

# **Comprendre le rugby**

## **Principes du jeu de rugby**

Il existe deux formes principales de rugby : le rugby à 15 et le rugby à sept, ce dernier pratiqué essentiellement sous forme de tournois internationaux.

Vous trouverez ici un bref aperçu du jeu de rugby à quinze.

Les règles peuvent varier pour les catégories d'âge junior et plus jeune.

Si vous voyez un match de rugby pour la première fois voici quelques éléments pour comprendre le jeu qui pour le néophyte peut sembler très chaotique mais qui en fait repose sur des principes de jeu simples.

- Le jeu se joue à 15 contre 15. Un maximum de 7 substitutions tactiques ou remplacements sur blessure est possible durant la partie.
- La durée de la partie lors des matchs senior est de 2 fois 40 minutes avec une mi-temps de 10 minutes pour les équipes de l'Elite, 5 minutes pour toutes les autres catégories.
- L'arbitre décompte les arrêts de jeu de la durée de la partie.

### **Marquer des points :**

- En déposant le ballon à terre dans l'en-but de l'adversaire (5 points) : un essai. L'essai donne le droit de tenter une transformation (2 points) qui sera prise à partir d'une ligne imaginaire parallèle aux lignes de touche et passant par l'endroit où a été réalisé l'essai.
- Une pénalité : sur décision de l'arbitre, une pénalité peut être accordée sur une faute grave de l'adversaire. L'adversaire doit se reculer de 10 mètres et l'équipe qui bénéficie de la pénalité peut choisir soit de jouer à la main ou au pied en tapant dans le ballon, généralement en touche, soit de tenter un coup de pied au but. Si le ballon passe entre les barres le but est validé (3 points)
- Le "Drop-goal" (3 points) : dans le jeu un joueur peut choisir de tirer au but en laissant tomber le ballon au sol ("Drop") et en le bottant immédiatement entre les barres verticales.

### **Comment attaquer :**

- Le premier principe de l'attaque ou de la défense en rugby est d'avancer, car les passes ne sont autorisées que latéralement ou en arrière. C'est donc le seul moyen de progresser vers la zone de but de l'adversaire. Le premier objectif de l'attaque est d'atteindre et dépasser la *ligne d'avantage* (ligne définie par la position du ballon lors de la remise en jeu) afin de créer un "momentum" favorable à l'attaque et défavorable à la défense (l'équipe qui défend recule).
- Un autre principe de l'attaque est de créer des espaces libres dans la défense : provoquer des concentrations de joueur en affrontant physiquement l'adversaire dans une zone afin d'exploiter les espaces libres créés par la pression de l'attaque.

### **La défense :**

- Le principe premier de la défense est le même qu'en attaque : il s'agit d'avancer afin de bloquer l'attaque avant son développement et avant qu'elle franchise la ligne d'avantage.
- En défense on a le droit de plaquer seulement le joueur porteur du ballon. Des règles de sécurité s'appliquent pour déterminer un plaquage légal ou un plaquage dangereux. Le but du plaquage est d'arrêter la progression de l'attaque mais aussi de mettre au sol le porteur car dès qu'il est au sol le porteur doit lâcher le ballon (pas le droit de jouer le ballon lorsqu'on est au sol - principe de sécurité).
- La défense s'organise aussi collectivement en vue de contrer l'attaque dans tous les axes du terrain : latéral en opposant une première ligne de défense sur la largeur du terrain (1<sup>er</sup> rideau défensif), en mettant en place une réserve défensive pour supporter la pression exercée sur le premier rideau (2<sup>ème</sup> rideau) et dans l'axe profond (essentiellement pour contrer le jeu au pied de l'adversaire) grâce aux arrières et ailiers (3<sup>ème</sup> rideau).

## **La mélée ordonnée**

- La phase de mélée intervient sur décision de l'arbitre suite à une faute mineure (en-avant; passe en avant, remise en jeu mal effectuée, lancer en touche pas droit...).
- La formation de la mélée en 3-2-3. Les joueurs ne peuvent se détacher de la mélée tant que le ballon n'est pas sorti de la mélée.
- L'introduction du ballon est accordé à l'équipe non fautive, elle est effectuée par le "demi de mélée". Un joueur ("le talonneur") est chargé dans la mélée de "talonner" le ballon vers l'arrière de la mélée.
- Les joueurs ne participant pas à la mélée doivent se situer en arrière du dernier pied du dernier joueur participant à la mélée.

## **La touche**

- Cette phase de remise en jeu du ballon intervient lorsque le ballon sort des limites latérales du terrain.
- Les deux équipes s'alignent perpendiculairement à l'endroit de sortie du ballon le nombre de joueur aligné est déterminé par l'équipe qui effectue la remise en jeu (minimum 2 joueurs par équipe).
- L'équipe qui effectue la remise en jeu est l'équipe qui n'est pas responsable de la sortie du ballon hors des limites du terrain (sauf suite à un coup de pied de pénalité - le bénéfice de la remise en jeu restant à l'équipe non pénalisée).
- Il est légal d'aider le joueur chargé de sauter pour récupérer le ballon en le soutenant dans les airs (il est interdit de le soulever).
- Les joueurs ne participant pas à la remise en touche doivent se situer à 10 mètres de la ligne de remise en touche.

## **Regroupement (balle au sol) ou mélée spontanée (ruck)**

- Un regroupement survient lorsqu'un joueur plaqué dépose la balle au sol et qu'un regroupement de joueurs bataillant pour la balle se crée. Les règles sur les regroupements ont pour but de favoriser la sortie rapide du ballon.
- Il n'est pas permis dans un regroupement balle au sol de jouer la balle avec ses mains (principe de sécurité). Les joueurs au sol doivent s'éloigner de la balle et ne pas faire action telle qu'elle empêche ou retarde la sortie du ballon (favoriser la sortie rapide du ballon pour l'équipe en possession). Ces actions sont sanctionnées par une pénalité.
- Les joueurs venant participer au regroupement doivent le faire en se liant en arrière du dernier joueur du regroupement depuis leur camp (hors jeu).

## **Regroupement (ballon porté par un joueur) ou Maul**

- Un "maul" survient lorsqu'un joueur porteur du ballon est arrêté par un défenseur sans être mis au sol et que plusieurs joueurs viennent lutter pour la balle (pousser et arracher le ballon).
- Les joueurs qui viennent participer au "maul" doivent le faire en se liant en arrière du dernier joueur du regroupement depuis leur camp.
- Si le ballon se sort pas rapidement l'arbitre siffle une mélée ordonnée avec introduction du ballon à l'équipe qui ne le possédait pas avant la création du Maul (logique de la règle: obliger l'équipe qui attaque à s'organiser rapidement pour "sortir" le ballon, favoriser la circulation du ballon).

## **Hors-jeu**

- Le hors-jeu en rugby se retrouve principalement sur deux phases de jeu : lors d'un regroupement et suite à un coup de pied dans l'aire de jeu. Le but de la règle du hors jeu est de favoriser l'équipe qui attaque (sanctionner "l'anti-jeu"),

- Regroupement : tous les joueurs doivent se situer en arrière du dernier pied du dernier joueur lié au regroupement dans leur camp. Les joueurs ne peuvent se lier au regroupement en arrivant latéralement ou du côté du camp de l'adversaire; les autres joueurs ne participant pas au regroupement ne peuvent s'avancer au delà d'une ligne tracée à partir des derniers pieds des joueurs engagés dans le regroupement.
- Coup de pied dans l'aire de jeu : tous les joueurs situés en avant du botteur ne peuvent jouer tant que le botteur ou un joueur situé en arrière du botteur ne les aient remis en jeu en courant vers le ballon.

### **L'avantage**

Une règle particulière en rugby est celle de l'avantage. Quand une faute est commise par une équipe, et que l'équipe non fautive profite d'un avantage dans le jeu dans cette phase de jeu, l'arbitre laisse jouer en autant que l'avantage se concrétise. Si l'équipe non fautive ne peut obtenir un avantage dans un temps raisonnable (quelques secondes), l'arbitre arrête le jeu et revient à la faute initiale.

En conclusion les règles du jeu de rugby respectent trois principes :

- un principe de sécurité (règles du plaquage, interdiction du jeu au sol...),
- un principe d'affrontement physique (en interdisant le bloc et la passe en avant),
- un principe de choix tactique individuel et collectif.