

Rugby

Théorie de base

1) Introduction:



D'après la légende, c'est en 1823, lors d'une partie de football entre lycéens dans la ville de Rugby en Angleterre, qu'un jeune homme nommé William Webb Ellis fut le premier à ramasser le ballon et à courir en le portant vers la ligne de but de ses adversaires... De cette « légende » autour de l'inventeur du Rugby, on a gardé son nom puisque la coupe du monde attribuée tous les 4 ans porte l'appellation « coupe Webb Ellis »

Aujourd'hui, le Rugby est un sport universel joué par des millions de pratiquants, hommes ou femmes. Traditionnellement, les meilleures nations sont issues de pays anglophones, parfois anciennes colonies (Angleterre, Australie, Nouvelle-Zélande,...) ou des nations dites « latines » (France, Argentine, Italie,...).

L'Allemagne fait actuellement partie de la 2^e division mondiale.

2) Forme de pratique du Rugby

Le Rugby se joue principalement sous trois formes principales :

- Le rugby à XV : C'est le rugby le plus pratiqué et le plus populaire. 3 Tournois majeurs sont joués : La coupe du monde (tous les 4 ans), le tournoi des 6 Nations (tous les ans) pour l'hémisphère Nord (avec l'Angleterre, le Pays de Galles, l'Ecosse, l'Irlande, l'Italie et la France) et le Rugby Championship (avec l'Australie, l'Afrique du Sud, la Nouvelle-Zélande et l'Argentine). En novembre dernier (2019), l'Afrique du sud est devenue championne du monde dans cette discipline



- Le rugby à XIII, surtout pratiqué dans l'hémisphère Sud
- Le rugby à 7 ou Rugby olympique. Il a fait son apparition au programme de Rio en 2016. Les îles Fidji chez les hommes et l'Australie chez les femmes sont les premières nations championnes olympiques. Il se joue sur le même terrain que le rugby à XV.

3) But du jeu

Le rugby est un jeu qui consiste à porter le ballon au-delà de la ligne de but de l'adversaire et à l'aplatir au sol. On appelle cela « marquer un essai ».

4) Principes de base

Le rugby est un sport collectif de grand terrain (environ 100m x 70m) qui se joue en extérieur. On peut également qualifier le rugby de sport de combat collectif.



D'un point de vue réglementaire c'est le sport où les joueurs ont le plus de « droits » avec :

- Le ballon : ils peuvent le porter aussi longtemps qu'ils le veulent, le toucher avec n'importe quelle partie du corps, le frapper.
- Le porteur du ballon : on peut plaquer le porteur de ballon, c'est à dire l'amener au sol, le tenir, le pousser, lui arracher le ballon.

Le rugby est par conséquent un sport physique avec de nombreux contacts.

5) Le score

On peut marquer des points de 4 manières :

- Un essai – 5 points- est marqué lorsque le ballon est aplati derrière la ligne de but des adversaires.

- Une transformation -2 points- Après avoir marqué un essai, l'équipe peut tenter d'ajouter 2 pts en bottant le ballon au-dessus de la barre transversale et entre les poteaux à partir d'un endroit en ligne avec l'endroit où l'essai a été marqué

- Une pénalité – 3 points- Suite à une faute commise par l'adversaire, un joueur peut choisir de botter vers le but depuis le lieu de la faute, le jeu est alors interrompu

- Un Drop -3 points- Pendant le match, un joueur marque un drop quand il tire au but en laissant tomber le ballon au sol et en le bottant à son premier rebond.

Comme dans tous les sports collectifs, l'équipe qui gagne est celle qui a marquée le plus de points à l'issue du temps réglementaire, soit 80 min (2x 40min avec une mi-temps de 15min).



Geste de l'arbitre indiquant un essai

6) Principaux points de règlement

- Passes

Un joueur peut passer (lancer le ballon) à un coéquipier se trouvant en meilleure position pour continuer l'attaque à condition que la passe ne soit pas effectuée en avant, c'est-à-dire vers la ligne de but de l'équipe adverse.

- -Plaquage

Seul le porteur du ballon peut être plaqué par un joueur adverse. Il y a plaquage lorsque le porteur du ballon est tenu par un ou plusieurs adversaires et est mis au sol. Pour maintenir la continuité du jeu, le joueur plaqué doit immédiatement libérer le ballon après le plaquage, le plaqueur doit lâcher le joueur plaqué et les deux joueurs doivent s'écarter du ballon. Cela permet aux autres joueurs d'intervenir et de contester la possession du ballon.



- Mêlée ordonnée

La mêlée ordonnée est un moyen de reprendre le jeu après une interruption provoquée par une infraction mineure aux Règles (par exemple une passe en avant. Le ballon est introduit au milieu du tunnel entre les deux lignes d'avants, à un endroit où les deux talonneurs peuvent lutter pour la



possession du ballon en tentant de talonner le ballon vers l'arrière en direction de leurs coéquipiers. L'équipe qui introduit le ballon dans la mêlée conserve habituellement la possession.

- Hors-jeu

En général, un joueur est en position de hors-jeu s'il se trouve devant un coéquipier qui porte le ballon (plus proche de la ligne de but adverse) ou devant un coéquipier qui a joué en dernier le ballon.

La position de hors-jeu ne constitue pas en elle-même une faute, mais un joueur hors-jeu ne doit pas prendre part au jeu avant d'être remis en jeu. Si un joueur en position de hors-jeu participe au jeu, il est pénalisé.



- Jeu au pied

Si un joueur décide de ne pas courir avec le ballon ou de ne pas le passer à un coéquipier, il peut choisir de botter. Le ballon peut être botté vers la ligne de but adverse, mais les coéquipiers du botteur en avant du ballon au moment de la frappe sont hors-jeu jusqu'à ce qu'ils se replient en arrière du ballon.

- L'alignement

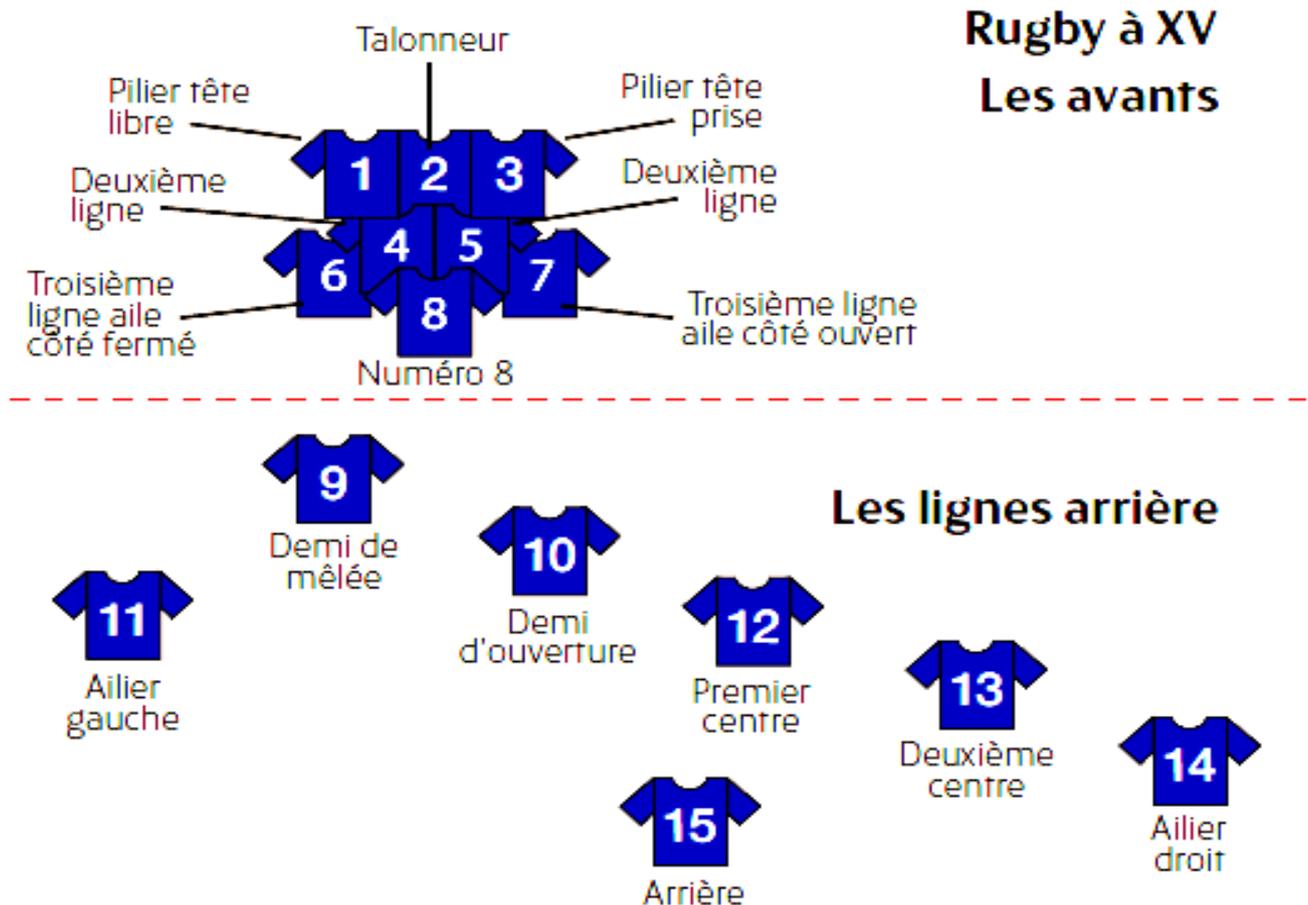
C'est un moyen de reprendre le jeu une fois que le ballon est sorti en touche (hors du terrain, sur les côtés). Les avants se regroupent sur deux lignes perpendiculaires à la ligne de touche et séparées d'un mètre. Le talonneur lance le ballon dans le couloir se trouvant entre ces deux lignes de joueurs. Les coéquipiers du lanceur savent à quel endroit le ballon est susceptible d'être lancé et ont donc un avantage pour conserver le ballon.

Pour permettre aux joueurs d'attraper un ballon haut dans l'alignement, les coéquipiers du sauteur sont autorisés à le soulever lorsqu'il saute pour attraper le ballon.



7) Les postes au rugby

L'une des caractéristiques fondamentales du Rugby est qu'il peut être joué par des personnes de toute taille et de tout gabarit. Chaque position nécessite un ensemble différent d'attributs physiques et techniques et c'est cette diversité exceptionnelle qui rend le jeu accessible à tous.



8) Principes de sécurité

Comme il s'agit d'un sport de contact, le rugby doit être pratiqué en portant une attention particulière aux règles de sécurité, dans l'intérêt de tous les joueurs. D'une façon générale :

- il est interdit de donner des coups avec n'importe quelle partie du corps, en attaque comme en défense
- d'intervenir sur la tête d'un joueur (ligne des épaules)
- lors d'un plaquage, il faut toujours garder le contact avec le joueur plaqué pour éviter le « rebond ». Un joueur plaqué ne doit pas être renversé (plaquage « cathédrale »)

Pour résumer, même si les actions en rugby peuvent être très « physiques » les joueurs doivent adopter une attitude exemplaire envers leurs adversaires en respectant le règlement.

Le rôle de l'arbitre en rugby est essentiel. Il est le garant de la sécurité des joueurs, c'est pour cela qu'il est extrêmement respecté, et ses décisions jamais contestées

Le football est un sport de gentleman pratiqué par des voyous, le rugby un sport de voyous pratiqué par des gentlemen –Oscar Wilde-