

TECH XV

Le Magazine des Entraîneurs et des Éducateurs de Rugby

N° 12
nov. 2012

TECH XV INFOS

Attention au hors-jeu !

REPORTAGE

L'école de rugby
en questions

**TECHNIQUE
& STRATÉGIE**

Le dur apprentissage
du plaquage



FRANCE - SAMOA

[illegible]**STADEFRANCE**

Le rugby, des valeurs pour la vie.

www.ffr.fr • 0892 692 694* • 0892 390 100*
Magasins spécialisés





© Presse Sports

ÉDITORIAL

Ceci n'est pas un entraînement

MES RENDEZ-VOUS DU JEUDI !

Lorsque Marion Pélissié, Administrateur de TECH XV, m'a suggéré de rédiger un éditorial concernant l'école de rugby, j'avoue qu'il a fallu que je vagabonde au plus profond des méandres de ma mémoire. Le moment était donc venu d'entreprendre avec nostalgie un voyage au centre de la planète ovale.

Notre vieille TSF grésillant, trônant sur le buffet de la salle à manger me relatait depuis quelques temps les exploits d'une escouade d'hommes partis guerroyer dans des contrées hostiles au fin fond de l'Afrique du sud avec à sa tête Lucien Mias surnommé « docteur pack », véritable chef de croisade au pays des springboks. Et comme mon père su aiguïser ma curiosité en me narrant les prouesses de ces « va-t'en guerre », il n'en fallait pas plus pour que mon imaginaire se mette en ordre de marche. Mon choix était acté, j'ambitionnais d'être des leurs. Ma mère, devant tant d'insistance, m'escorta toute angoissée au portillon du stade Émile Terrason pour m'enrôler sous l'oriflamme rouge et blanc des cheminots du Rugby Club Dijonnais. Du haut de mes dix ans mon rêve devenait enfin réalité. J'étais devenu un apprenti rugbyman fier et heureux.

Passé le cap des émotions, vint la période des premières révélations. J'apparus ainsi boudiné dans mon harnachement de débutant, affublé d'un horrible maillot matelassé recouvrant un short de premier communiant, laissant apparaître ma première paire de crampons à clous martyrisant mes orteils de poupon et d'où surgissaient des chaussettes en laine aux odeurs de naphthaline. Je conserve encore en mémoire l'image de mon initiateur qui, dans mon imaginaire, devait être le disciple de ces hommes en bleu frappés du coq. En fait, il n'était simplement qu'un illustre inconnu employé de la SNCF. Mais quelle importance puisque Achille, c'était son nom, devenait au fil de nos jeudis après-midi un être déterminant à notre initiation, nous faisant percevoir les contours de notre futur espace de jeu bien trop vaste encore pour notre âge ; il savait nous familiariser à l'art de la passe et du plaquage jusqu'à épuisement. Nous décelions par la même les règles à respecter et à ne pas outrepasser, tout cela sous l'œil bienveillant de notre cornac. Puis vint le temps de nos premières migrations, pour aller défier sur les terres hostiles les clubs environnants, ponctuées de retours joyeux et chantant, malgré les bleus et les bosses récoltés lors de nos joutes, avec déjà la promesse de l'assaut retour.

Sûr, que cette époque insouciant fût florissante, peuplée de découvertes, de belles rencontres, avec une pensée attendrissante pour mes éducateurs et mes dirigeants qui avaient comme seul apostolat de faire des garnements que nous étions, des hommes prêts à affronter d'autres difficultés.

Le groupe issu des Assises de la FFR, présidé par Henry Broncan, a la lourde charge de potasser sur l'avenir de nos écoles de rugby où il est essentiel de conserver l'idée de plaisir dans le développement de nos futurs champions. Et puis, si ces derniers n'ont pas assez de talent pour devenir des joueurs de haut niveau, formulons le vœu que les valeurs de partage, de respect et d'abnégation acquises au cours de leur formation, les amènent à rester des acteurs de notre sport.

Jean-Louis Luneau,
Président de TECH XV

SOMMAIRE

TECH XV INFOS	Attention au hors-jeu !	p.4
REPORTAGE	L'école de rugby en questions.....	p.8
TECHNIQUE & STRATÉGIE	Le dur apprentissage du plaquage	p.16

TECH XV
Regroupement des Entraîneurs
et des Éducateurs de Rugby
(c/o Ligue Nationale de Rugby)
25-27, avenue de Villiers 75017 Paris
Tél. 01 55 07 87 43 - Fax. 01 55 07 87 95
www.techxv.org

Directeur de la publication : Jean-Louis Luneau • **Responsables de la rédaction :** Jean-Paul Cazeneuve et Marion Pélissié • **Rédaction :** Jacques Barthélemy, Jean-Paul Cazeneuve, Nils Gouisset, Franck Lagarde et Marion Pélissié • **Création :** 31mille [Philippe Guillot - Nicolas Roussel] • **Réalisation :** Pure Impression - Imprimé à 2 500 exemplaires sur du papier blanchi sans chlore issu de forêts gérées durablement et imprimé avec des encres végétales par l'entreprise Pure Impression (Label national Imprim'Vert et certifiée FSC et PEFC, certification ISO 14001 (FSC coc : FCBA-COC-000077 - PEFC coc : FCBA/08-008892) - Tous les articles spécifiés comme tels sont certifiés • **Photos couverture :** © RC Metz • N° ISSN : 2115-4783





Peu de personnes ont conscience des risques liés au non respect de l'obligation de diplôme pour encadrer, contre rémunération, les activités physiques et sportives. Nous souhaitons donc, parce que c'est notre rôle et notre mission, sensibiliser les éducateurs, les entraîneurs et les dirigeants sur les obligations du code du sport.

ENTRETIEN AVEC

Franck LAGARDE
avocat CDES Conseil,
membre du Centre de Droit
et d'Économie du Sport
de Limoges
Jacques BARTHÉLÉMY
avocat associé, Fondateur
du Cabinet Barthélémy,
avocat Conseil en Droit
Social, ancien professeur
associé à la Faculté de Droit
de Montpellier

Dans notre entourage nous connaissons tous une personne qui entraîne -ou a entraîné- sans diplômes, recrutée (ou embauchée) grâce à sa réputation et à ses relations dans le milieu du rugby. Mais savons-nous et sait-elle, cette personne, ce qu'elle encourt du fait de ne pas respecter cette règle ?

Quelque soit le niveau, professionnel ou fédéral, la notoriété et l'expérience du joueur devenu entraîneur sans diplôme, le risque encouru est bien réel. Nous avons donc sollicité l'avis de deux spécialistes pour non seulement rappeler la loi mais aussi les suites pénales éventuelles en cas de non respect de cette dernière.

**FRANCK LAGARDE, AVOCAT
CDES CONSEIL, MEMBRE
DU CENTRE DE DROIT ET
D'ÉCONOMIE DU SPORT DE
LIMOGES**

L'OBLIGATION DE DIPLÔME POUR L'ENSEIGNEMENT DU SPORT CONTRE RÉMUNÉRATION

En France, l'enseignement du sport contre rémunération est réglementé et fait l'objet d'un contrôle par les services de l'État.

Ainsi, aux termes de l'article L. 212-1 du Code du sport, seuls peuvent enseigner, animer, encadrer ou entraîner contre rémunération une activité physique ou sportive, à titre d'occupation principale ou secondaire, de façon habituelle, saisonnière ou occasionnelle, les titulaires



LA NOTION DE RÉMUNÉRATION

La notion de « rémunération », qui détermine si l'acte d'enseignement d'une activité physique ou sportive entre ou non dans le champ de la réglementation, doit être entendue de manière très large. Dans le silence de la loi, il faut s'en remettre en effet à une instruction ministérielle du 7 mars 1994 (n° 946049 JS) dans laquelle il est indiqué que « *constitue une rémunération toute contrepartie financière ou en nature versée ou perçue, strictement supérieure au remboursement de frais dûment justifiés* ».

LES SANCTIONS EN CAS DE DÉFAUT DE DIPLÔME

L'identification de la frontière entre enseignement rémunéré et enseignement bénévole est d'autant plus importante que la violation de l'obligation de qualification est passible de lourdes sanctions pénales (un an d'emprisonnement et 15 000 euros d'amende) non seulement pour l'auteur direct de l'infraction, mais également pour son employeur (C. sport, art. L. 212-8). La loi considère en effet que l'employeur doit s'assurer que son personnel dispose des qualifications requises pour enseigner l'activité considérée. Les contrevenants

encourent par ailleurs des sanctions administratives (injonction de cesser l'activité dans un délai déterminé, interdiction temporaire ou définitive d'exercice).

Rappelons encore que toute personne qui enseigne une activité physique ou sportive contre rémunération doit personnellement se déclarer auprès de la Direction départementale de la cohésion sociale (DDCS) du département d'exercice, là encore sous peine de sanctions administratives et/ou pénales.

LES EXIGENCES FÉDÉRALES EN MATIÈRE DE DIPLÔMES

À ces exigences légales, il convient d'ajouter celles qui découlent de la réglementation fédérale. L'article 353-1 des règlements généraux de la FFR impose ainsi des qualifications minimales en fonction du niveau d'intervention des intéressés (cf. tableau ci-dessous). Le manquement à ces obligations fédérales est passible de sanctions disciplinaires (cf. annexe 9 des RG FFR). Ainsi, un entraîneur d'une équipe de TOP 14 ou PRO D2 doit posséder, au moment de son entrée en fonction, un DESJEPS ou un BE 2 (ou être en cours de formation), à défaut de quoi son club encourt une amende de 3050 euros.

TABLEAU DES OBLIGATIONS DE L'ENCADREMENT TECHNIQUE

1. SECTEUR PROFESSIONNEL				
FONCTIONS OCCUPÉES		TOP 14	PRO D2	
MANAGER OU DIRECTEUR SPORTIF / ENTRAÎNEUR		D.E.S. ou B.E.2	D.E.S. ou B.E.2	
DIRECTEUR DE CENTRE DE FORMATION AGRÉÉ M.J.S.V.A		D.E.S. ou B.E.2	D.E.S. ou B.E.2	
2. SECTEUR AMATEUR MASCULIN				
FONCTIONS OCCUPÉES	ASSOCIATIONS SUPPORTS DES CLUBS PRO	FÉDÉRALE 1	FÉDÉRALE 2 FÉDÉRALE 3	SÉRIES
ENTRAÎNEUR ÉQUIPE 1	/	D.E.	B.FE.	
DIRECTEUR DE CENTRE DE FORMATION LABELLISÉ F.F.R.	/	D.E.	/	/
DIRECTEUR SPORTIF	/	D.E.	D.E.	/
ENTRAÎNEUR MOINS DE 23 ANS	D.E.	/	/	/
ENTRAÎNEUR MOINS DE 21 ANS « REICHEL »	D.E.	D.E.	B.FE.	
ENTRAÎNEUR MOINS DE 21 ANS « BÉLASCAIN »	/	B.FE.	B.FE.	
ENTRAÎNEUR MOINS DE 19 ANS « CRABOS »	D.E.	B.FE.		
ENTRAÎNEUR MOINS DE 19 ANS « AUTRES »	/	B.FE.	B.FE.	
ENTRAÎNEUR MOINS DE 17 ANS	B.FE.J		B.FE.J	
ENTRAÎNEUR MOINS DE 15 ANS	B.FE.J		B.FE.J	
DIRECTEUR ÉCOLE DE RUGBY	BREVET FÉDÉRAL ÉDUCATEUR ÉCOLE DE RUGBY (B.FE.R.)			
ÉDUCATEUR ÉCOLE DE RUGBY	BREVET FÉDÉRAL ÉDUCATEUR ÉCOLE DE RUGBY (B.FE.R.)			
3. SECTEUR AMATEUR FÉMININ				
FONCTIONS OCCUPÉES	1 ^{RE} DIVISION ÉLITE 1 et 2	FÉDÉRALE 1, 2 et 3	MOINS de 18 ANS	
ENTRAÎNEUR	D.E.	B.FE.	B.FE.J.	

NB : Les titulaires d'un BEES 1^{er} degré Rugby peuvent exercer contre rémunération toutes les fonctions d'encadrement, à l'exception de celles pour lesquelles les obligations fédérales requièrent un D.E.S. ou un D.E.

Glossaire de la formation fédérale (encadrement bénévole):

B.FE. : Brevet Fédéral d'Entraîneur • **B.FE.J. :** Brevet Fédéral d'Entraîneur Jeune • **B.FE.R. :** Brevet Fédéral d'Éducateur école de Rugby.

Glossaire de la formation d'Etat (encadrement rémunéré):

D.E.S. J.E.P.S. : Diplôme d'État Supérieur de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport, spécialité « performance sportive », mention Rugby ;

D.E. J.E.P.S. : Diplôme d'État de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport, spécialité « perfectionnement sportif », mention Rugby ;

B.P. J.E.P.S. : Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et du Sport, spécialité « sport collectif », mention Rugby.

d'un diplôme, titre à finalité professionnelle ou certificat de qualification (CQP). Celui-ci doit garantir la compétence de son titulaire en matière de sécurité des pratiquants et des tiers dans l'activité considérée et être enregistré au répertoire national des certifications professionnelles (RNCP).

Par exception, l'exigence de qualification ne s'impose pas aux militaires, aux fonctionnaires dans l'exercice des missions prévues par leur statut particulier, ni aux enseignants des établissements d'enseignement public et des établissements d'enseignement privé sous contrat avec l'État, là encore dans l'exercice de leurs missions.

L'enseignant rémunéré d'une activité physique ou sportive est en outre autorisé pour les personnes qui sont en cours de formation, ou encore pour celles qui sont titulaires d'un diplôme étranger admis en équivalence.

Il faut préciser enfin que le diplôme, titre à finalité professionnelle ou CQP peut être obtenu par la voie de la validation des acquis de l'expérience (VAE).

**JACQUES BARTHÉLÉMY,
AVOCAT ASSOCIÉ,
FONDATEUR DU
CABINET BARTHÉLÉMY,
AVOCAT CONSEIL EN
DROIT SOCIAL, ANCIEN
PROFESSEUR ASSOCIÉ
À LA FACULTÉ DE DROIT
DE MONTPELLIER**

TECH XV MAG : *Comme Franck Lagarde l'a présenté, la loi française régit la fonction d'entraîneur et prévoit des sanctions pour ceux qui ne la respecteraient pas. Pouvez-vous nous éclairer sur ce qu'est une sanction pénale ?*

J. BARTHÉLÉMY : La sanction pénale est celle infligée à un citoyen, éventuellement à une personne morale (société), pour le non-respect de règles légales ou réglementaires, au nom de l'intérêt général, celui de la Nation ainsi qu'à la protection des droits fondamentaux de l'Homme et du citoyen.

Elle peut prendre, de ce fait et eu égard à l'importance de la faute commise, la forme d'une privation de liberté. Trois niveaux de sanctions sont à distinguer : la contravention, qui s'applique à des fautes minimales et qui se concrétise par une sanction pécuniaire ; le délit, qui correspond à une faute plus grave, qui peut être sanctionnée soit par une amende soit par une peine de prison, avec ou sans sursis, quelques fois par cumul des deux ; le crime qui correspond à des fautes d'une extrême gravité comme l'homicide qui non seulement expose systématiquement à une peine de prison mais justifie un arsenal procédural plus rigoureux, au nom de la défense des libertés individuelles, dans le déroulement du théâtre judiciaire (et jury populaire).

TECH XV MAG : *Dans le cas où la sanction serait pécuniaire et toucherait une personne faisant fonction d'entraîneur, le club pourrait-il la prendre en charge ?*

J. BARTHÉLÉMY : Non, la sanction pénale est par principe personnelle. Si le condamné n'est pas une personne morale, la sanction pécuniaire ne saurait donc, si l'intéressé est un salarié, être prise en charge par l'employeur. La somme aurait alors le caractère de salaire, aux plans fiscal et social, étant une dette du salarié acquittée par l'employeur. En outre, il est possible de soutenir que cette somme ne serait pas déductible de l'assiette de l'impôt des sociétés, n'étant en rien une dépense de gestion normale de l'entreprise.

TECH XV MAG : *Au delà de ces sanctions prévues au code du sport, la responsabilité pénale des clubs peut-elle aussi être engagée en tant qu'employeur ?*



© Presse Sports

J. BARTHÉLÉMY : Oui, la responsabilité pénale du club est engagée, s'agissant des agissements des salariés, pour l'ensemble des contraintes inhérentes au droit du travail, au droit de l'environnement, etc... et plus généralement au nom du respect des droits fondamentaux et des libertés individuelles et collectives. D'une part et par exemple, le Code du travail rend directement responsable l'employeur des infractions liées au droit fondamental à l'intégrité physique, au travers de la faute inexcusable (engager en tant qu'entraîneur une personne non titulaire d'un diplôme), dans la mesure où il est tenu à une obligation générale de sécurité de résultats. D'autre part, l'activité de l'entraîneur dans ses relations avec les joueurs est celle d'un cadre relayant le pouvoir de direction du président ; de ce fait et hormis le cas de délégation de pouvoir (devant faire l'objet d'une convention écrite, définissant les domaines concernés et les moyens permettant à l'entraîneur d'exercer le pouvoir, moyens à la fois financiers et disciplinaires), c'est le président du club qui est pénalement responsable.

TECH XV MAG : *Quant à la responsabilité civile, un joueur blessé grièvement lors d'un entraînement, pourrait-il demander réparation auprès du club ou de la personne faisant fonction d'entraîneur ?*

J. BARTHÉLÉMY : La responsabilité civile personnelle d'un salarié ne peut être recherchée qu'en cas de faute lourde, donc pas seulement en cas de faute grave, celle qui autorise une rupture anticipée d'un CDD et, s'agissant d'un CDI, qui se concrétise potentiellement par un licenciement sans préavis ni indemnités de licenciement.

Si la raison de la blessure peut être causée notamment par le non respect de règles impératives, susceptibles d'entraîner une sanction pénale, le joueur a droit à la réparation du préjudice subi ; celui-ci ne se limite pas aux forfaits résultant de l'application du droit de la sécurité sociale du fait de la faute inexcusable. Mais ici, c'est l'employeur qui sera condamné à verser les indemnités.

TECH XV MAG : *Quand la responsabilité civile est-elle engagée ?*

J. BARTHÉLÉMY : La responsabilité civile peut être engagée indépendamment de fautes condamnables pénalement. L'exercice des droits et libertés trouve ses limites non seulement dans l'intérêt général mais aussi dans les effets négatifs sur les droits et libertés d'autrui. De surcroît, le non respect d'engagements contractuels est susceptible d'engager la responsabilité de son auteur. Ici c'est sur un autre terrain qu'on se situe : celui de la responsabilité au plan contractuel (non respect fautif d'engagements qu'on a contractés dans sa relation avec une autre personne, physique ou morale) ou aussi délictuel (par exemple rupture de discussions en vue de contracter alors que l'on était prêt d'aboutir).

Dans l'exercice de ses fonctions, l'entraîneur est lié au club par un contrat de travail du fait de son état de subordination au plan des conditions de travail. Le club est dès lors responsable du fait de son salarié, comme de tout employeur, en tant que maître et commettant. C'est exclusivement alors sur le terrain d'une éventuelle faute lourde (qui est l'exception) que la responsabilité de l'entraîneur pourrait être recherchée.



Espace adhérents

Login

Mot de passe



ADHESION



MAGAZINE



AGENDA

- Entraîneurs disponibles
- Annonces
- Fiches techniques
- Newsletter

Clic Emploi !



**Vous êtes à la recherche d'un éducateur
ou d'un entraîneur pour votre club,
TECH XV vous accompagne dans votre démarche.**

Sur **TECHXV.ORG**, venez consulter le CV de nos techniciens diplômés, leur formation, leur parcours, leur palmarès. Si vous jugez leur profil adapté à votre demande, vous n'aurez plus alors qu'à entrer directement en contact avec eux, depuis notre site. Vous avez aussi la possibilité de poster votre offre d'emploi sur **TECHXV.ORG**.

**ALORS RENDEZ-VOUS
SUR WWW.TECHXV.ORG**



Le rugby pro, le management, l'avenir de la mêlée, les règles, les centres de formation... Tous ces sujets évoqués lors de nos précédents numéros ne doivent pas nous faire oublier que l'École de Rugby fait plus que jamais partie, elle aussi, des dossiers prioritaires. Il nous semblait donc légitime d'exprimer quelques éléments de réflexion en y consacrant ce 12^e numéro. Plusieurs interrogations nous préoccupent la concernant : Quelle est sa véritable mission ? Quel projet pédagogique pour les plus jeunes ? Faut-il les entraîner d'avantage ? Nos éducateurs sont-ils suffisamment formés ? Quelle place pour le rugby féminin ? Comment lutter efficacement contre la crise du bénévolat ? Sans avoir la prétention d'apporter les réponses, les différents témoignages recueillis montrent très clairement que l'École De Rugby (EDR) est en pleine évolution. À travers plusieurs reportages, TECH XV MAG vous livre donc un éclairage sur ce qui constitue, le socle de la formation du joueur ou de la joueuse de rugby.

ENTRETIEN AVEC

Robert COUSTY éducateur au Toulouse Electrogaz Club (TEC)

Freddy MASO directeur sportif de l'association ASM Clermont

Pierre AYLAGAS député-maire d'Argelès-sur-Mer

Danièle IRAZU responsable du rugby féminin à la Fédération Française de Rugby

Henry BRONCAN président du groupe de travail École De Rugby (EDR) à la Fédération Française de Rugby

Jean-Pierre SCHWIETZER directeur de l'école de rugby de Saint-Louis

Morgan PARRA, Nicolas MAS, François TRINH-DUC joueurs professionnels

Fabien GALTHIÉ entraîneur de Montpellier Hérault Rugby

LE POINT DE VUE DE ROBERT COUSTY

« Il faut avoir une conception très ouverte de l'École De Rugby ». C'est avec ces mots que Robert Cousty accueille ses visiteurs dans la charmante enceinte du TEC. Fondée en 1957, le Toulouse Electrogaz Club vit des jours heureux à l'abri de la Garonne toute proche, à moins de 5 minutes du stade Ernest-Wallon. Depuis que ce prof agrégé d'EPS a pris sa retraite, il partage son temps entre Marcoussis et son école de



© Presse Sports

rugby. Au Centre National du Rugby (CNR), il forme depuis 2006 des promotions de futurs entraîneurs professionnels (saison 2012/2013 : Ibanez, Auradou, Sadourny, Blin, Servat...). Au TEC il apporte la bonne parole, celle d'un pédagogue qui a construit sa méthode d'apprentissage du rugby au contact de René Deleplace, Robert Bru, Pierre Villepreux... et de sa famille treiziste.

LA PHASE D'ALPHABÉTISATION !

« Il ne faut pas avoir une politique de sélection trop précoce au sein de l'école de rugby. Notre mission c'est la formation pour les amener le plus loin possible dans l'apprentissage, sans la crainte de les voir partir un jour sous d'autres cieux. C'est comme si un instituteur était jaloux en apprenant qu'un de ses anciens élèves était rentré à l'ENA ou à Polytechnique. Ce serait ridicule ! Par contre, j'espère que le gamin se souviendra longtemps de son instit ou de son éducateur. Parce que c'est quand même là, à l'EDR, que se dessine le futur joueur ; il convient donc de ne pas sous estimer le rôle des premiers éducateurs d'autant que l'on ressent de plus en plus chez les enfants, une réelle soif d'apprendre et de progresser.

Il faut par conséquent proposer aux enfants de réelles compétences techniques, à travers des contenus pertinents et adaptés... ce qui à terme va considérablement limiter le bénévolat. Nous avons donc créé une Commission Technique qui a pour ambition de proposer un enseignement basé sur les deux grands principes de ce jeu. »

LES GRANDS PRINCIPES

« Le premier de tous pourrait se résumer ainsi : **comment avancer collectivement ?** Comment créer une articulation, entre le porteur et le soutien pour aboutir à une cohésion collective. Partir de ce principe c'est aller à la découverte de toutes les formes d'avancée collective, notamment celle qui choisit l'axe profond ou au contraire le contournement. Si vous voulez faire vivre le ballon longtemps, il faut être capable de changer de rôle, de courir longtemps, de jouer un deux contre un, d'utiliser le pied... On invente ainsi des séries de compétences qui permettent d'installer ce principe fondamental chez le joueur. Il s'agira ensuite de structurer la progression par catégories d'âges en la déclinant au plan physique, technique et tactique.

Deuxième principe qui découle directement du premier : **en rugby, seul on est rien !** Le soutien est primordial. Fort de ce constat nous travaillons sur les moyens de l'avancée, et en particulier sur ce que j'appelle la cellule de base du jeu. Cette cellule est constituée de 5 joueurs. Un porteur, un soutien axial, deux soutiens latéraux et un 5^e pour orienter le jeu. Nous avons là toutes les possibilités que le jeu peut offrir. Ce principe fondamental nous le cultivons tout au long de l'apprentissage, surtout devrais-je dire à partir de 9 ans. C'est en effet entre 11 et 15 ans que s'ouvrent les zones de développement des habilités rugbystiques accompagnées, c'est important, des modifications morphologiques. Une bonne acquisition autorisera le préadolescent à faire vivre en harmonie ces deux grands principes.

Le rugby est à mon sens un sport à maturité tardive, il faut laisser le temps faire son travail. Le talent se révèle souvent après des années d'apprentissage. C'est un point de vue que je partage avec Joe Schmidt, l'entraîneur du Leinster, que j'ai eu en formation quand il était à Clermont. Il m'avait avoué qu'il ne comprenait pas toujours très bien le fonctionnement de nos écoles de rugby. Au lieu d'essayer de faire un copier-coller du rugby des adultes pourquoi ne leur laissez-vous pas l'initiative du jeu et la prise de risque plutôt que de batailler contre des sacs de plaquages, m'avait-il lancé.

Pour moi, l'éducateur est un architecte capable de créer des situations à l'intérieur desquelles les enfants vont pouvoir s'impliquer dans un jeu de rôle. Exemple : comment faire travailler le jeu sans ballons aux moins de 15 ans. En préambule, il s'agira de leur faire toucher du doigt que le joueur de rugby porte très peu le ballon pendant un match. Le plus souvent il plaque, se replace, effectue de longues courses et n'est en possession de la balle que quelques secondes. En sortant de l'EDR le joueur de moins de 15 ans doit maîtriser un référentiel de jeu qui doit lui permettre de lire la défense, de gérer le duel attaquant défenseur et le soutien pour la continuité du jeu. Au plan technique, d'assurer toutes les formes de passes et de plaquages. Au plan physique, il aura déjà travaillé sa vitesse, son explosivité, son gainage. Enfin, pour certains postes comme ceux de la charnière, être déjà en possession d'acquis techniques bien installés. J'ai déjà songé à leur proposer des séances d'analyse vidéo de grands matches afin d'amorcer chez eux une représentation mentale du jeu. »

L'école de rugby à Clermont... et autour !



© www.auvergne-rugby.fr

Mi-avril se déroulait sur les terrains de l'ASM le 55^e Challenge Michelin. Un rendez-vous réservé à la catégorie moins de 15 ans et très prisé par tous les clubs de l'hexagone. Dix-huit équipes, venues de la France entière, s'affrontaient dans le but d'inscrire leur nom au palmarès de ce tournoi prestigieux. La finale qui a mis aux prises deux des meilleures Écoles De Rugby (EDR) Françaises l'ASM Clermont et Massy a vu la victoire des jeunes Auvergnats. Un succès qui récompense le travail de formation mené au pied des volcans par Freddy Maso et son équipe d'éducateurs.

TECH XV MAG : *Quels-sont vos axes de travail en ce qui concerne l'EDR du club ?*

F. MASO : Nous sommes partis du constat que nous n'avons pas un grand réservoir de joueurs à l'image des régions plus au sud. Nous n'aurons jamais 20 à 30 mille licenciés. On a donc décidé d'impliquer dans notre fonctionnement les 30 EDR autour de Clermont, sur trois départements. Pour former et rivaliser, on a pensé qu'il était préférable de mutualiser les moyens afin de progresser ensemble. Si par exemple, un éducateur d'une EDR voisine a des difficultés avec ses moins de 11 ans, nous dépêchons notre équipe avec ses éducateurs pour une ou plusieurs séances communes ; ou on les reçoit. Pour que nous

soyons meilleurs, il faut qu'ils le soient aussi autour de nous.

TECH XV MAG : *Ce constat nous amène à évaluer le plan de formation de vos éducateurs.*

F. MASO : Il est volontairement simple. Dans un premier temps on les incite à se former. Quand un bénévole arrive pour nous donner un coup de main on lui demande de passer ses diplômes et ensuite on cherche à le spécialiser. Nous avons constaté que plus on les spécialise dans un secteur, plus leur enseignement devient pointu et plus nous parvenons à les conserver dans l'encadrement. C'est un cercle vertueux dont les enfants sont bénéficiaires car les progrès sont notoires. Nous comptons 300 enfants à l'EDR encadrés par 35 éducateurs tous diplômés.

TECH XV MAG : *Entrons un peu plus dans le détail de la pédagogie mise en place !*

F. MASO : À l'ASM nous sommes convaincus que le « tout rugby n'est pas bon » ; mais nous sommes aussi persuadés qu'on ne s'entraîne pas assez à l'EDR. Et il n'y a rien de contradictoire dans cette double certitude. Il faut savoir que sur une saison un enfant de l'EDR s'entraîne entre 30 et 40 heures. C'est peu, et c'est en partie la faute aux intempéries, aux vacances scolaires et aux maladies infantiles. Nous proposons donc aux moins de 13 ans et moins de 15 ans trois séances de 45 mn hebdomadaires en plus de l'entraînement

du mercredi - courtes séances de technique individuelle et de travail au poste. Pour autant la moitié de l'entraînement de notre EDR se fait hors rugby avec de la gymnastique, de l'athlétisme, du handball et de la natation. L'idée étant d'aider l'enfant à acquérir une motricité de référence pour construire son rugby de demain. Courir, sauter, nager, patiner... toutes ces acquisitions sont importantes. Pour les vacances de la Toussaint les moins de 9 ans ont fait un stage de rugby et de BMX et les moins de 13 ans un stage de rugby et de patinage.

TECH XV MAG : *Parlez-nous de la progression que vous avez mise en place chez les moins de 11 ans.*

F. MASO : Nous avons choisi deux thématiques sur la saison. De septembre à décembre, nous axons les séances sur le jeu offensif avec des ateliers techniques basés sur l'habileté motrice. De janvier à juin, nous donnerons la priorité au soutien avec la notion de jeu sans ballon. En prime, nous leur donnons la possibilité de faire une séance d'athlétisme le lundi soir au cours de laquelle on travaille essentiellement la motricité. On commence à ressentir les bienfaits de ce système que nous avons adopté il y a 6 ans. Les premiers joueurs qui en ont bénéficié arrivent chez les Espoirs. Les résultats sont bons et la déperdition entre les moins de 15 ans et moins de 17 ans est très minime, ce qui est une autre source de satisfaction.



© Marie d'Argelès-sur-Mer

L'école de rugby : un sujet très politique

Il y a fort à parier que Pierre Aylagas soit probablement plus connu dans le milieu rugbystique qu'au sein de l'Assemblée Nationale dont il est membre depuis les dernières élections législatives. Mais ses collègues du Palais Bourbon ne devraient pas tarder à faire connaissance avec le franc-parler de ce Catalan fou de rugby.

Depuis son bureau Parisien, le député socialiste de la 4^e circonscription des Pyrénées Orientales et maire d'Argelès-sur-Mer, nous a consacré une heure de son temps précieux pour évoquer un sujet qui lui tient à cœur depuis plus de 40 ans : l'école de rugby !

LE COSTUME DU PROF

Surnommé Pierrot dans tout le pays Catalan, ce prof de math au collège d'Argelès décide, en 1966, de créer une École De Rugby (EDR) au sein de l'Étoile Sportive Argelésienne dont il a porté les couleurs.

« J'ai tout de suite mobilisé les instituteurs pour constituer une équipe technique, dont la priorité était le développement des qualités morales de l'enfant avant l'apprentissage rugbystique. C'était comme un prolongement de l'école, et le rugby était, comment dirai-je, presque obligatoire. En 74, je vois débarqué un élève du Cours Préparatoire, Marc Lièvremont. Le premier de la fratrie. Suivront Vincent, François, Thomas, Mathieu, Pierre et Luc les jumeaux. Tous avec les mêmes caractéristiques physiques et morales : très endurants, prêts à souffrir, ouverts aux autres.

Des qualités indispensables à la pratique de ce jeu, que les parents ont su développés tout au long de l'éducation de leurs enfants. Vous connaissez le résultat. »

LE MAILLOT DU TECHNICIEN

Pierre Aylagas, sera tour à tour, Conseiller Technique Départemental, arbitre et entraîneur de l'équipe de France Universitaire. De celle qui sera sacrée championne du monde en 2000 avec Nallet, Chabal, Servat, Audebert, Milloud entre autres. Aujourd'hui, avec un peu de recul, installé à des postes de responsabilités, l'ancien directeur de l'EDR d'Argelès-sur-Mer, tire la sonnette d'alarme. « Il est impératif que les clubs gardent le plus longtemps possible leurs enfants au sein de leur EDR et de leurs équipes de jeunes. Il faut laisser le temps



© Marie d'Argelès-sur-Mer

faire son œuvre. Deux exemples : quand j'ai donné un bon de sortie à Marc Lièvremont pour partir à l'USAP, il avait 19 ans, une maturité rugbystique et un mental de leader. Il était prêt pour le haut niveau. Si je l'avais laissé partir plus tôt, il n'aurait peut-être pas aussi bien réussi. Même cas de figure pour Nicolas Mas quelques années plus tard. »

L'ÉCHARPPE DU MAIRE

Les clubs pros dans le collimateur de monsieur le député-maire.

« La FFR serait bien inspirée de faire respecter les règlements en matière d'indemnités de formation au lieu de laisser les clubs pros faire, sans bourse déliée, leur marché dans les EDR des villages alentours. Il serait temps aussi que les subventions des collectivités locales soient consacrées aux associations sportives (formation des éducateurs, équipement, fonctionnement) et non aux clubs professionnels. Les écoles de sport sont indispensables à la cohésion sociale d'autant que le réaménagement du temps scolaire va dégager des plages libres utilisables par le mouvement sportif. Il ne faudra pas passer à côté de cette opportunité. En tant que maire j'y veillerai ! »

A lire !

MES MILLES PASSES, divagations et rebonds d'un éducateur de rugby (Éditions France Libris)

C'est signé Jean Claude Bernizan, dit Caco*, instit à Tyrosse et directeur de l'École De Rugby (EDR) ; 40 ans de passion au service des deux ÉCOLES ! 300 pages d'un voyage sur la « planète rugby formation », un parcours qui ressemble parfois à celui du combattant. Pour son EDR, Caco ne lâche rien ! Et si l'EDR était, pour les éducateurs, un sport de combat ? Morceaux choisis.

« Aucun éducateur ne devrait se focaliser sur la nécessité de disposer d'un arsenal impressionnant d'exercices. Le bon exercice c'est celui que l'on vient de trouver, d'imaginer ou d'adapter. Celui qui induit le bon questionnement de l'enfant, donc l'élaboration d'une réponse sur le terrain adaptée, qu'elle soit immédiate ou plus progressive. »

« De tous les gestes requis par la pratique du rugby, le plaquage est très certainement le passage le plus délicat de la construction de la confiance, donc de la maîtrise de l'affectif. Le plaquage, ce mot



qui claque comme un défi, tabou pour certains pédagogues, riche de vérité pour d'autres, il convient que, dès son plus jeune âge, le petit rugbyman apprenne à le domestiquer. »

« En cette époque où le concept de « l'enfant roi » peut conduire à des gamins capricieux, promis à un futur difficile, il est indispensable de garder les rênes, de faire en sorte que les lois sociales soient respectées. Politesse, respect de l'autre et des règles, ponctualité, soin du matériel et rangement... toutes ces mille choses qui font que l'homme futur sera ou non

adapté au monde qui l'entoure, qu'il devienne un vrai champion, un simple supporter voire un amateur épisodique. »

*caco.bernizan@orange.fr

SANS OUBLIER LA BIBLE : Le Rugby – Formation et enseignement au club et à l'école, de Jean Devaluez aux éditions Chiron.

Danièle IRAZU : « Plus de moyens pour accompagner notre progression »

La Responsable du Développement de la Pratique Féminine au sein de la FFR connaît son sujet. Indétrônable pilier du XV de France douze années durant (76 sélections), Danièle a disputé 9 Tournois des 6 Nations, 3 Coupes du Monde et remporté 4 titres de championne de France, 4 titres de Coupe d'Europe et 3 Grands Chelem. Originaire du Pays Basque, elle a en charge, depuis fin 2008, le délicat dossier du rugby féminin Français.



© Comité Midi-Pyrénées

TECH XV MAG : Quelles sont vos préoccupations aujourd'hui, quand on parle de développement ?

D. IRAZU : Essentiellement le trop petit nombre de licenciées féminines dans les Écoles De Rugby (EDR). Je vois trois raisons à cela : tout d'abord les clubs ne font pas suffisamment d'effort pour s'ouvrir aux filles. Vient ensuite le problème de l'accueil, avec notamment le manque de vestiaires réservés aux filles. Enfin à partir de 12-13 ans, l'élévation du niveau de jeu des garçons, la pudeur liée à l'adolescence et les problèmes de sécurité compliquent encore d'avantage le « vivre ensemble ».

TECH XV MAG : Faut-il séparer filles et garçons dès l'EDR ?

D. IRAZU : Je ne le crois pas. D'ailleurs les joueuses qui sortent des EDR sont d'un très bon niveau. Comparable, me disait Philippe Laurent entraîneur des moins de 20 ans Féminines, à celui des cadets garçons Alamerçery. Souvent leaders au milieu des garçons, elles acquièrent un bagage technique très intéressant et un mental développé. Sur la saison internationale 2011-2012 des moins de 20 ans F, 39 % du panel des sélectionnées avaient plus de 10 ans de rugby et 62% entre 5 et 10 ans de pratique. Les EDR des clubs doivent accueillir

les filles jusqu'à 15 ans, tout en sachant que l'élévation du niveau de jeu ne permet qu'à très peu de filles de jouer en équipes mixtes entre 13 et 15 ans. Il faut donc pouvoir proposer à nos joueuses, une alternative, c'est à dire un calendrier spécifique adapté, car cette catégorie est la passerelle entre l'EDR et les moins de 18 ans. Elle constitue vraiment le socle de la formation de nos joueuses de demain. Mais, on peut aussi légitimement se poser la question si la meilleure solution ne serait pas d'arrêter la mixité un peu plus tôt...

TECH XV MAG : Qu'avez-vous mis en place pour cette saison ?

D. IRAZU : La Commission Ecoles de Rugby de la FFR a réfléchi à un plan d'action. Nous nous appuyons sur les Comités Départementaux qui, dans le cadre de leurs conventions et plans d'actions avec l'UNSS, vont mettre en place des Journées Découvertes avec les Collèges et organiser avec l'UNSS, des plateaux mixtes licenciées FFR et non licenciées. Par la suite, pour toutes celles qui auront fait la démarche d'aller vers les clubs, il convient d'organiser au niveau de chaque Comité Territorial ou entre inter Comités voisins, un calendrier de rencontres attractif et formateur, prévu sur

les dates laissées libres par la pratique mixte. C'est un plan d'action pour les moins de 15 en collaboration avec les Comités et le sport scolaire. Bien évidemment pour que ça marche, il faut que tout le monde joue le jeu : comités, clubs et éducateurs, qui ont malheureusement parfois du mal à se séparer de leurs féminines dans leur effectif.

TECH XV MAG : Trois fois plus de licenciées filles en huit ans. Le rugby féminin ne se porte pas si mal !

D. IRAZU : Preuve que ce sport attire beaucoup les filles et à tout âge. C'est pour cela que nous réfléchissons à l'architecture de toute la pyramide depuis l'EDR. Mais si l'on veut bien aller plus loin dans l'analyse, on se rend compte que cette énorme progression n'est pas dotée de moyens supplémentaires en accompagnement. Quittons un instant l'EDR, pour évoquer l'exemple du rugby à 7 féminin. L'équipe de France représentait, il y a à peine 2 ans, une véritable chance de médaille à Rio dans 4 ans. Ce potentiel méritait d'être pris plus au sérieux ; or le calendrier surchargé des joueuses internationales se révèle incompatible avec une préparation olympique cohérente. Du coup, nos filles ont perdu leur avance et pris même du retard sur leurs concurrentes européennes. Leurs chances de se qualifier pour les JO sont aujourd'hui très amoindries, tout simplement parce qu'on ne leur a pas donné pas les moyens nécessaires (et je ne parle pas là que de moyens financiers !). Pourtant, personne n'ignore l'importance d'une médaille olympique en termes de retombées médiatiques. Les médailles n'ont pas de sexe que je sache !



© Comité Midi-Pyrénées

École de rugby, école de la vie... et de la performance !



Les membres du groupe de travail : M. Lièvremont (ancien sélectionneur du XV de France), J. Piscione (Secteur Recherche à la FFR), Freddy Maso (EDR de l'ASM Clermont), S. Guidez (EDR MRC) Catherine Duvautour (EDR Pic Saint Loup), B. Servat (EDR Saint Giron/Haut Salat), H. Broncan (Manager du SCA, président du groupe de travail), Y. Ajac (DTN Adjoint), F. Hilbrandt (Kurt Salmon)

Né des Assises du rugby au printemps, le groupe de travail de l'École De Rugby (EDR) s'est rapidement mis au travail sous la conduite d'Henry Broncan. Manager en exercice du SC Albigeois, le sorcier Gersois devient intarissable dès lors que l'on évoque l'EDR, un de ses sujets de prédilection. Ce groupe devra rendre ses conclusions mi-janvier après avoir consacré 4 grosses journées au devenir de l'EDR.

LE CONSTAT

Avant toute chose, Henry Broncan, son porte parole, précise : « L'EDR en France fonctionne bien. Sur les 1 700 écoles recensées, plus de 700 ont obtenu le label FFR au cours des dernières années. Autre signe encourageant, la quasi-totalité des joueurs du groupe France retenus par Philippe Saint-André pour la Tournée de novembre sont passés par l'EDR de leur club formateur. Dans l'esprit nous voulons qu'elles restent intégrées aux clubs, en lien étroit avec le milieu scolaire, ouvertes à tous les publics et d'un bon niveau ; des lieux d'héritage mais aussi d'innovation pour nos enfants. » D'après un sondage réalisé auprès des premiers intéressés, le rugby reste pour 3000 jeunes joueurs interrogés, dans l'ordre, synonyme de plaisir, de respect, de courage et de partage. Des valeurs non négociables pour les membres du groupe de travail qui se

réunissaient pour la troisième fois dans les locaux du Comité Midi-Pyrénées à Toulouse.

LA CATÉGORIE CHARNIÈRE

« Une évidence s'impose au sein du groupe de travail, poursuit Henry Broncan. Elle concerne la catégorie des moins de 15 ans, autrement dit la sortie de l'EDR. Nous avons engagé une longue réflexion sur cette tranche d'âge, avec à la clé, un certain nombre d'interrogations auxquelles nous allons essayer d'apporter des réponses. Comment élever le niveau technique ? Faut-il pour cela leur proposer de nouvelles plages d'entraînements et jusqu'où peut-on aller dans ce domaine sans tomber dans l'excès ? Doit-on spécialiser d'avantage les éducateurs ? Comment organiser les compétitions ? Comment les meilleurs éléments peuvent-ils rejoindre les clubs qui disputent les championnats Gaudermen et Alamerçery ? Et à ce propos ne vaut-il pas mieux laisser les enfants s'épanouir dans leurs clubs ? »

L'HEURE DE LA SORTIE

Dans ce dossier deux voix se sont élevées pour dire que le rugby demeure un sport à maturité tardive, celles de Robert Cousty et Pierre Aylagas, deux autres spécialistes de l'EDR. « Oui je suis d'accord, mais essentiellement au plan physique module Henry Broncan.

À la sortie de l'EDR, un joueur doit être en possession d'un bagage technique complet, à perfectionner certes, mais déjà bien abouti. Or, si le retard est pris à 15 ans il y a peu de chances qu'on puisse le combler par la suite. Ce qui va l'éloigner encore d'avantage d'un éventuel futur haut niveau. Et le haut niveau démarre à la Fédérale 1. La preuve est que beaucoup de jeunes passés par Marcoussis ne franchissent tout de même pas le cap du rugby pro, barrés aussi, il est vrai, par les joueurs étrangers. » Un constat qui a toutes les chances d'appauvrir à terme le potentiel du rugby Français jusqu'au sommet, ce qui n'est pas le but de la manœuvre quand on nourrit l'ambition de devenir un jour champion du monde !

DEMAIN ?

Dans l'avenir, l'EDR va donc devoir mieux s'adapter aux exigences d'un rugby moderne, boosté sans cesse par le professionnalisme du dernier étage de la fusée. Ce sera sûrement un choc culturel pour de nombreux acteurs : joueurs, éducateurs et dirigeants. Même si on peut faire confiance à la Commission pour avancer des conclusions empreintes de sagesse ; afin que l'EDR reste ce lieu ouvert à tous, mais également un espace d'innovations et de recherche de la performance, en lien permanent avec l'école... celle de la République.

Label et baby rugby

Nichée tout au sud de l'Alsace, la ville de Saint-Louis compte 20 mille habitants, de très nombreuses associations sportives, dont une École De Rugby (EDR) qui vient de gagner ses galons FFR. Autrement dit sa labellisation officielle*, diplôme et dotation à l'appui. Une forme de reconnaissance pour ce club qui a appris la bonne nouvelle à la fin de la saison dernière. « C'est du boulot lance Jean-Pierre Schwietzer mais au final, c'est tout bonus dans la mesure où désormais nous sommes pris plus au sérieux par les parents et la municipalité. C'est même une fierté car c'est le fruit d'un long investissement. » Le RC Saint-Louis est le premier des 8 clubs que compte le département du Haut-Rhin à voir son EDR labellisée. Pour décrocher le précieux Bouclier (voir encadré) le président de l'EDR s'est fixé des objectifs : « En priorité, il fallait se doter d'un projet de jeu, adopter une cohérence pédagogique, traduire tout ça avec des mots pour aboutir à un projet de fonctionnement clair et compréhensible par tous les éducateurs. »

Des éducateurs au nombre de 16 pour un effectif de 107 jeunes. La moitié de l'encadrement est diplômé, l'autre moitié le sera avant juin 2013. Le Brevet Fédéral EDR pour les éducateurs qui interviennent avec les moins de 13 ans et le Brevet Fédéral Entraîneurs Jeunes pour les moins de 15 et moins de 17 ans. Tout sera en règle avant la fin de la saison rappelle le patron : « Pour moi ce label, c'est comme la norme ISO dans une entreprise. C'est vécu comme une démarche sereine et pérenne qui assure l'avenir tout en nous confiant des obligations. Car nous



© EDR Saint-Louis

n'oublions pas que tous les 4 ans le label FFR peut nous être retiré si d'aventure nous nous étions endormis sur nos lauriers. »

L'EDR du RC Saint-Louis commence presque au berceau. Le club accueille en effet tous les samedis après-midi les enfants entre 3 et 5 ans. C'est le Baby Rugby, une mini école de 25 enfants qui selon les mots du président apprennent surtout à vivre en groupe : « On ne leur propose pas de rugby évidemment mais des jeux qui les amènent au sol, qui les

familiarise avec la chute, et avec ce drôle de ballon ovale. Certains sont déjà autonomes pour se mettre en tenue, gérer leur coin de vestiaire, se responsabiliser avec le petit matériel. C'est un succès qui a surpris tout le monde d'autant que nous les retrouvons quasiment tous chez les moins de 5 ans deux ans plus tard. »

* La FFR compte à ce jour 726 Écoles de Rugby labellisées.



© EDR Saint-Louis



UNE EDR LABELLISÉE REÇOIT DE LA FFR :

- Un sac de matériel pédagogique d'une valeur de 300 € (ballons, chasubles et plots).
- Un chèque de 1000 € sur le compte du club.
- Le blason de la FFR (photo).
- Un diplôme, ainsi que la diffusion de l'information de la part de la FFR auprès de la Préfecture, de la DRDJSCS et des collectivités locales.

MORGAN, NICOLAS, FRANÇOIS ET FABIEN



1997, Morgan Parra au RC Metz.

Morgan PARRA

Mes parents ont été obligés de signer une dérogation pour que je sois admis à l'école de rugby du RC Metz car je n'avais que 4 ans et demi. Mon père a été mon premier entraîneur et d'une certaine manière on peut dire que je suis tombé dans la marmite très tôt. Au début, je fonçais tout droit pour marquer l'essai ; j'adorais me rouler dans la boue et batailler pour le gain du ballon. Puis j'ai eu la chance de bénéficier d'une formation très riche grâce à des éducateurs compétents et complémentaires. J'ai tout appris à l'école de rugby : le combat, la technique, l'esprit de compétition, mais aussi le respect des valeurs propres à ce sport... Si je devais résumer ces années, j'écirai en lettre majuscules : LE PLAISIR ! L'école de rugby du RC Metz c'est tout simplement mes racines, et j'y suis très attaché.

Nicolas MAS

Ce sont les jumeaux Lièremont, Pierre et Luc qui m'ont amené à l'école de rugby d'Argelès-sur-mer. Nous étions ensemble en 6^e au collège. C'était un mardi soir, j'avais 11 ans et je n'avais jamais touché un ballon ovale. Tout de suite l'éducateur m'a dit que comme j'étais « court i fart » (ce qui en Catalan veut dire petit et costaud) je jouerai pilier. Et depuis

... J'ai le souvenir de moments très privilégiés entre copains, les entraînements, les tournois, les déplacements en bus. Très vite, je me passionne pour ce jeu et l'école de rugby devient un lieu de bonheur et d'épanouissement... Et d'équilibre aussi car j'étais, paraît-il, particulièrement turbulent. Aujourd'hui, chaque mercredi, j'accompagne mon fils Paul (7 ans) à l'école de rugby de Cabestany ; je le regarde vivre et je crois deviner que pour lui aussi le rugby est source de plaisir.

François TRINH DUC

J'étais un petit bout de chou, je n'avais que 4 ans lorsque mes parents m'ont conduit pour la première fois à l'EDR du Pic Saint-Loup. Mes souvenirs sont donc assez vagues. En revanche, j'ai encore en mémoire mon appréhension au tout début. Et puis petit à petit grâce au travail et à la patience des éducateurs, j'ai progressé. Ce qui me convenait parfaitement c'était ce côté « liberté » qui était -et qui est toujours- la marque de fabrique du Pic Saint-Loup. La philosophie du club c'était avant tout de prendre du plaisir sur un terrain. Et pour ça il fallait que tout le monde participe. Comme le résultat importait peu, personne n'était laissé sur la touche. Cela je ne l'oublierai jamais. Ce fût 13 années d'un long et très agréable apprentissage.

Fabien GALTHIÉ

C'est ma Madeleine de Proust à moi. L'EDR c'est les copains avant tout. Quand je regarde une photo de l'équipe poussins de Tournefeuille, je peux mettre un nom sur quasiment tous les joueurs, même si je ne les ai pas revus depuis 30 ans. C'est le traditionnel goûter lors des Tournois, les pieds glacés sous la douche brûlante, les éducateurs dont je buvais les paroles... comme Eric Béchu pour ne citer que lui. C'est là que j'ai acquis l'essentiel de mon bagage technique, mais quand on est gamin on n'en a pas conscience. Aujourd'hui, je ressens la même ambiance quand j'amène mon fils qui a 11 ans à l'EDR. La joie des enfants, l'implication des bénévoles, un enthousiasme général ! En fait, j'ai gardé le regard de l'enfant sur une des périodes les plus heureuses de ma vie.

**QUI, DE MORGAN, NICOLAS,
FRANÇOIS OU FABIEN
EST PRÉSENT SUR LA COUVERTURE
DE NOTRE MAGAZINE ?
RÉPONDEZ SUR NOTRE PAGE**



Le dur apprentissage du plaquage



© Presse Sports

L'École De Rugby (EDR) est un moment privilégié pour l'apprentissage technique par le plaisir.

Néanmoins, on fait souvent l'erreur de penser que cet apprentissage se fait principalement sur la technique ballon en main : la passe, direction de course, 2 contre 1... On verra ici que le plaquage (exercé ou subi) est un incontournable et, qu'au-delà de la technique, il y a une forte dimension émotionnelle à appréhender. De plus, avoir des joueurs qui savent défendre et plaquer dès le plus jeune âge, favorise le développement de certaines attitudes offensives.

LA RÈGLE

Tout d'abord examinons ce que nous dit la règle. À l'EDR, le premier plaqueur n'a le droit de plaquer qu'en dessous de la taille. Le deuxième défenseur peut alors venir bloquer et/ou jouer le ballon en haut si le porteur n'est pas mis au sol. Cela dénote bien une volonté d'apprendre à faire tomber son adversaire avant de jouer le ballon.

QU'EST-CE QUE LE PLAQUAGE POUR UN DÉBUTANT ?

Travailler le plaquage ne veut pas dire ne s'intéresser qu'au rôle du plaqueur. L'impact émotionnel du plaquage est tout aussi bien présent du côté plaqueur que du plaqué.

Le plaqueur expose son intégrité physique au moment du plaquage (contact avec l'adversaire) et sur la fin du plaquage (chute). Il en est de même avec le plaqué.

« Apprendre à tomber » sera donc le préalable incontournable à tout apprentissage du plaquage, à l'image du judo, ce sport de combat et d'opposition où l'on enseigne la chute avant les prises. On peut observer que souvent les jeunes qui ont pratiqué le judo avant le rugby se révèlent être de très bons défenseurs (cf : Thierry Dusautoir).

Pour apprendre à tomber on peut faire travailler les plus jeunes avec :

- Des roulades avant et arrière (sur des petits circuits). On pourra aussi l'intégrer à un exercice de plaquage (exercice 2).
- Chutes type judo.
- Plongeon de côté type gardien de foot (avec ballon pour le rendre plus ludique).

LE PLAQUAGE EN LUI-MÊME

Le début de l'apprentissage du plaquage se fera par la découverte (chez les plus jeunes, moins de 7 ans)

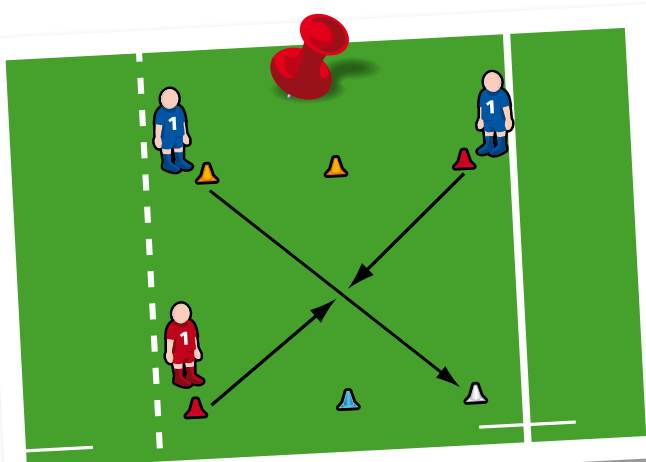
du contact avec l'autre. Sur des séances courtes (toujours garder à l'esprit que le temps de concentration à ces âges est limité), on fera des petits jeux de luttes évolutifs en démarrant à « 4 pattes » et où il faudra retourner son adversaire sur le dos. Petit à petit on les fera se relever en passant par une lutte « à genou ». Les jeux de sumos ou de lutte sont très intéressants car évolutifs vers l'action de plaquage (exercice 1) et peuvent revêtir un caractère ludique. Puis vient le plaquage en lui-même. Pour un apprentissage en douceur et efficace, il est essentiel de respecter une évolution de l'intensité et du type de plaquage.

Au niveau de l'intensité il faudra agir sur 2 variables :

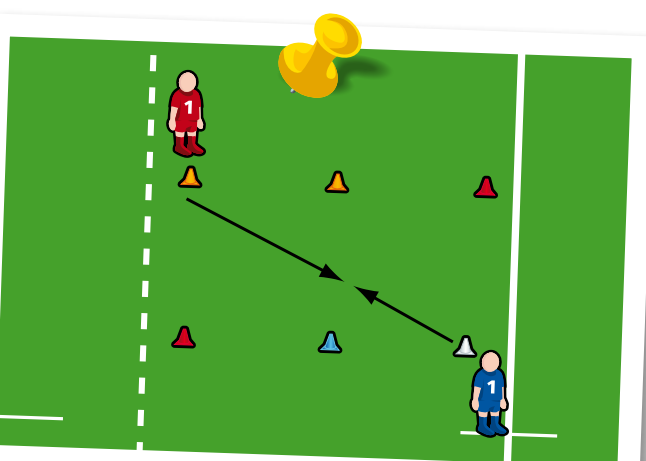
- La vitesse des joueurs. On commencera par des exercices très lents pour limiter l'impact physique et travailler sur les attitudes. Puis on augmentera la vitesse pour se rapprocher des situations de jeu.
- La résistance du plaqué. Au début le plaqué devra se laisser tomber pour trouver les sensations de la chute. Puis petit à petit, instaurer une résistance.

Puis vient les types de plaquages (sans parler des plaquages hauts et bloquants, qui, on le rappelle, sont interdits à l'école de rugby). Un ordre d'apprentissage est à respecter :

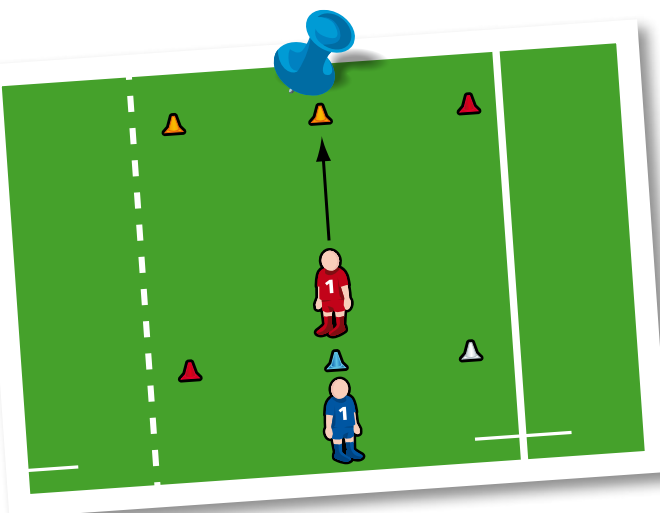
1 . Plaquage de côté



2 . Plaquage de face



3 . Plaquage en poursuite



Attention, à ce niveau de pratique, le niveau de développement physique et émotionnel est très variable en fonction des joueurs. Il faudra toujours que l'éducateur le prenne en compte pour adapter ses exercices et ses oppositions. Les exercices de 1 contre 1 en variant les orientations de courses et les intensités seront incontournables (exercice 3).

PLAQUER EN TOUTE SÉCURITÉ

La question de sécurité du joueur est primordiale. Le plaquage est l'une des phases critiques du rugby qui peut engendrer la blessure et augmenter l'appréhension chez le jeune joueur. Il y a des critères prépondérants à enseigner pour un plaquage en toute sécurité :

- Avoir le dos plat et le corps gainé (le travail de gainage léger est encouragé, même chez les plus jeunes). Les épaules seront au même niveau que les hanches.
- Visualiser la cible avant le plaquage. Cela oblige à avoir la tête relevée et non baissée.
- Toujours mettre la tête du côté opposé à la chute. Cela évite de se faire mal aux cervicales et pour le plaqué de retomber sur l'épaule.
- Avoir une action des jambes au moment de l'impact qui permet la transmission de toutes les forces sur le point d'impact.

Il faut ajouter et insister sur l'importance de serrer les bras au moment du plaquage et de glisser pour amener l'adversaire au sol. Cela permettra d'éviter de prendre des coups de crampons mais aussi de minimiser les plaquages dangereux.

POURQUOI APPRENDRE À PLAQUER POUR TRAVAILLER L'ATTAQUE ?

L'apprentissage du plaquage est aussi primordial pour travailler l'attaque. À cela plusieurs raisons.

Tout d'abord le comportement du plaqué et sa façon de tomber ont des conséquences sur la libération du ballon et donc sur la continuité du jeu.

En outre, face à des plaqueurs de qualité, l'attaquant va être amené à analyser de manière plus pertinente la position de la défense, donc sa lecture du jeu et par voie de conséquence sa technique individuelle et par la même le jeu collectif.

EXERCICE 1 APPRENTISSAGE PLAQUAGE - CONTACT

Objectif

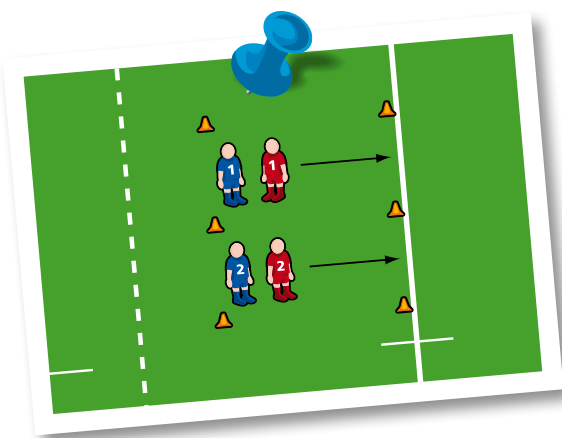
Appréhender le contact avec l'adversaire et progression vers l'affrontement.

Consignes

- Par groupe de 2 dans couloir de 3m de large.
- Un joueur (le rouge) est en opposition de dos.
- Un joueur (le bleu) doit repousser son vis-à-vis jusqu'au bout du couloir.

Évolution (difficulté croissante)

- L'opposant se met de face.
- Résistance légère au début puis de plus en plus marquée.
- Le joueur bleu repousse debout puis en position de poussée (identique à celle du plaquage).
- Finir en faisant tomber l'opposant



EXERCICE 2 ROULADE PLAQUAGE.

Objectif

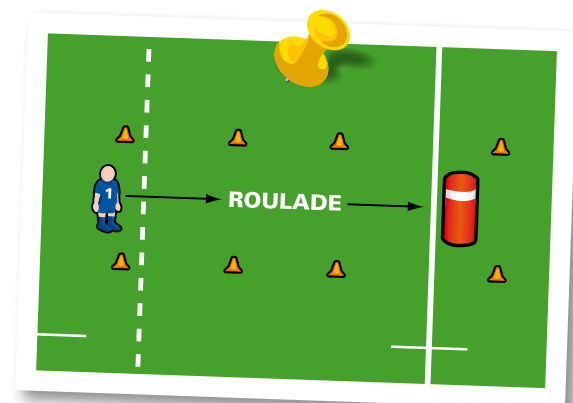
Favoriser la position de plaquage suite à la roulade.

Consignes

- En amont de l'exercice bien rappeler la position de plaquage avec le dos droit, la tête relevée vers la cible et sur le côté.
- Passage individuel dans couloir de 2m de large.
- Course sur 5m puis roulade.
- Finir par plaquage du sac en gardant une position basse suite à la roulade.

Évolution (difficulté croissante)

- Commencer l'exercice doucement pour bien faire sentir les positions. Ne pas hésiter à rappeler les consignes de plaquage et de sécurité.
- Remplacer le sac de plaquage par un joueur.
- Faire varier la résistance de l'opposant.
- Demander à l'opposant d'avancer droit vers le plaqueur puis en changeant son orientation de course.



EXERCICE 3 LES DIFFÉRENTS PLAQUAGES (SCHEMAS 1, 2 ET 3 DE LA PAGE PRÉCÉDENTE)

Objectif

Travail du plaquage en fonction de l'orientation de course (sans changement de mise en place matériel).

Consignes

- Par groupe de 2.
- Délimiter un carré avec 6 plots (plots de couleurs pour faciliter la compréhension des consignes).
- L'attaquant (rouge) qui doit rejoindre le plot opposé.
- Le défenseur (bleu) qui doit plaquer l'attaquant.
- Plaquage de côté, de face ou en poursuite en fonction des courses.
- Commencer en marchant et sans résistance du plaqué.

Évolution (difficulté croissante)

- Augmenter la résistance du plaqué.
- Accélérer les courses.
- Commencer par le plaquage de côté, une fois maîtrisé passer au plaquage de face puis en poursuite (attention aux coups de crampons).
- Donner la possibilité à l'attaquant d'orienter sa course vers un autre plot.

*Amis lecteurs
Si vous souhaitez réagir
ou nous faire part de vos
remarques ou suggestions
sur les différents sujets abordés
dans notre magazine, n'hésitez pas
à nous écrire à l'adresse suivante :
info@techxv.org*

Pour plus d'exercices rendez-vous sur
<http://www.techxv.org> **(exercices à consulter)**



Espace adhérents

Login

Mot de passe



ADHÉSION



MAGAZINE



AGENDA

- Entraîneurs disponibles
- Annonces
- Fiches techniques
- Newsletter

Améliorer vos entraînements

Adapter vos exercices

Mieux appréhender la règle

Posez vos questions sur techxv.org

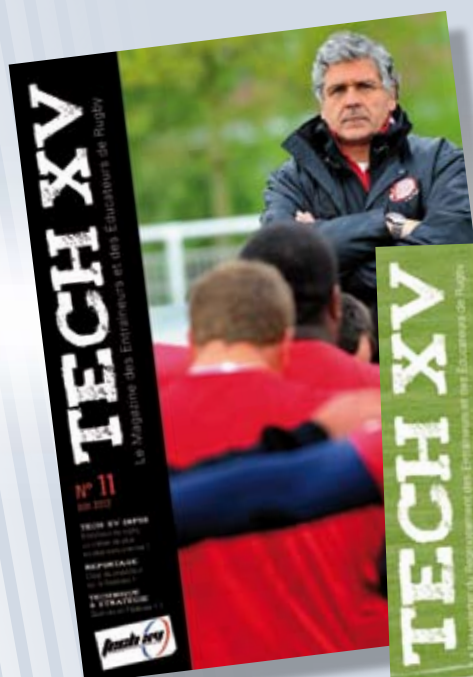
Un nouvel outil pour parfaire vos compétences

[RUBRIQUE RUGBY]

Sur **TECHXV.ORG**, une équipe ressource composée d'entraîneurs aux domaines de compétences variées, s'engage à rester en permanence à votre écoute pour échanger sur vos problématiques d'entraînement, adapter nos fiches d'exercices ou mieux appréhender l'application des règles.

**ALORS RENDEZ-VOUS
SUR WWW.TECHXV.ORG**

La tactique du clic



Phase 1
Premier rideau
de lecture.



Phase 2
Concentration
des informations,
préparation des
stratégies...

Phase 3
Consultation
du site internet.



www.techxv.org