



**Union Nationale
du Sport Scolaire**

LIVRET JEUNE JOUEUR RUGBY

2024 - 2025

PROTOCOLE D'ACCES A LA PRATIQUE DU RUGBY A PLAQUER

1. CHARTE

À REMPLIR ET FAIRE SIGNER OBLIGATOIREMENT
PAR CHAQUE JEUNE JOUEUR RUGBY

CHARTRE DE PARTICIPATION AUX RENCONTRES UNSS DE RUGBY

NOM :
PRÉNOM :
ÉTABLISSEMENT :
VILLE : ACADÉMIE :

Lors des rencontres UNSS rugby, je m'engage à :

- 1. Je ne dois rien faire qui soit imprudent ou dangereux pour autrui.**
« Jeux Déloyaux-Dangereux » règlement World Rugby (règle 9 alinéa 11)
- 2. Me conformer aux règles du jeu**
- 3. Respecter les décisions de l'arbitre**
- 4. Respecter mes adversaires et mes partenaires**
- 5. Refuser toute forme de violence et de tricherie**
- 6. Être maître de moi en toutes circonstances**
- 7. Être loyal dans le sport et dans la vie**
- 8. Être exemplaire, tolérant et généreux**
- 9. Respecter l'ensemble** des personnes participant à l'organisation de ce championnat
- 10. Respecter les installations** mises à notre disposition pour nous permettre d'évoluer à notre meilleur niveau : vestiaires, terrains, lieux d'hébergement et de restauration
- 11. Prendre connaissance** qu'en cas de manquement grave au regard de cette charte, des **sanctions disciplinaires** pourront **être prises** à l'encontre de **ma personne, de mon équipe et de mon Association Sportive**

Lu et approuvé, le

SIGNATURES :

Du sportif

de ses parents

du chef d'établissement



2. PASSEPORT PLAQUAGE « THEORIQUE »

QUESTIONS	RÉPONSES	Note
Quelle est la limite haute pour saisir un joueur pour le plaquer ?		/1
Où dois-je placer ma tête lors du plaquage ?		/1
Comment accentuer le déséquilibre du porteur de balle ?	- -	/1
Un plaquage doit-il être toujours effectué avec les deux bras ?		/1
Pour le plaqueur, faut-il maintenir le serrage à 2 bras jusqu'au sol ?		/1
Après le plaquage, que doit faire le plaqueur ?		/1
Avant l'impact sur le plaqué où doit se poser le regard ?		/1
Comment le plaqueur se prépare-t-il au contact ?		/1
Citer 3 plaquages dangereux ?	- - -	/1
Citer 3 règles éthiques en RUGBY scolaire ?	- - -	/1
Total		/10

Le Jeune Joueur acquiert son « Passeport Plaquage » à partir d'une note de 8/10 lors de son évaluation.



QUESTIONS	RÉPONSES	Note
Quelle est la limite haute pour saisir un joueur pour le plaquer ?	<i>La taille</i>	/1
Où dois-je placer ma tête lors du plaquage ?	<i>Sur le flanc, en deçà de la taille du porteur de balle</i>	/1
Comment accentuer le déséquilibre du porteur de balle ?	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Je pousse sur mes jambes</i> - <i>Je serre fort les bras et m'aide de la tête</i> 	/1
Un plaquage doit-il être toujours effectué avec les deux bras ?	<i>VRAI</i>	/1
Pour le plaqueur, faut-il maintenir le serrage à 2 bras jusqu'au sol ?	<i>VRAI</i>	/1
Après le plaquage, que doit faire le plaqueur ?	<i>Lâcher le plaqué puis sortir rapidement de la zone et reprendre ses appuis</i>	/1
Avant l'impact sur le plaqué où doit se poser le regard ?	<i>Sur la hanche à impacter</i>	/1
Comment le plaqueur se prépare-t-il au contact ?	<i>Adopter une position du corps ferme, stable et basse</i>	/1
Citer 3 plaquages dangereux ?	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Plaquage à retardement sur le joueur qui a déjà transmis la balle</i> - <i>Plaquage cathédrale</i> - <i>Plaquage du porteur de balle encore en l'air</i> - <i>Plaquage au-dessus de la ligne des épaules</i> 	/1
Citer 3 règles éthiques en RUGBY scolaire ?	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Respect de l'adversaire</i> - <i>Respect de l'arbitre</i> - <i>Respect de l'intégrité physique des adversaires</i> - <i>Admettre la défaite</i> - <i>Ne pas avoir de propos blessants voire discriminatoires</i> 	/1
Total		/10

Le Jeune Joueur acquiert son « Passeport Plaquage » à partir d'une note de 8/10 lors de son évaluation.

3. PASSEPORT PLAQUAGE « PRATIQUE »

LE PASSEPORT PLAQUAGE « PRATIQUE » s'adresse à l'élève licencié UNSS rugby débutant :

Tout au long de l'année scolaire pas de possibilité d'aborder le rugby à plaquer sans avoir satisfait et validé les trois thématiques suivantes :



1. Etat d'esprit et règle :

Je deviens plus autonome et acteur de la vie de groupe tout en maîtrisant les règles et mes émotions.



2. Plaquage :

J'engage la bonne épaule avec la tête du bon côté pour faire tomber le plus rapidement possible en gagnant du terrain (serrer les bras, pousser sur les jambes).



3. Poussée / Posture :

J'apprends les techniques appropriées de plaquage et de poussée (mêlée, gain du ballon). Je suis capable de me déplacer debout et au sol.

4. PLAN DE FORMATION D'AIDE ET D'ECHANGES à destination des animateurs d'AS :

THEMATIQUE UNIQUE : Aspect Sécuritaire.

OBJECTIFS : Aider chaque animateur d'AS expert ou néophyte à :

- **Construire et animer** une phase de préparation progressive à la pratique du rugby à plaquer par diverses entrées : Rugby à Toucher 2 secondes, Jeu au contact aménagé et rugby éducatif...
- **S'approprier** le « passeport plaquage pratique »
- **Permettre** à chaque licencié rugby UNSS débutant d'obtenir le « passeport plaquage pratique »
- **Connaitre** les diverses entrées dans le rugby à plaquer : **rugby à Toucher 2 secondes / Jeu au contact aménagé et rugby éducatif...**
- **S'appuyer sur** les documents supports de la FFR le programme de prévention des blessures : **#Bienjoué en sécurité**



Union Nationale du Sport Scolaire

13, rue Saint-Lazare - 75009 Paris | 01 42 81 55 11

**Ne manquez rien de l'actualité de l'UNSS
Sur notre site internet www.unss.org**

Et sur nos réseaux sociaux :

