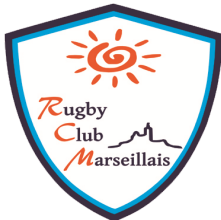


RUGBY CLUB MARSEILLAIS



LES FILLES AU CŒUR DE LA MELEE

La pratique sportive féminine est encore peu développée dans notre pays.

En effet, la part de licences féminines dans toutes les fédérations délégataires ne représente que 38%.

Les femmes sont majoritaires simplement dans 10 fédérations délégataires.

Elles pratiquent le plus souvent les sports de forme, le fitness, la danse, la gymnastique, la marche et la randonnée, le footing, le tennis et la natation.

Elles sont souvent peu présentes dans les sports collectifs et les sports mécaniques.

La Fédération Française de rugby a délivré en 2023 simplement 48855 licences aux femmes pour un total de 37500 licences ce qui représente simplement 13% des licenciés.

En ce qui concerne les écoles de rugby accueillant des enfants de 3 à 14 ans simplement 7315 licences soit 17% des licences délivrées.

La question que l'on est en droit de se poser est de savoir pourquoi le taux de féminisation dans le sport en France est aussi faible de manière générale et plus particulièrement en ce qui nous concerne au niveau du rugby ?

Nous pouvons envisager une double réponse :

Tout d'abord une réponse générale

On ne construit pas la même personnalité selon notre manière de se mouvoir et d'occuper l'espace lorsqu'on est enfant. (Interview Nicole Abard avril 2023).

« Puis progressivement, à l'âge de deux, des différences de motricité se manifestent selon leur sexe. Les garçons prennent l'espace, courent, en jouant avec une balle, en se défiant, ils cultivent le goût du risque, l'audace. Ils développent un langage opérationnel tourné vers l'efficacité. Les petites filles, elles, se mettent en retrait, diminuent leur mise en mouvement en occupant un espace plus restreint. Elles prennent moins leur place, commencent à faire preuve de prudence, de discrétion, ont davantage peur de l'échec.

En plus, elles ne se familiarisent pas au plaisir de l'activité physique. En plaçant la motricité au cœur de mes documentaires, je souhaite inciter chacun à se demander quel est son rôle dans la reproduction de ces stéréotypes. On a tellement intégré certains réflexes, certains comportements que sans le vouloir, on contribue tous inconsciemment à les reproduire. Pour protéger, par amour, on construit ainsi du handicap. Il faut en finir avec le poids des stéréotypes, il faut permettre à chacun, fille et garçon, d'habiter son corps, d'être à 100 % de ses capacités, et prendre possession de l'espace. »

Et ensuite une réponse plus spécifiquement liée au rugby

Une étude sur le rugby féminin, réalisée avec l'institut Kantar, vise à comprendre la perception du rugby par les parents. 81 % se disent par exemple favorables à inscrire leur fils au rugby contre 66 % pour les filles. Les stéréotypes ont la vie dure.

Rugby Club Marseillais

Stade Roger Couderc : 23 Bd Simon Bolivar - 13015 Marseille

Siège : 3 rue Jean Compadiou - 13012 Marseille

Tel : 07 49 07 03 65 .Mail : rugbyclubmarseillais@gmail.com



RUGBY CLUB MARSEILLAIS



Les parents sont donc plus frileux à inscrire leur fille au rugby que leur fils. Différents profils correspondent aux parents frileux pour leur fille : ceux qui ne s'intéressent pas du tout au rugby ; les jeunes parents, âgés de 25 à 34 ans (à 56 % favorables pour inscrire leur fille alors qu'ils y sont favorables à 81 % pour leur fils) et enfin les pères (38% favorables pour leurs filles).

Face à ce constat peu encourageant, le Rugby club Marseillais a imaginé ce projet intitulé « les filles au cœur de la mêlée »

Le Rugby Club Marseillais, créé en 2013 et implanté dans le bassin Nord marseillais est une association Loi 1901 dont la vocation est de développer la pratique du rugby au sein de son école de rugby labellisée 2 étoiles par la Fédération Française de Rugby et au sein de son pôle compétition, mais aussi de mener un certain nombre d'actions visant à favoriser l'insertion sociale des jeunes, et donc être un acteur fort de la vie sociale et sportive sur son territoire.

Il a su aussi notamment répondre à une sollicitation des parents dès 2015 en créant une des premières sections « Baby Rugby » du département et proposer une activité sportive aux enfants dès l'âge de 3 ans. C'est seulement en 2020 que la Fédération Française de Rugby a officialisé cette catégorie sur tout le territoire national et a donc permis de faire des licences aux enfants à partir de 3 ans.

De plus, l'équipe de dirigeants, d'éducateurs (salariés ou bénévoles), de bénévoles a toujours eu à cœur dès la création du club de développer une éducation à la citoyenneté que cela soit au sein de notre Club ou vers des jeunes issus des quartiers, des QPV notamment. Le but étant dans un premier temps d'essayer d'amener ces jeunes vers le Rugby pour les former en tant que joueurs et dans un second temps de les accompagner sur leur chemin de futurs adultes. Ainsi, nous allons procéder en septembre 2021 à l'embauche de quatre jeunes en contrat d'apprentissage, jeunes âgés entre 18 et 20 ans et tous issus de la formation de notre Ecole de Rugby.

Nos axes de développement sont fidèles aux valeurs du rugby telles que le respect, l'échange, la tolérance, la solidarité, la mixité, l'humilité...

Nous les apprenons aux enfants comme aux parents afin que ces valeurs, ne soient ni galvaudées ni ignorées et soient, au contraire, le terreau potentiel du « vivre ensemble ».

Le RCM a élaboré un programme d'activité physique adaptée appelé ESSAI.

E comme Éducation avec des notions d'esprit d'équipe, de respect des règles, de respect de l'autre

S comme Santé en contribuant à travers l'activité physique, au développement physique harmonieux

S comme Solidarité en donnant à travers le plaisir du jeu collectif le goût du rapport à l'autre et de la coopération

A comme Apprentissage en faisant améliorer à l'élève à travers des jeux la coordination, la motricité, l'habileté, la gestuelle

I comme Initiation en faisant découvrir à la population concernée les prémices du jeu de rugby

L'objectif principal est bien évidemment, pour l'élève, d'améliorer ses compétences motrices et de créer une appétence par l'activité sportive en général et pour le rugby en particulier.

Quelques objectifs spécifiques permettront d'atteindre l'objectif principal tels que :

Rugby Club Marseillais

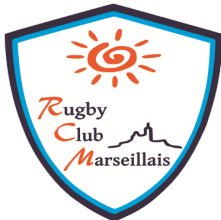
Stade Roger Couderc : 23 Bd Simon Bolivar - 13015 Marseille

Siège : 3 rue Jean Compadiou - 13012 Marseille

Tel : 07 49 07 03 65 .Mail : rugbyclubmarseillais@gmail.com



RUGBY CLUB MARSEILLAIS



Percevoir et intégrer les limites de l'aire de jeu
S'orienter par rapport aux lignes de marque
Se reconnaître comme appartenant à une équipe
Marquer, attraper le ballon
Ramasser le ballon, passer le ballon
Marcher, puis trotter, puis courir si possible avec le ballon
Porter le ballon vers l'avant
Respecter les règles de la marque, de l'en-avant
Tenir le rôle d'attaquants et de défenseurs
Venir toucher le porteur du ballon voir l'attraper
Favoriser l'intégration dans le groupe
Développer l'esprit collectif

Ce projet global vise d'une part à développer les compétences motrices de l'enfant en particulier des filles propices à un développement plus général.

En pratique :

Ce programme s'adresse à des élèves spécialement des filles de grande section de maternelle et / ou de cours préparatoire

Idéalement 2 groupes

Durée de la séance 45 minutes

Fréquence 1 séance par semaine

Lieu la cour de l'école ou idéalement la salle de motricité si elle est suffisamment grande

Durée du programme 15 séances par groupe

Le corps de la séance est vaste et riche donc :

Travail par microcycle.

Choisir une dominante thématique qui constitue le corps de la séance.

Multiplier le nombre d'exercices dans la dominante.

Faire de nombreuses pauses car la labilité des enfants à cet âge est grande.

Ne pas négliger les autres aspects.

Tenir compte des ressources individuelles de chacun.

Penser la séance comme une histoire que l'on va raconter et que les enfants vont mettre en scène

Attention à la notion de topologie chez les plus petits.

Rugby Club Marseillais

Stade Roger Couderc : 23 Bd Simon Bolivar - 13015 Marseille

Siège : 3 rue Jean Compadieu - 13012 Marseille

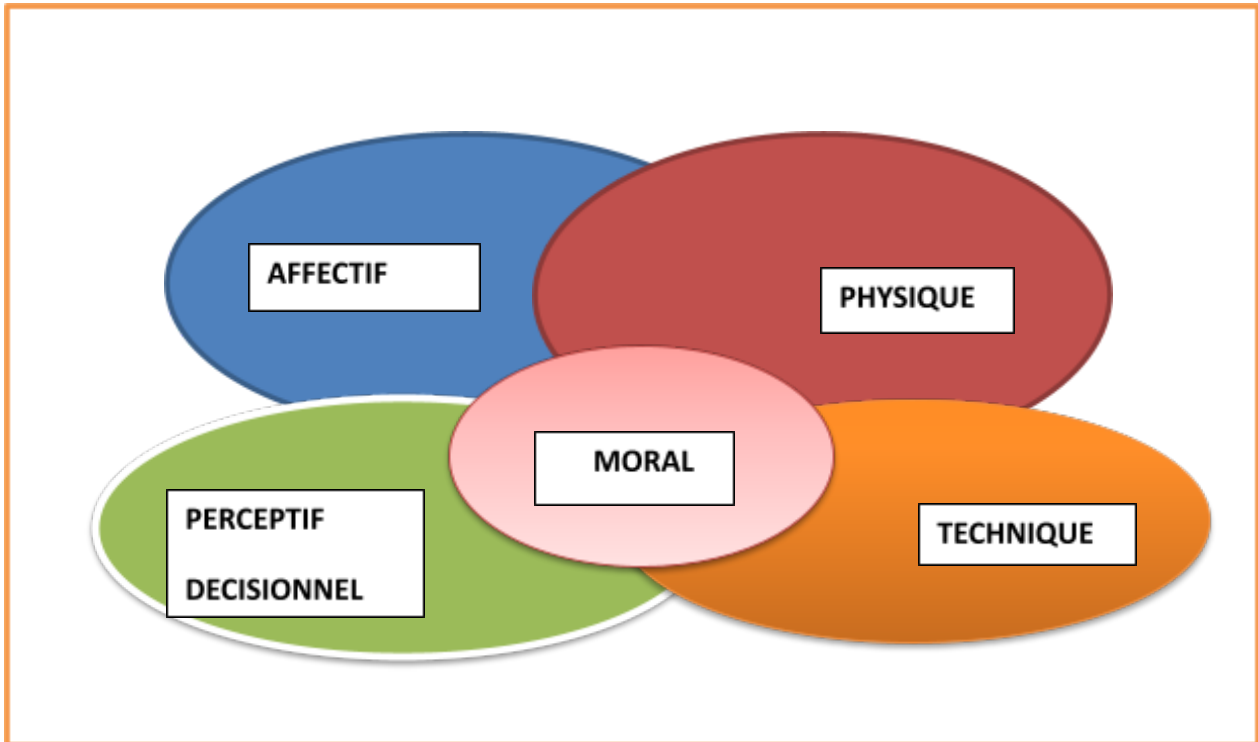
Tel : 07 49 07 03 65 .Mail : rugbyclubmarseillais@gmail.com



RUGBY CLUB MARSEILLAIS



A partir des ressources individuelles de chaque enfant, l'objectif de la planification de l'activité est de permettre à chacun d'améliorer ses compétences dans un certain nombre de domaines qui sont nécessairement liés entre eux.



Plan général d'une séance :

Echauffement

Simple, court, rapide. Le but est de mettre en marche le corps.

Activités de motricité globale :

Renforcement tonique
Équilibre et coordination
Coordination bi manuelle et oculo-manuelle
Activités motrices et espace

Retour au calme

Remarque :

Rugby Club Marseillais

Stade Roger Couderc : 23 Bd Simon Bolivar - 13015 Marseille

Siège : 3 rue Jean Compadiou - 13012 Marseille

Tel : 07 49 07 03 65 .Mail : rugbyclubmarseillais@gmail.com



RUGBY CLUB MARSEILLAIS



Ne pas oublier de faire des pauses entre certains jeux pour faire boire les enfants.

Ne pas forcer un enfant à faire un jeu s'il ne le désire pas.

Respecter sa fatigue et son manque de concentration.

Même si l'activité se déroule au sein de l'école, cela reste un jeu, une activité ludique et donc du plaisir.

Matériel utilisé :

D'une manière générale tout le matériel nécessaire à la réalisation de séances de motricité : des plots, des cerceaux, des haies, des foulards, des écharpes, des ballons, des balles, des raquettes, des tapis, des ponts etc. (la liste n'est pas exhaustive).

Objectif parallèle :

Réussir à amener les enfants et en particulier les filles d'une activité physique à l'école vers une pratique sportive en club.

Rugby Club Marseillais

Stade Roger Couderc : 23 Bd Simon Bolivar - 13015 Marseille

Siège : 3 rue Jean Compadiou - 13012 Marseille

Tel : 07 49 07 03 65 .Mail : rugbyclubmarseillais@gmail.com

