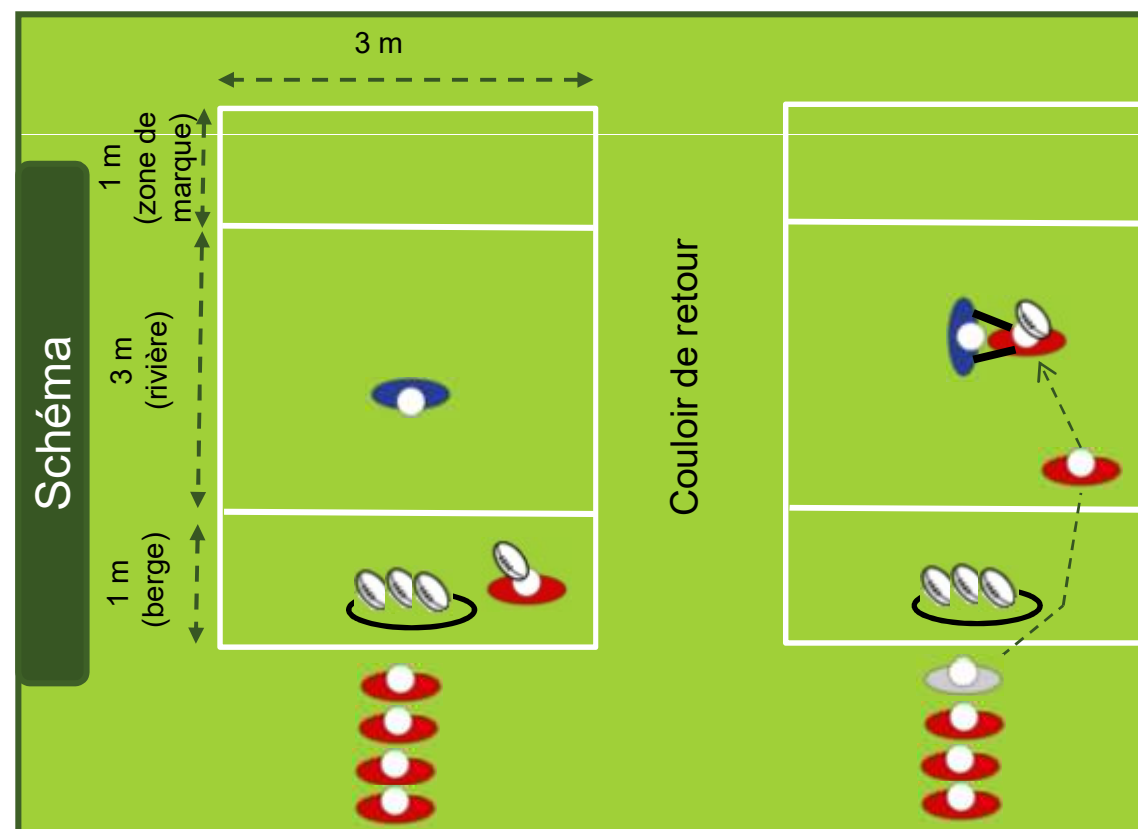
Respecter les consignes en fonction des rôles.

Faire attention de ne pas percuter un camarade en se déplaçant.

Rester à l'intérieur de l'espace de jeu.

## Les variantes possibles:

- Intégrer la notion de défi (essayer de poser ses ballons avant l'équipe adverse).
- La transmission du ballon « porteur de ballon – soutien » se fait en pas



# Séance 11

↳ Rencontre rugby

