



# Vers le rugby



Des fiches EPS en lien avec le rugby sur [www.mobilesport.ch](http://www.mobilesport.ch)

**MOTS CLÉS: ENTRAIDE • SOLIDARITÉ**

**A travers cet essai, nous allons vous présenter un jeu collectif qui peut s'initier sans problème très tôt. Dans les fiches EPS, nous retrouvons l'approche du rugby progressivement. Ce cheminement se construit d'abord via les aspects de lutte pour le ballon, pour le sautoir à travers les activités autour du thème lutter.**

Dès 4-6 ans, une «salade mêlée» d'exercices est proposée. A titre d'exemple: relevons quelques éléments tirés de la fiche 27, 4-6 ans: *«combattre en jouant! tire et oblige ton camarade à franchir la limite! pousse pour franchir la ligne! à 4 pattes, fais descendre ton partenaire du tapis!»*.

Vers 8 ans, le développement des comportements et la mobilisation des habiletés spécifiques au jeu prennent une place plus importante. La fiche

EPS 10-12 ans p. 68, dévolue au rugby, intègre deux rosaces des sens, l'une pour l'attaque, l'autre pour la défense. Ces pistes transmises contribuent à valoriser ce sport construit sur des valeurs fortes – intégrité, respect, discipline, solidarité et collaboration.

Contrairement à d'autres jeux (basket-foot) où la maîtrise du dribble permet souvent d'aller marquer tout seul, l'élève le plus habile aura à tout moment besoin de ses coéquipiers pour progresser vers l'avant. Cette dimension collective renforce les rapports d'entraide, de solidarité et de respect entre les joueurs. Le rugby apprend à l'élève à s'organiser avec l'autre, à accepter le contact et à contrôler ses émotions.

Jean-Pierre Rives, célèbre joueur et commentateur surnommé «Casque d'o», résumait ce sport ainsi:

*«Le rugby permet aux enfants de devenir adultes et aux adultes de rester des enfants.»*

*«Le rugby, c'est l'histoire d'un ballon avec des copains autour et quand il n'y a plus de ballon, il reste des copains.»*

Cette année-ci, les classes de 7-8H de Monthey bénéficieront d'une initiation organisée par l'Association Rugby Valais (ARVS). Au CO Savièse, les professeurs d'éducation physique vont permettre au ballon ovale de débouler ses rebonds capricieux pour le plus grand plaisir des jeunes adolescents. Tout un programme «API» qui procurera, espérons-le, des apprentissages, du plaisir et de l'intensité. Pour aller plus loin, nous vous soumettons quelques idées:

- Exploiter deux dossiers pratiques réalisés par notre collègue Philippe Lüthi pour une progression méthodologique réussie sur: <https://bit.ly/3KGLvfx> <https://bit.ly/3uCTjcn>
- Contacter Gaétan Bruchez, solide défenseur, membre du comité directeur de la SPVal
- S'appuyer sur les solides épaules de l'animation pédagogique
- Compléter le mot croisé sur: <https://bit.ly/3EoXpbz>

*Lionel Saillen, Nathalie Nanchen, Nicolas Galliano et Yannick Pont • [equipe-EPS@hepvs.ch](mailto:equipe-EPS@hepvs.ch)*

## Vélo: cours de formation continue

*«Equilibre, pratiques, mécanique»* autour de la petite reine avec l'enseignant Julien Balmer  
Cours de formation continue:  
**mardi 31 mai 2022 17h30**  
**Pumtrack Grône**  
[www.hepvs.ch](http://www.hepvs.ch)  
<https://bit.ly/38HB9hz>