

Et si le rugby n'était qu'un prétexte...

Le rugby, qui nécessite à la fois les qualités d'adresse, de force, de vitesse, de courage et d'adaptation, a servi de support pédagogique en ces dernières semaines d'année scolaire à l'école maternelle de Laroque-d'Olmes. Une douzaine d'enfants de moyenne section de la classe de M^{me} Labeur ont partagé une expérience originale conduite par Christian Ramos, psychologue, spécialiste en techniques corporelles.

En s'appuyant sur les exigences du rugby, les enfants ont participé sous une forme ludique à des séances de connaissance et de maîtrise de soi. Les jeunes élèves de 4 à 5 ans ont appris à découvrir leur corps, à le connaître à travers la course, la lutte, les jeux d'adresse, l'alternance excitation et retour au calme pour les aider à prendre conscience de leur respiration.

Intégrées à l'apprentissage d'une activité, les séances ont favorisé la construction du schéma corporel, développant la concentration et activant la créativité.



La maternelle de Laroque respire la santé. — Photo « La Dépêche ».

Et même si le rugby n'est qu'un prétexte, on a pu constater que la démarche motive les élèves qui ont progressé à pas de géant. Avancer et lutter font déjà partie intégrante de leur panoplie de rugbymen en herbe. Parfois

même, un soupçon de coopération est apparu.

Chaque séance s'est terminée par une relaxation en position allongée bien méritée qui a permis de s'intéresser cette fois au corps qui se calme, se repose avant de

rejoindre la classe pour une utilisation pédagogique de l'activité.

Mieux se connaître pour apprendre à se maîtriser, quelle chance de pouvoir être sensibilisé à ces pratiques dès 4 ans et demi.