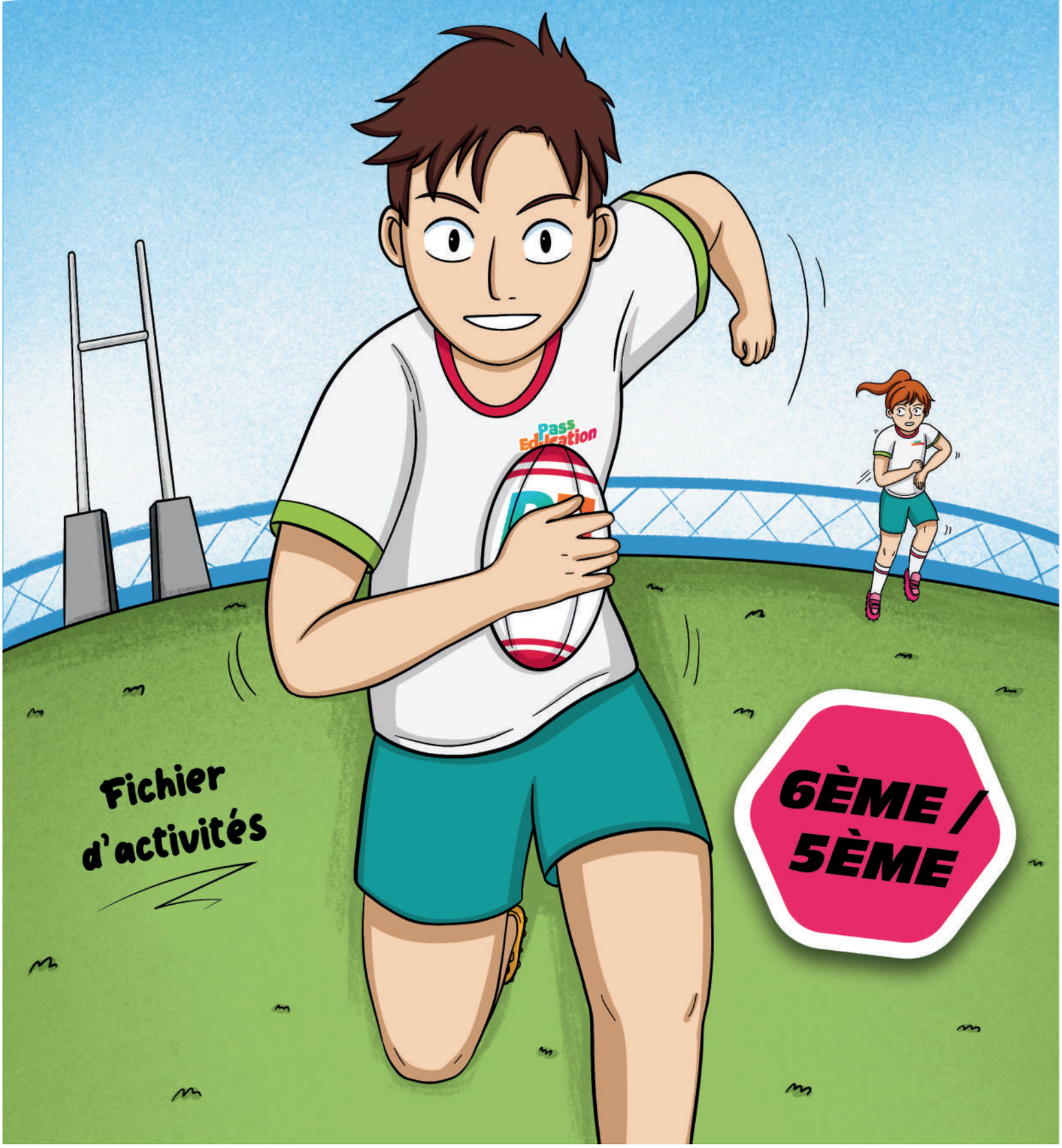
RUGBY

Pass Education

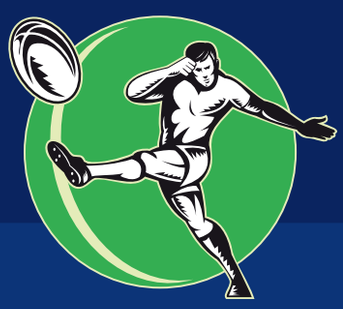
fcpe



Fichier d'activités

6ÈME / 5ÈME

BIENVENUE DANS CE LIVRET D'ACTIVITÉS SUR LE THÈME DU RUGBY.



Entre sur le terrain et découvre l'univers du rugby avec des activités pleines d'énergie et de stratégie !

- HISTOIRE DES ARTS
- MATHÉMATIQUES
- FRANÇAIS
- HISTOIRE
- GÉOGRAPHIE
- SCIENCES
- E.M.C
- ANGLAIS
- CULTURE

Pass Education

1

LES DIFFÉRENTES FORMES DE RUGBY

FRANÇAIS

Le rugby est un sport pratiqué dans de nombreux pays, mais il existe plusieurs versions avec des règles et des dynamiques de jeu différentes. Les trois formes les plus connues sont le rugby à XV, le rugby à XIII, et le rugby à 7.

LE RUGBY A XV

Le rugby à XV est la **version la plus célèbre** et la plus pratiquée dans le monde. Il se joue avec **15 joueurs par équipe**. Les matchs durent 80 minutes, répartis en **deux mi-temps de 40 minutes**. Ce format est utilisé lors des compétitions internationales comme la Coupe du Monde de rugby et le Tournoi des Six Nations.

Dans cette version, le jeu est très physique avec de nombreuses phases de mêlées, touches, et plaquages. Les équipes doivent bien organiser leur stratégie pour avancer sur le terrain et marquer des essais. Le rugby à XV est le format le plus regardé à la télévision, attirant des millions de fans dans le monde entier.

LE RUGBY A XIII

Le rugby à XIII se joue avec **13 joueurs par équipe** et se concentre davantage sur la rapidité du jeu. Il est particulièrement populaire en France, en Australie, et en Angleterre. Les matchs durent également 80 minutes, mais le **jeu est souvent plus rapide que le rugby à XV**.

Il y a moins de mêlées et le ballon circule plus facilement, ce qui donne un jeu plus fluide et plus orienté vers l'attaque. Le rugby à XIII valorise la vitesse et l'agilité des joueurs, qui doivent éviter les plaquages pour progresser.

LE RUGBY A 7

Le rugby à 7 est la **version la plus rapide et la plus intense**. Chaque équipe compte seulement **7 joueurs,** et les matchs durent généralement **deux mi-temps de 7 minutes**. Ce format est devenu une discipline olympique en 2016, ce qui lui a donné une renommée internationale.

Le rugby à 7 est souvent joué lors de tournois, où plusieurs équipes s'affrontent sur une même journée. Les joueurs doivent être extrêmement rapides et endurants, car le rythme est très intense. Il y a beaucoup d'espace sur le terrain, ce qui favorise les grandes courses et les essais spectaculaires.

Ces trois formes de rugby permettent à des millions de personnes de découvrir et de pratiquer ce sport sous différentes versions, chacune ayant ses propres règles et compétitions.

Pass Education

2

COMPRÉHENSION

FRANÇAIS

1 **Relie chaque caractéristique à la bonne forme de rugby :**

Rugby à XV ●	● Match très court et intense.
Rugby à XIII ●	● Jeu long et physique.
Rugby à 7 ●	● Jeu rapide avec moins de mêlées.

2 **Quels sont les éléments qui rendent le rugby à XV particulièrement physique ?**

3 **Cite 3 pays où le rugby à XIII est populaire, puis fais une recherche pour trouver le nom de leurs équipes.**

4 **Pourquoi le rugby à 7 est-il particulièrement exigeant pour les joueurs ?**

5 **Fais une recherche pour découvrir quelle équipe a remporté le plus de titres en Coupe du Monde de rugby à XV, et indique combien de fois elle a gagné et en quelles années.**

6 **Selon toi, quelle version de rugby est la plus intéressante à regarder, et pourquoi ?**

3

LE COMPTE EST BON

MATHÉMATIQUES

1 **La Fédération de Rugby organise un match important dans un grand stade. Pour cet événement, elle souhaite :**

- installer une barrière de sécurité tout autour du terrain pour protéger les spectateurs,
- poser de la fausse pelouse sur toute la surface du terrain pour améliorer l'esthétique.

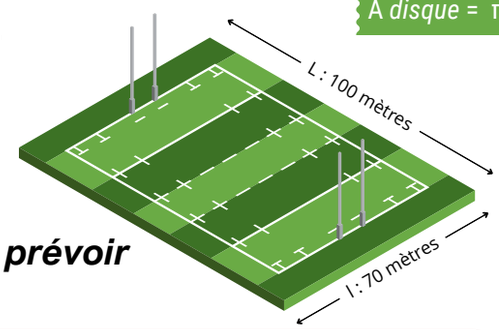
$P = 2 \times (L + l)$

$A = L \times l$

$A\ disque = \pi \times r^2$

Le terrain mesure 100 m de long et 70 m de large.

La barrière coûte 15€ par mètre.
La fausse pelouse coûte 9 € par mètre carré.



Calcule le budget total que la fédération devra prévoir pour ces aménagements?

Barrière

Pelouse

BUDGET TOTAL TERRAIN :

La fédération souhaite créer une zone d'échauffement circulaire d'un rayon de 5 mètres à côté du terrain principal. Cette zone sera également recouverte de fausse pelouse au même tarif.

Calcule le budget total en incluant cette nouvelle zone d'échauffement.

BUDGET TOTAL TERRAIN + ZONE ÉCHAUFFEMENT :

2 **Lors d'un grand match de rugby, il y a 20 000 supporters dans le stade :**

- L'équipe A a 60% de supporters. Les autres sont pour l'équipe B. -
- Parmi les supporters de l'équipe A ,1/4 portent des maillots de l'équipe.
- Parmi les supporters de l'équipe B, 1/3 chantent pour encourager leur équipe.

Combien de supporters soutiennent l'équipe A ? l'équipe B ?

Combien de supporters portent des maillots ?

Combien de supporters chantent ?

4

LE RUGBY EN FRANCE

HISTOIRE

L'histoire du rugby en France

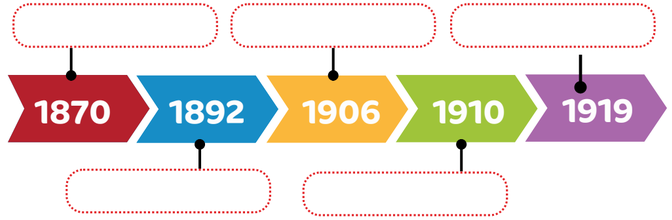
Le rugby arrive en France dans les années **1870**, introduit par des **Britanniques**. Rapidement, il se développe, surtout dans le **sud-ouest**, où il devient un élément important de la culture locale.

En **1892**, le **premier championnat de France** est organisé, et le **Bouclier de Brennus**, créé par le sculpteur Charles Brennus, est décerné à l'équipe gagnante. Ce trophée prestigieux reste aujourd'hui le symbole de la victoire dans le championnat français.

En **1919**, la **Fédération Française de Rugby** (FFR) est créée pour structurer et promouvoir ce sport en France. L'équipe de France, appelée le **XV de France**, joue son premier match officiel en **1906** contre les "Originals" (futurs All Blacks). Elle rejoint le Tournoi des Cinq Nations en **1910**, qui deviendra plus tard le **Tournoi des Six Nations** avec l'ajout de l'Italie en 2000.

Aujourd'hui, le rugby est très populaire en France, avec des équipes masculines et féminines de haut niveau et un public passionné dans tout le pays.

1 **Utilise les informations du texte pour compléter la frise chronologique ci-dessous. Écris l'évènement historique à la bonne date.**



A toi de jouer, détective du rugby !

2 **Pourquoi le sport s'appelle-t-il "rugby" ?**

3 **Quelle ville du sud-ouest de la France est célèbre pour son club de rugby et connu pour avoir remporté plusieurs titres de champion?**

4 **Pourquoi le Bouclier de Brennus a-t-il une telle importance pour les équipes françaises ?**

LE TOURNOI DES SIX NATIONS

GÉOGRAPHIE

Le **Tournoi des Six Nations** a une longue tradition en Europe. Lancé en 1883 sous le nom de Tournoi des Nations Britanniques, il est devenu le Tournoi des Cinq Nations avec l'ajout de la France, puis des Six Nations **en 2000** avec l'arrivée de l'Italie. Chaque année, six équipes européennes s'affrontent au printemps dans des matchs intenses.

1 **Pour chaque pays participant au Tournoi des Six Nations, écris le nom du pays, le nom de sa capitale, et colorie son drapeau.**

1 ____ ____ 2 ____ ____ 3 ____ ____

4 ____ ____ 5 ____ ____ 6 ____ ____

A toi de jouer, détective du rugby !

2 **Quelles équipes ont gagné le Tournoi des Six Nations lors des quatre dernières années ?**

2021 ____ 2022 ____ 2023 ____ 2024 ____

3 **Explique ce qu'est un Grand Chelem dans le Tournoi des Six Nations, et cite un pays qui a réalisé un Grand Chelem récemment.**

4 **Quel trophée est décerné lors du match entre l'Angleterre et l'Écosse pendant le Tournoi des Six Nations ?**

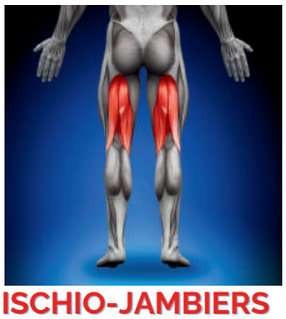
☐ Le trophée Calcutta ☐ Le trophée Webb Ellis ☐ Le bouclier de Brennus

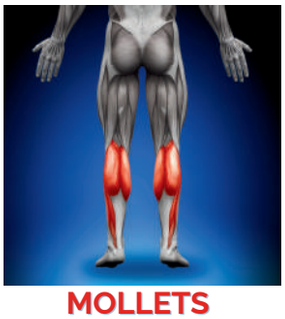
6

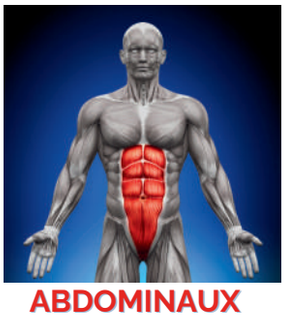
LA PRÉPARATION PHYSIQUE

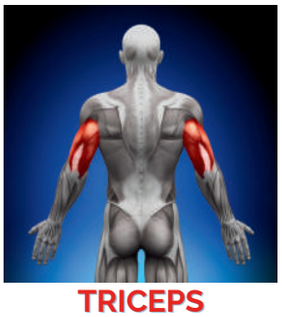
SCIENCES

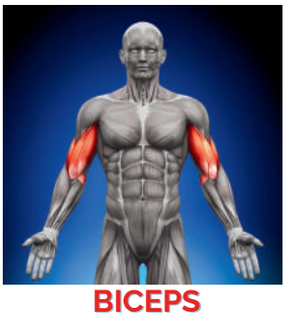
Le rugby est un sport intense qui exige beaucoup **de force et d'endurance**. Pour jouer efficacement, les rugbymen utilisent **différents groupes musculaires** pour courir, plaquer, sauter et frapper dans le ballon. Comprendre quels muscles sont sollicités et comment ils fonctionnent peut aider les joueurs à améliorer leurs performances tout en réduisant le risque de blessures.


ISCHIO-JAMBIERS


MOLLETS


ABDOMINAUX


TRICEPS


BICEPS

1 Relie chaque muscle à son utilité.

Ischio-jambiers ●	● Stabiliser le tronc et maintenir l'équilibre pendant les contacts.
Mollets ●	● Aider à réaliser des passes et à tenir le ballon avec force.
Abdominaux ●	● Aider à l'impulsion pour courir, sauter, et se déplacer.
Triceps ●	● Aider à attraper et tenir le ballon pour les passes et les plaquages.
Biceps ●	● Stabiliser la jambe lors des sprints et des changements de direction.

2 Quelles habitudes permettent à un joueur de rugby de prendre soin de ses muscles et d'améliorer ses performances ? Coche les réponses appropriées.

- ☐ Maintenir une alimentation équilibrée et riche en nutriments.
- ☐ Consommer des aliments sucrés avant chaque entraînement.
- ☐ Éviter l'échauffement pour préserver son énergie.
- ☐ S'hydrater régulièrement.
- ☐ Dormir suffisamment.
- ☐ S'étirer après les séances.

3 Pourquoi est-il important pour un joueur de rugby de renforcer ses muscles du bas du corps ?

4 Imagine que tu es l'entraîneur d'une équipe de rugby. Propose deux exercices d'entraînement pour aider les joueurs à renforcer leurs jambes et leurs bras. Explique comment chaque exercice peut les rendre plus forts pour des actions comme les plaquages ou les sprints.

7

FUN FACTS

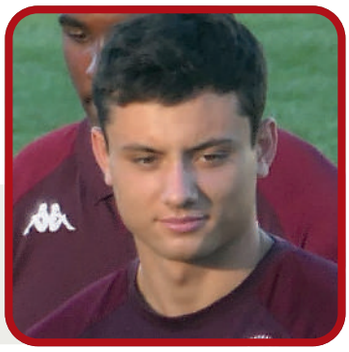
CULTURE

Antoine Dupont

Vision de jeu exceptionnelle, passes précises et leader tactique.

Louis Bielle-Biarrey

Rapide et explosif, surprend souvent ses adversaires par sa vitesse et son agilité.



Thomas Ramos

Calme, précis, expert des coups de pied et des moments décisifs.

Damian Penaud

Inarrêtable, dynamique, brille dans les courses et les actions décisives.

Fais une recherche pour découvrir le poste de chaque joueur et écris le dans le cadre.

Le Bouclier de Brennus, trophée remis au champion de France, a été conçu en 1892 par Charles Brennus, sculpteur et joueur de rugby.

Sébastien Chabal, célèbre joueur français, a gagné le surnom de "L'Homme des Cavernes" en raison de sa longue barbe et de son jeu physique.

Le Stade Toulousain est le club le plus titré de l'histoire du rugby français, avec plus de 21 titres de champion de France.

La France a été finaliste de la Coupe du Monde de Rugby à trois reprises (1987, 1999, et 2011), mais n'a jamais remporté le trophée.

Le joueur français Frédéric Michalak détient le record du nombre de points marqués en Coupe du Monde pour la France, avec 136 points.

Les premiers ballons étaient ronds ou légèrement ovales, mais la forme ovale a été standardisée pour faciliter les passes et la prise en main.

Le mot "rugby" vient de la ville de Rugby en Angleterre, où un élève, William Webb Ellis, aurait couru avec le ballon en 1823, créant ainsi le sport.

En 2022, la France a remporté son 4ème Grand Chelem lors du Tournoi des Six Nations en battant toutes les autres nations participantes.

Le French flair désigne le style créatif et imprévisible du rugby français, avec des passes rapides et des actions audacieuses.

8

LE RUGBY FAUTEUIL

E.M.C

Le rugby fauteuil est une forme de rugby adaptée pour les personnes en fauteuil roulant. Il est pratiqué dans des compétitions internationales comme les **Jeux Paralympiques**. Le rugby montre que tout le monde peut faire partie d'une équipe, peu importe ses capacités physiques. Ce sport prône des **valeurs d'inclusion**, permettant aux joueurs de partager des moments forts et de relever des défis ensemble.

1 Associe chaque mot à sa définition.

Inclusion ●	● Accueillir tout le monde sans discrimination.
Rugby fauteuil ●	● Sport adapté aux personnes en fauteuil roulant.
Jeux Paralympiques ●	● Donner à chacun les mêmes opportunités, peu importe ses différences.
Egalité des chances ●	● Compétition internationale pour les athlètes en situation de handicap.

2 Jonathan Hivernat est un joueur important de rugby fauteuil en France.

A toi de jouer, détective du rugby !

Quel rôle il occupe au sein de l'équipe de France ?

Dans quelles compétitions internationales représente-t-il la France ?

Jonathan Hivernat

3 Complète le tableau en indiquant les différences et similarités entre le rugby classique et le rugby fauteuil.

	RUGBY CLASSIQUE	RUGBY FAUTEUIL
Nombre de joueurs		
Type de terrain		
Mode de déplacement		
Valeurs communes		

9

VOCABULARY

ANGLAIS

What is Rugby ?

Rugby is a sport where two teams compete to score points by getting the ball over the opponent's goal line.

Basic rules

Teams : 15 players on each team.
Objective : score points by touching the ball down in the opponent's goal area.

Points

- 5 points for a try (touching the ball down in the goal area).
- 2 points for a conversion (kicking the ball through the goalposts after a try).
- 3 points for a penalty kick or a drop goal (kicking the ball through the posts during open play).

TRANSLATE

to score : marquer
to get over : amener
to kick : donner un coup de pied
to pass : faire une passe
try : essai
goal area : zone d'en but
penalty kick : coup de pied de pénalité
rugby union: rugby à XV
a foul : une faute

1 Relie les mots en anglais à leurs définitions.

a try	to strike the ball with the foot.
to kick	the area where a try can be scored.
to pass	to throw the ball to a teammate.
penalty kick	a kick given after a foul, worth 3 points.
goal area	scoring 5 points by putting the ball down in the opponent's goal area.

2 Coche la bonne réponse.

How many points is a try worth in rugby?

☐ 3 points ☐ 5 points ☐ 2 points

When is a penalty kick awarded?

☐ after a foul ☐ after a try ☐ during a drop goal

What is a conversion?

☐ a type of pass
☐ a kick after a try, worth 2 points
☐ a tackle during play

3 Explain why the goal area is important in rugby.

4 Describe two ways to score points in rugby, and explain how many points each is worth.

10

LE TROPHÉE DES 6 NATIONS

HISTOIRE DES ARTS

Le **Trophée des Six Nations** est remis chaque année à l'équipe qui remporte le célèbre tournoi. Il symbolise la domination du rugby en Europe. Chaque équipe rêve de soulever ce prestigieux trophée au terme du tournoi, surtout si elle parvient à réaliser un Grand Chelem en gagnant tous ses matchs.

Combien de fois la France a-t-elle remporté le Trophée des Six Nations depuis 2000 ?

Fais une recherche pour découvrir combien de fois la France a remporté le Tournoi des Six Nations et combien de fois elle a réalisé un Grand Chelem.

Invente le maillot idéal pour l'équipe de France lors du Tournoi des Six Nations.

Dessine-le avec les couleurs et les symboles qui, selon toi, représentent le mieux l'équipe et l'esprit du rugby français !

Cite un autre trophée remis lors du Tournoi des Six Nations et précise les équipes concernées.

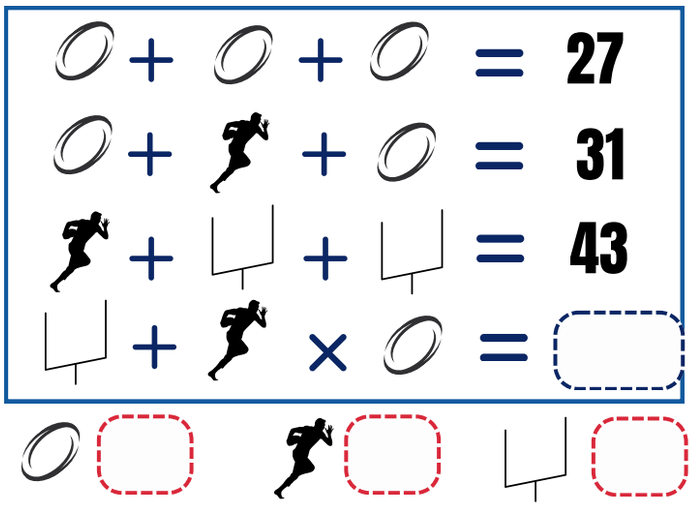
VS

QUADRILLAGE

Reproduis le maillot de rugby sur le quadrillage vide en respectant le modèle.

CALCULS LOGIQUES

Trouve la valeur de chaque image et utilise ces informations pour compléter le dernier calcul.



CARRÉS MAGIQUES

Complète les carrés magiques. Les sommes des nombres de chaque ligne, colonne et diagonale sont toutes égales.

35	1		26		24
		7	21	23	25
		2		27	20
8	28		17	10	15
	5	34		14	16
	36	29	13		11

MÉLI-MÉLO

Remets les lettres dans le bon ordre pour retrouver des mots liés au rugby.

SSEAI ____ EMLEE ____

UTOECH ____ AUEOPT ____

Pass Education

De la maternelle au lycée

Mon Site de soutien scolaire !

+ de 35 000 fiches de révision

+ de 5000 jeux éducatifs gratuits en ligne

Apprendre en s'amusant !

- Vidéos éducatives en mathématiques, histoire-géographie, anglais, français etc...
- Lectures à thème, Actualités et Conseils, Cahiers de vacances (Toussaint, Noël, Pâques, ..), ..

Pass Irregular Verbs · IEF · Mon Pass Conjugaison · My English Pass · Graine de calcul mental · Mon Pass Math