

## Infos pratiques

---

- > ECTS : 3,0
- > Nombre d'heures : 36.0
- > Langue(s) d'enseignement : Français
- > Niveau d'étude : BAC +3
- > Période de l'année : Enseignement cinquième semestre
- > Méthodes d'enseignement : En présence
- > Forme d'enseignement : Travaux dirigés
- > Ouvert aux étudiants en échange : Oui
- > Composante : Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- > Code ELP : 4S5LES18
- > En savoir plus : UFR STAPS <https://ufr-staps.parisnanterre.fr/>

## Présentation

---

Gestion de la performance et de la sécurité dans la pratique rugby de compétition et de loisir. Développement des qualités physiques, motrices et psychologiques dans le respect des contraintes réglementaires et sécuritaires du rugby. Identification des caractéristiques et des besoins des pratiquants pour exploiter à bon escient des variables didactiques et pédagogiques afin de construire des situations d'entraînement adaptées.

## Objectifs

---

- 1 – *Approfondir sa maîtrise de l'activité* dans ses dimensions techniques, tactiques, stratégiques, réglementaires, psychologiques et physiologiques.
- 2 – *Concevoir et planifier des situations d'entraînement* liées à la performance sportive.
- 3 – *Construire les outils didactiques de la planification de l'entraînement sportif* dans le respect des contraintes liées à la pratique du rugby et au type de pratiquant.

## Évaluation

---

Pratique : Coefficient (0,7 à 1,3) attribué à l'étudiant durant les séances pratiques, lié à son investissement et à ses performances dans les séquences de jeu et situations d'apprentissage et d'entraînement. Ce coefficient viendra multiplier la note obtenue en théorie ; leur produit constituera la note retenue.

Théorie : Devoir sur table (note sur 20). A partir d'une vidéo et/ou d'un document, analyser la performance d'un joueur ou d'une équipe et concevoir une séquence d'entraînement adaptée. Jeu produit par une équipe en attaque ou défense et proposer des situations d'enseignement-apprentissage adaptées.

## Pré-requis nécessaires

---

BAC+2 (ou équivalent)

## Compétences visées

---

Pratique : élever son niveau de performance en situation de jeu aménagé.

Théorie : conceptualisation et mise en œuvre de séquences d'entraînement pour tous les types de rugby et de pratiquants.

## Bibliographie

---

- Conquet P., *Les fondamentaux du rugby moderne*, Vigot, 1994 ;
- Collinet S., *Rugby niveaux 1 et 2 (tome 1) ; 3 et 4 (tome 2)* ;
- Deleplace R., *Rugby de mouvement, rugby total*, revue EPS, 1979 ;
- Germain S., *Rugby - guide de l'entraîneur - fondamentaux et entraînement*, Amphora, 2016 ;
- Girardi L., *Manuel pour l'éducateur, l'entraîneur et l'enseignant*, Amphora 2002 ;
- Peys J-P., *Rugby total et entraînement*, Vigot, 1999 ;
- Sarthou J-J., *Enseigner le rugby en milieu scolaire* - Collège - lycée, Actio 2006 ;
- Sarthou J-J., *Le rugby en EPS*, L'harmattan, 2012.

## Ressources pédagogiques

---

cours en ligne

## Contact(s)

> **Jean-jacques Sarthou**

Responsable pédagogique  
jsarthou@parisnanterre.fr