



Selon la praxéologie motrice de Pierre Parlebas ou les analyses de la performance de Villepreux, le rugby est défini comme un système complexe de gestion des rapports de force. Dans un match de rugby, on retrouve un grand nombre de situations de jeu à analyser afin d'y répondre de la meilleure des manières. Certaines de ces situations de jeu correspondent aux rapports de force. D'après la littérature scientifique, on pourrait rencontrer entre 140 et 200 situations de rapport de force dans un match de rugby, dont 20 situations favorables nettes.

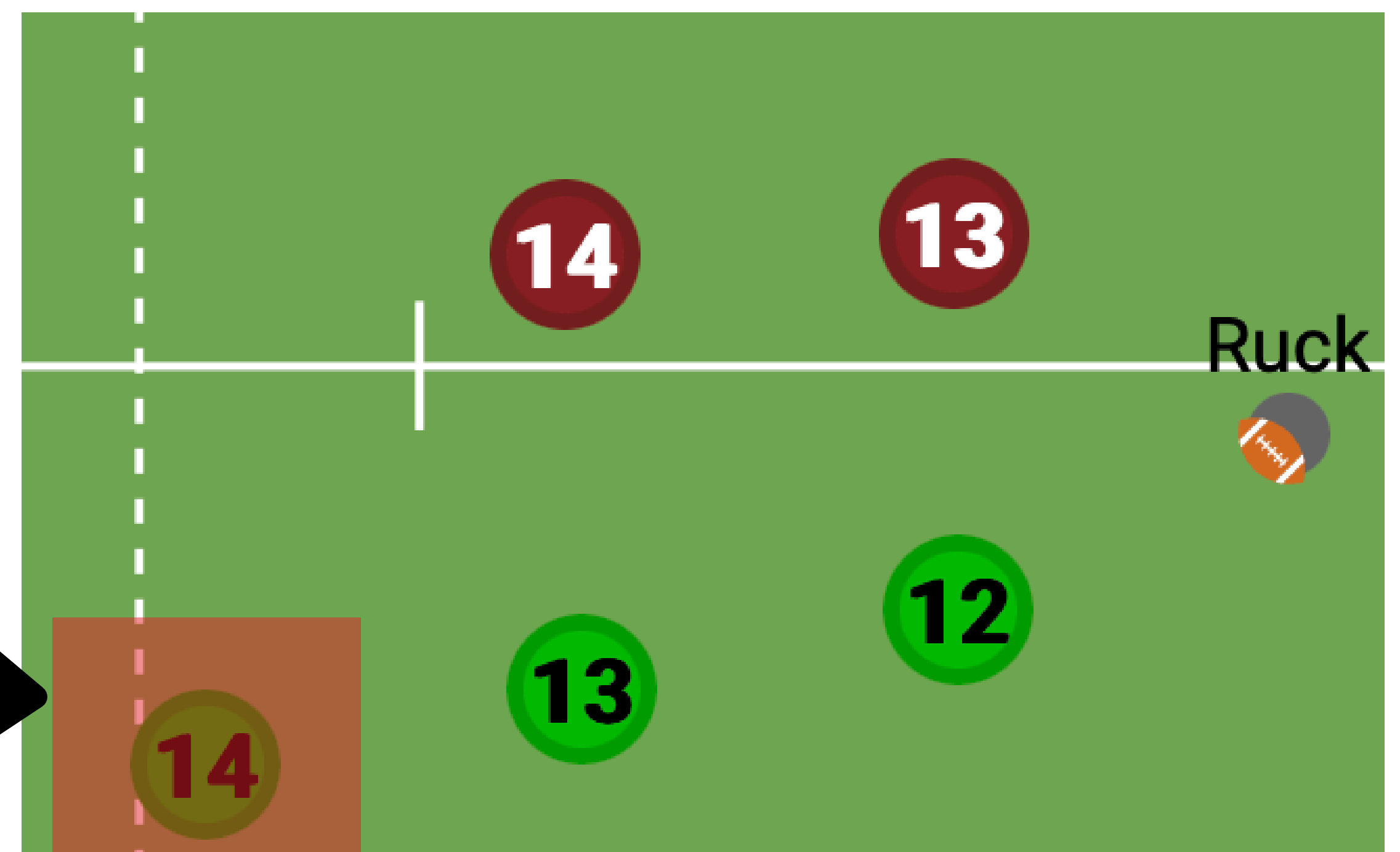


On peut décliner 3 types de rapports de force dans le rugby:

• Rapport de force numérique

Le rapport de force numérique ou plus communément appelé : surnombre/sousnombre est sans aucun doute le plus travaillé. On associe souvent cela aux exercices de 2 contre 1 ou 3 contre 2...

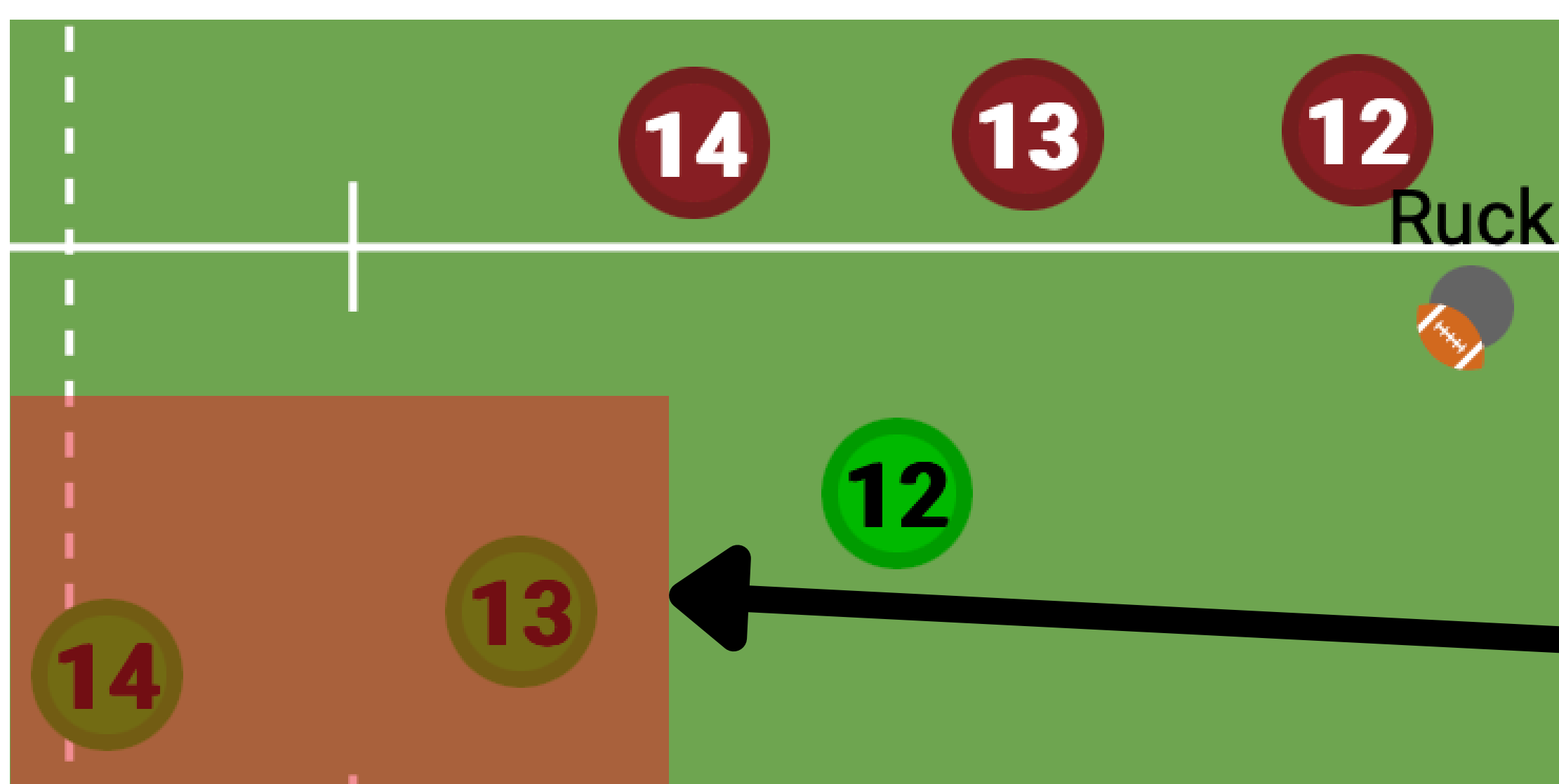
Joueur libre qui créer le surnombre



• Rapport de force positionnel

Le rapport de force positionnel correspond à une égalité numérique entre attaquants et défenseurs, mais à un avantage de position pour l'attaque par exemple. L'avantage se traduit par un positionnement initial dans l'espace libre

Egalité numérique 3c3 mais avantage positionnel par rapport à la défense, joueurs déjà dans l'espace libre



Le rapport de force de potentiel ou aussi appelé: mismatch correspond à une différence de potentiel d'action du joueur. Un lent contre un rapide, un léger contre un lourd...

Pas de surnombre ou d'avantage positionnel mais rapport de force favorable de potentiel, rapide contre lent.

• Rapport de force de potentiel

