



CLÉS DU SPORT

# Le Rugby



EDITIONS  
LUC PIRE

CLÉS DU **SPORT**

# *Le Rugby*



**EDITIONS**  
**LUC PIRE**

Avec le soutien du Ministère de la Communauté française.

**Le rugby**

par Gilles Goetghebuer, Olivier Beaufays et Anna Muratore / Agence Dumas

Nous tenons à remercier Daniel Roelands, officier de développement  
à la fédération belge de rugby, pour sa relecture attentive.

© Copyright 2004

Texto ASBL – Rue Chauve-Souris 106 – 4000 Liège

RÉALISATION Tournesol Conseil SA – Editions Luc Pire  
editions@lucpire.be – www.lucpire.be

MISE EN PAGES ET COUVERTURE Aplanos

ILLUSTRATIONS Peter Elliott

IMPRIMERIE Chauveheid – Stavelot

ISBN 2-87415-445-8

DÉPÔT LÉGAL D/2004/6840/75

## P R É F A C E

Mon premier souhait, par la publication de ces livrets, est de contribuer à la relance d'une nouvelle dynamique sportive en Communauté française.

Le sport, dans toutes ses composantes, doit aujourd'hui se situer au cœur de la vie sociale.

Parce que ses bienfaits sont nombreux et ses vertus enrichissantes, la pratique quotidienne du sport doit être encouragée.

C'est précisément l'objet de ces ouvrages : mieux faire connaître pour mieux faire pratiquer.

Puissent leur diffusion et leur lecture permettre au plus grand nombre de franchir le premier pas et d'apprécier le plaisir d'une pratique sportive.

Bon sport à tous !

CLAUDE EERDEKENS

*Ministre de la Fonction publique et des Sports  
de la Communauté française*

r u g b y



*Un sport de voyous  
pratiqué par  
des gentlemen*

www.rugby.fr

## I N T R O D U C T I O N

Le rugby est une **discipline** à nulle autre pareille. Imaginez plutôt ! On joue avec un ballon ovale et l'on doit avancer en se faisant des passes vers l'arrière !



Le rugby traîne une réputation de discipline brutale. De fait, il s'agit à la fois d'un sport de balle et de contact, ce qui n'exclut pas coquards et hématomes. En même temps, chaque action de jeu est régie par un ensemble de règles très strictes pour réduire le plus possible le risque de blessures. Au bout du compte, les statistiques d'accidents ne distinguent pas le rugby des autres disciplines à la réputation moins sulfureuse. Comme le football, par exemple. Pendant longtemps, on a



d'ailleurs opposé les deux disciplines. On désignait alors le rugby comme « un sport de voyous pratiqué par des gentlemen » et le foot comme « un sport de gentlemen pratiqué par des voyous ». Aujourd'hui, il est temps de dépasser cette vieille dichotomie. D'abord parce qu'on retrouve ces deux catégories de joueurs – voyous et gentlemen – dans les deux sports (avec, heureusement, une proportion nettement plus élevée de gentlemen) ; ensuite parce que l'on peut trouver des charmes à toutes les disciplines sans avoir nécessairement le besoin de les opposer. Or, de charmes, le rugby ne manque pas. Comme le soulignait l'ancien international français Jean-Pierre Rives : « Le rugby permet aux enfants de jouer comme des grands et aux adultes de redevenir des enfants. » L'écrivain Jean Lacouture voit même, dans le geste de la passe, une façon de partager ses sentiments.

Il décrit joliment « les courses rieuses et le ballon qui vole de cœur en cœur » ! Le rugby se présente effectivement comme l'archétype des sports collectifs. La force de l'équipe repose presque essentiellement sur des notions de solidarité et de partage. Cette communion d'esprit englobe même les adversaires lors des traditionnelles scènes de fraternisation que l'on désigne pudiquement



sous l'expression « troisième mi-temps ». L'ovalie forme ainsi une grande fratrie qui conquiert le monde, notamment la Belgique avec une Fédération belge de rugby (FBRB) qui compte actuellement quelque 5 000 affiliés. Certes, nous sommes encore loin des 200 000 joueurs français et d'un contexte dans lequel le rugby est bien plus populaire. Mais la discipline gagne peu à peu ses lettres de noblesse. Les licenciés sont répartis en cinquante clubs dont sept se trouvent à Bruxelles, vingt-trois en Wallonie, dix-neuf en Flandre et un au Luxembourg.



Les clubs sont regroupés en deux ligues régionales : la VRB (Vlaamse Rugby Bond) et la LBFR (Ligue belge francophone de rugby). Le rugby belge est présent sur la scène internationale dans les matchs de qualifications de la Coupe du monde et dans le championnat de la FIRA-AER (Fédération internationale de rugby amateur–Association européenne de rugby). Au niveau du public aussi, le jeu connaît une popularité croissante. En 1987, 600 000 spectateurs suivirent la première édition de la Coupe du monde et 300 millions de téléspectateurs. Lors de la dernière édition en 2003, ils étaient près de deux millions de spectateurs et quatre milliards de téléspectateurs repartis dans 205 pays.



r u g b y

chapitre



*En souvenir de  
William Webb Ellis*

historique

## HISTORIQUE

À l'origine du rugby, on associe généralement l'exploit fondateur d'un jeune lycéen anglais qui a enfreint les règles d'une partie de **football** en s'emparant de la balle à pleines mains pour la porter dans le camp adverse.



L'histoire véritable du rugby puise au plus profond de notre passé. Tout a vraisemblablement commencé avec les Égyptiens de l'époque pharaonique, à moins que ce ne soit avec les Chinois d'avant Confucius. Ou encore avec les éphèbes grecs. On ne sait pas exactement. Il semble qu'aussi loin que l'on puisse remonter dans le temps, l'homme ait ressenti par moments le besoin de se dégourdir les jambes et de divertir son esprit. Certaines disciplines antiques ressemblent déjà très fort au rugby moderne : l'*Harpastum* par exemple, que l'on jouait à



Rome et ensuite en Gaule par l'intermédiaire des garnisons romaines stationnées à Arles, Orange et Nîmes. Deux équipes s'affrontent sur un vaste terrain rectangulaire avec pour mission de lancer une petite balle de l'autre côté d'une ligne défendue par l'adversaire. Cette balle étant dure, il était hors de question de la jouer au pied. Notons que les participants pouvaient se ceinturer, se jeter au sol, voire s'étrangler, ce qui n'est plus le cas actuellement. Au XI<sup>e</sup> siècle, de nouveaux jeux émergent du haut Moyen Âge, comme la soule qui connaîtra un développement extraordinaire surtout dans l'Ouest de la France : Bretagne et Normandie. En l'occurrence, il s'agit de se disputer une vessie de porc remplie de son pour la ramener sur le parvis de son village. Étymologiquement, le mot « soule » vient du celtique *seaul* ou du latin *sol* – désignant le soleil –, probablement une survivance des rites celtiques de fertilité. Chaque région possède alors ses propres règles, ce qui n'empêche pas la soule d'étendre son règne. En 1066, lorsque Guillaume le Conquérant envahit l'Angleterre, il emmène la petite balle de cuir dans ses bagages. Les Britanniques s'y mettent avec beaucoup d'enthousiasme. Peut-être même trop ! À partir du XIV<sup>e</sup> siècle, on enregistre les premiers édits d'interdiction. La Guerre de Cent Ans éclate en 1337 et les souverains recommandent la pratique d'activités plus

utiles en ces périodes troublées, par exemple, le tir à l'arc. Les jeux de balles survivent néanmoins sous le nom de *fute-ball* puis de football en 1486. Mais, attention, nous sommes encore loin de la discipline telle que nous la connaissons aujourd'hui. Football et rugby furent le fruit d'une lente évolution, contrariée parfois par des décisions de justice ; mais supportées aussi par quelques prises de position visionnaires. En 1618, par exemple, le roi James I<sup>er</sup> d'Angleterre édicte une « Déclaration des sports » où il recommande l'exercice physique plutôt que la fréquentation des tavernes. Pour la première fois dans l'histoire de l'humanité, un souverain pose un acte en faveur d'une activité de loisir. À la Renaissance, le football gagne des adeptes dans toutes les classes sociales. Il trouve même le moyen de s'immiscer dans les nouveaux programmes pédagogiques. Ainsi, au début du XIX<sup>e</sup> siècle, chaque collège anglais possède son propre jeu de balle : Winchester, Oxford, etc. À Eton, par exemple, on joue au *wall-game*, car un mur jouxte le seul terrain disponible. Au collège de Rugby, des parties sont également organisées trois fois par an. Elles sont régies par des règles suffisamment floues pour qu'un beau jour de 1823, un certain William Webb Ellis décide de prendre la balle à la main et de courir vers l'en-but au lieu de se reculer pour la frapper au pied comme c'était l'habitude. On

raconte même qu'en slalomant entre ses adversaires, il serrait si fort le ballon contre sa poitrine que celui-ci en devint ovale ! Tout cela appartient probablement à la légende. Mais peu importe. Le rugby était né. Quelques années plus tard, en 1846, une assemblée solennelle se réunit pour arrêter officiellement les « règles

ON A EU DE LA CHANCE QUE  
LE WILLIAM WEBB ELLIS NE S'EST  
PAS EMPARÉ DE LA BALLE AVEC  
LES DENTS!





du football joué à l'école de Rugby », qui poseront les bases du jeu actuel. La scission fut définitive lorsque les dirigeants des deux sports – football et rugby – renoncèrent à unifier leurs règles. Une partie d'entre eux décida d'adopter les règles d'Eton qui proscrivent l'usage des mains. Ainsi fut créée la « Football Association » lors d'une célèbre réunion dans la Freemason Tavern (Taverne des Francs-maçons) de Londres, le 26 octobre 1863. Les autres, qui ne voulaient pas renoncer à courir ballon en mains ni à pousser en mêlées, finirent par s'organiser eux aussi en fondant la « Rugby Union » en 1871. Le 27 mars de la même année, un premier match international officiel pouvait enfin opposer l'Écosse à l'Angleterre et marquer symboliquement les conquêtes de l'ovale dans le monde. Il faut dire que le sport était déjà populaire en Écosse avec un premier match entre Edinburgh Academy et Merchiston en décembre 1858. L'Irlande s'y était mise également avec la création d'une équipe au Trinity College de Dublin en 1874. Au Pays de Galles, le premier club fut fondé en 1871 par des Anglais venus travailler dans des usines de métallurgie. Bref, le rugby gagna de plus en plus de popularité et devint même une forme d'exutoire à la colère des mineurs, ouvriers métallurgistes et autres dockers. En France, il est arrivé par les villes côtières via les premiers matchs organisés entre

marins anglais. Rapidement, Les Français se prirent au jeu et créèrent de nombreux clubs dans tout le pays. Un phénomène identique se produisit dans l'hémisphère sud. Le jeu importé par les colons britanniques contamina l'Australie, la Nouvelle-

### Le pays plat se fait ovale

La Fédération belge de rugby (FBRB), fondée en 1931, a rejoint la Fédération internationale de rugby (IRB) en mars 1988. Entre ces deux dates, beaucoup d'événements affectèrent le développement du sport. La Seconde Guerre mondiale et l'occupation allemande lui portèrent notamment un coup terrible. Heureusement, les années cinquante allaient marquer une véritable résurrection avec la naissance de nouvelles équipes, sur base notamment de l'engouement suscité par un tournoi international mis sur pied à l'occasion de l'Exposition universelle de 1958. Les joueurs sont de plus en plus nombreux à succomber aux charmes du rugby. Les femmes aussi ! Depuis une petite dizaine d'années, plusieurs équipes se disputent le titre dans le cadre d'un championnat national de dix équipes.

Zélande ou en encore l'Afrique du Sud. En 1883, l'heure est venue des grandes confrontations internationales. On organise le premier tournoi des cinq nations entre les formations européennes emblématiques : Angleterre, Irlande, Pays de Galles, Écosse et France. Curieusement, il faudra attendre beaucoup plus longtemps l'organisation d'une véritable coupe du monde. La première édition sera remportée par la formidable équipe des All Blacks en 1987. On dit d'eux que la couleur noire de leurs maillots vient du fait qu'ils portent le deuil de leurs adversaires. Aujourd'hui, la passion pour le rugby repose en grande partie sur cette opposition de style entre les équipes de l'hémisphère sud et celles venues du nord. Quant à William Webb Ellis, il entra dans les ordres quelques années plus tard et, lorsqu'il mourut à Menton, en 1872, il ne mesurait toujours pas la portée de son geste historique que commémore une plaque de marbre rose apposée au Bigside, le terrain de jeu de l'école de Rugby, sur laquelle on peut lire : « Cette pierre commémore l'exploit de William Webb Ellis, qui, avec un joli mépris pour les règles du football telles qu'elles étaient jouées à son époque, prit le premier la balle dans ses bras et courut avec, ce qui donna naissance à la caractéristique distinctive du jeu de rugby. »



## Le bouclier de Brennus

Le baron Pierre de Coubertin n'est pas seulement l'inventeur des Jeux olympiques de l'ère moderne. Il est aussi le créateur du bouclier de Brennus, le trophée remporté par le vainqueur du championnat de France. Ce bouclier gaulois avait été dessiné par Coubertin en personne et gravé par un certain Charles Brennus, artisan du Marais. Coïncidence, cet homme de l'art portait le même nom qu'un illustre chef gaulois qui s'était emparé de Rome, quatre siècles avant notre ère.

r u g b y

chapitre



*L'ovalie sous  
toutes ses formes*

disciplines

## D I S C I P L I N E S

À **treize** ou à **sept**, sur l'herbe ou sur la plage, le rugby connaît de multiples variantes plus ou moins célèbres.



## Rugby à XIII

Le jeu à XIII n'existe pas en Belgique. En revanche, il est très populaire dans de nombreuses régions du globe où il livre une concurrence acharnée au jeu à XV. Le divorce entre les deux disciplines remonte pratiquement aux origines du rugby à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. À l'époque, la révolution industrielle avait provoqué une concentration de population dans les villes et le *Factory Act* de 1847, qui établissait un congé pour tous les samedis après-midi, favorisa son expansion dans toutes les couches de la société. Les matchs organisés entre les différentes formations à travers tout le pays prirent une ampleur telle qu'on devait réunir les joueurs dès le samedi matin, ce qui leur faisait manquer une demi-journée de salaire. Le foot prit alors la décision de dédommager les siens alors que le rugby demeurait fidèle aux principes de l'amateurisme le plus strict. En apparence, du moins. Car des rumeurs circulaient déjà selon lesquelles le club de Preston-Yorkshire, par exemple, aurait offert de l'argent à un joueur du comité de Cumberland en échange de la promesse de rejoindre ses rangs. Cette petite affaire fit l'objet d'une enquête de la Rugby Union qui prit alors la décision de suspendre le fautif. Petite cause, grands effets. La polémique enfla et l'on assista finalement à la rupture entre le nord et le sud

de l'Angleterre rugbystique. En 1891, le club du Yorkshire proposa effectivement de légitimer l'indemnisation des joueurs pour les heures de travail perdues. L'assemblée générale repoussa cette proposition et, en 1895, vingt-deux clubs dissidents se réunirent à Leeds pour former la Northern Rugby Football Union. Ils ouvrirent ainsi la porte au professionnalisme et, dans la foulée, modifièrent les règles pour rendre leur sport plus spectaculaire. Cela passe par exemple par une diminution du nombre de joueurs de quinze à treize (1906). L'année suivante, une grande tournée est organisée dans l'hémisphère sud : la Nouvelle-Zélande et l'Australie adoptent aussitôt les nouvelles règles et aujourd'hui encore, cette variante du jeu à XV demeure extrêmement populaire. En 1922, la Northern Rugby Football Union change de nom et devient la Rugby Football League, une fédération internationale totalement indépendante de celle du jeu à XV. En réalité, les deux formes de rugby à XV et à XIII sont considérées comme des sports complètement différents. Chaque équipe compte deux avants de moins. Il n'y a pas de touche mais une mêlée à dix mètres lors de la sortie du ballon. Un essai vaut quatre points, un drop un point et un coup de pied de pénalité deux points. Quelques autres nuances par rapport au rugby à quinze aboutissent à une accélération et à



une multiplication des départs à la main pour un jeu souvent plus clair et plus mobile. Total de licenciés de par le monde : environ 300 000.

## Rugby à VII

L'histoire raconte qu'en 1883, un apprenti boucher écossais, Ned Haig, désireux d'améliorer les finances du club de Melrose, proposa une animation pour attirer le public : le short game. Il réduisit le nombre de joueurs à sept dans chaque équipe et réduisit le temps de jeu, ce qui permettait de multiplier les affrontements. Le 28 avril 1883, sept clubs répondent à l'appel



pour le premier tournoi de Melrose. La formule rencontre un immense succès. On recense deux mille spectateurs payants – ce qui sauve le club de la banqueroute. Plus important encore : le rugby à VII vient de voir le jour. La discipline mûrit lentement tout au long du siècle et compte désormais des adeptes dans le monde entier. La première coupe du monde s'est déroulée à Murrayfield, Édimbourg (Écosse) en avril 1993, mettant en lice vingt-quatre nations. L'Angleterre remporte le titre face à l'Australie 21-17. Un match se compose de deux périodes de sept minutes, ou dix pour les finales, chacune séparée par une pause d'une ou deux minutes. Les règles sont essentiellement les mêmes qu'au rugby à XV. Le terrain aussi. L'équipe se constitue de trois avants, trois trois-quarts et d'un demi, et la mêlée se pratique donc à trois contre trois. Le jeu fait moins appel à la puissance du pack qu'à la vitesse d'exécution. Le rugby à VII repose sur deux concepts fondamentaux du jeu de rugby : récupération et conservation du ballon. La réduction du nombre de joueurs sur le terrain, laisse beaucoup d'espace à l'équipe qui conserve la balle, d'où un jeu ouvert et beaucoup de points marqués. Il n'est pas rare de voir des essais se succéder toutes les deux ou trois minutes, voire moins. Quand le ballon est en mouvement dans l'aire de jeu, la stratégie du *sevens* ressemble

un peu à celle du basket ou du handball. L'équipe se déplace sur le terrain en faisant circuler le ballon jusqu'à trouver une faille dans la défense adverse. Celle-ci peut s'organiser homme contre homme ou par zone. Tout cela favorise l'élaboration d'un jeu très subtil qui pourrait un jour recevoir les honneurs d'une consécration dans le programme olympique. On en parle...

## Rugby de plage ou rugbeach

Dans le mouvement des nouveaux sports de nature, un certain nombre de disciplines traditionnelles se sont elles aussi émancipées des pelouses et gymnases. Pour l'instant, le rugbeach reste relativement loin des niveaux de popularité atteints par les autres sports de plage comme le beach volley ou le football de plage. Mais on le pratique néanmoins dans le Sud-Ouest de la France, un endroit où on a coutume de dire que, pour trouver des rugby-men, « il suffit de donner un coup de pied dans un buisson » ! Ainsi le beach rugby est né sur les plages de Biarritz, il y a tout juste une dizaine d'années. Il est sorti



de l'imagination d'un groupe de cinq joueurs qui créèrent le club des Iguanes afin d'organiser le premier tournoi sur le sable. L'organisation a pris de l'ampleur et, en 1994, le maire de Biarritz leur demande d'organiser un tournoi pour la traditionnelle Fête de la Mer. Après avoir baptisé fort logiquement ce nouveau sport *rugbeach* (*beach* signifie plage), ils simplifient les règles du rugby classique sans le dénaturer. On garde des notions fondamentales comme le plaquage, le tenu ou le hors-jeu mais on ajuste les dimensions du terrain (40 x 25 m) et on limite le nombre de joueurs à cinq. Les parties se jouent en deux mi-temps de cinq à sept minutes. Seuls les essais comptent, les poteaux étant simplement là pour des raisons esthétiques. Depuis quelques années, des tournois sont organisés sur la côte belge mais également dans des villes plus centrales comme Bruxelles, Genk, Liège ou Esneux.

Une autre forme de beach rugby, très pratiquée au Brésil notamment, s'inspire pour sa part d'une pratique d'entraînement : le jeu à toucher. Les contacts ne sont pas autorisés. Il n'y a donc plus de mêlées ni de plaquages. Le jeu au pied est aussi interdit, sauf pour l'engagement et les renvois. Après le troisième toucher à deux mains d'un adversaire, le ballon change de camp.

r u g b y

chapitre



**Attention  
le cou !**



## S A N T É

Depuis sa création, les règles du rugby ont été modifiées plusieurs fois dans un souci de sécurité. Le sport conserve cependant une réputation extrêmement **rude** et les spectateurs neutres sont parfois impressionnés par la violence des contacts au plus haut niveau comme en mêlée ou lors des plaquages.



Indéniablement, le rugby est un sport de fonceur. On court, on se cogne, on encaisse, tout cela pour porter le ballon le plus loin possible sur le terrain de l'adversaire. Pas question pour autant de s'affranchir des règles de sécurité. Il faut savoir ne pas aller trop loin et, de ce fait, le rugby réclame un bon équilibre psychologique. Sa pratique favorise d'ailleurs l'épanouissement des enfants, qu'il s'agisse de casse-cous qui apprennent dans ce contexte à canaliser leur trop plein d'énergie, ou de gosses plus timides qui trouvent dans le jeu une belle occasion de sortir de leur réserve. Au plan physique aussi, il apporte énormément en jouant sur une multitude de paramètres tels que la vitesse, la force, l'explosivité, la coordination motrice, etc. Contrairement à une idée reçue, il n'est pas besoin d'être taillé comme une armoire à glace. Selon les postes, on rencontre des morphologies très différentes avec même une place pour des petits joueurs adroits. Pensez à l'Italo-Argentin Diego Dominguez (1,72 m pour 72 kg) qui figure parmi les meilleurs mondiaux au poste de demi d'ouverture. Selon Jean Giraudoux, « l'équipe prévoit sur quinze joueurs, huit forts et actifs, deux légers et rusés, quatre grands et rapides, et le dernier, un modèle de flegme et de sang-froid. » Pour les spécialistes, cette conception de l'équipe paraîtra peut-être un peu figée, mais elle reflète

bien la diversité et la répartition des morphologies et des qualités physiques. À quel âge peut-on commencer le rugby ? La plupart des clubs ouvrent leurs portes à partir de six ans. Garçons et filles sont les bienvenus. Jusqu'à quatorze ans, ils évolueront dans des équipes mixtes. Ensuite, ils se sépareront. Les entraînements sont évidemment adaptés en fonction de l'âge. On privilégie d'abord les aspects ludiques, puis l'apprentissage des techniques et des règles. Celles-ci évoluent d'ailleurs selon les catégories. La mêlée, par exemple. Les tout petits n'en font pas. Elle est introduite à partir de dix ans mais elle se limite à trois joueurs et prohibe la poussée. À douze ans, on joue à six avec un pas de poussée limité au gain du ballon. Enfin, à partir de quinze ans, huit joueurs participent à l'action, mais la poussée reste limitée à 1,50 m. Cette progression permet de s'assurer que les joueurs possèdent les techniques de base avant de se lancer dans une phase de jeu. Chaque mouvement fait d'ailleurs l'objet d'une initiation par une série d'exercices contre ce qu'on appelle le « bélier », une structure métallique renforcée de mousse, sur lequel viennent s'appuyer les avants comme si c'était le pack adverse. Les rudiments du plaquage s'acquièrent eux aussi très progressivement. On apprend à bien maîtriser un geste qui, s'il paraît spectaculaire, n'est pas véritablement dangereux.

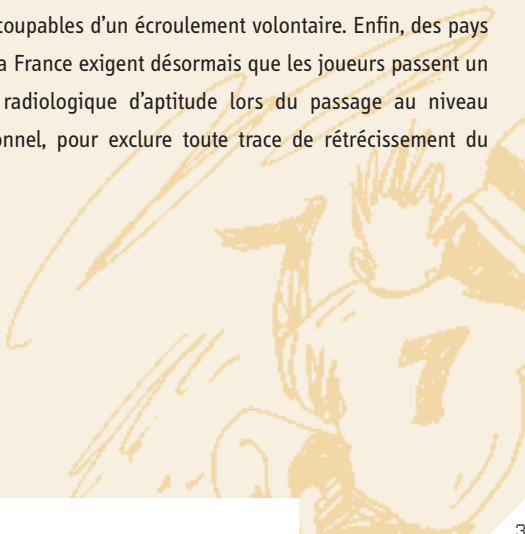


À condition d'être bien exécuté. Au bout du compte, le rugby ne produit aucune pathologie particulière, sauf peut-être une affection qui porte le nom curieux de « canal étroit ». En résumé, il s'agit d'une modification osseuse au niveau la colonne cervicale. Les vertèbres ont tendance à s'épaissir sous l'effet des pressions en mêlée, ce qui peut réduire le diamètre du canal médullaire qui abrite la moelle épinière. Dans les cas gravissimes, il arrive alors qu'à la suite d'un accident – un plaquage raté ou une mêlée



PATHOLOGIE GRAVE!

qui s'effondre, par exemple –, les corps vertébraux viennent blesser le réseau nerveux, entraînant parfois paralysies et décès. Mais pas d'affolement ! D'abord parce que ce processus ne s'enclenche qu'au bout de nombreuses années d'une pratique intensive sans préparation physique et musculaire adéquate. Ensuite parce que toutes les précautions sont prises pour diminuer les risques. Ainsi, la Fédération internationale de rugby interdit désormais les poussées en mêlée lorsque des joueurs formés ne constituent pas la première ligne (par exemple, lors de l'expulsion d'un première ligne). L'arbitre doit également punir les joueurs coupables d'un écroulement volontaire. Enfin, des pays comme la France exigent désormais que les joueurs passent un examen radiologique d'aptitude lors du passage au niveau professionnel, pour exclure toute trace de rétrécissement du canal.



r u g b y

chapitre



*Ils sont fous,  
ces Anglais !*

material

## M A T É R I E L

« Il fallait être anglais pour inventer le rugby. Qui d'autre aurait pu penser à un ballon **ovale** ? » a un jour ironisé Pierre Mac Orlan.



## Terrain

Le jeu se déroule sur un terrain rectangulaire dont la largeur varie entre 66 et 70 m, et la longueur entre 95 et 100 m. Au-delà de cette surface, on pénètre dans l'en-but, lui-même terminé par la ligne de ballon mort. Le terrain se trouve encore divisé transversalement par une série de médianes : ligne des 50 m, ligne de 22 m et lignes des 10 m.

## Ballon

Le rugby ne s'est pas toujours pratiqué avec le ballon actuel. Les premières descriptions semblent dater de 1835. Pourquoi une forme ovoïde ? Pour certains, elle rappellerait l'époque des vessies de porc aux origines du sport. Pour d'autres, elle date au contraire de l'apparition du caoutchouc, un matériau parfaitement malléable, qui permettait cette excentricité. Les concepteurs du ballon auraient alors imaginé un modèle qui se calerait plus facilement sous le bras. Quoi qu'il en soit, ce n'est qu'en 1892 que la forme ovale fut imposée par les instances sportives internationales, et le ballon trouva sa taille définitive en 1931. Désormais, il doit peser 400 g et mesurer de 28 à 30 cm de long. Des modèles plus légers existent aussi pour les enfants. On recommande de le gonfler à une pression d'air qui oscille entre

0,67 et 0,70 kg/cm<sup>3</sup>. Enfin, sachez que le polyuréthane, le cuir synthétique ou encore le polyester stratifié ont désormais remplacé le bon vieux cuir qui, malgré l'application d'huile de morue ou de suif, prenait l'eau et s'alourdissait en cours de partie.

## Maillot

Le numéro doit être bien visible car les maillots des joueurs sont numérotés selon leur poste : arrière (15), trois quarts de gauche à droite (11, 12, 13, 14), demi d'ouverture (10), demi de mêlée (9), troisième ligne (6, 8, 7), deuxième ligne, (4, 5), première ligne (1, 2, 3).

## Chaussures

Elles sont munies de crampons qui peuvent être en aluminium ou en plastique. Circulaires et solidement fixés aux chaussures, ils ne doivent pas dépasser 18 mm de long, le diamètre à la base est de 20 mm, et de 13 mm au sommet.

## Protections

Constituées de matière souple, les protections sont plus ou moins conseillées selon les postes et le niveau de pratique. Grâce aux règles adaptées, les équipes d'âge n'en ont pas besoin.

- protège-tibias n'excédant pas 0,5 cm d'épaisseur, recouverts d'une structure non rigide et portés sous une chaussette ;
- rembourrages des épaules faits de matériau fin (1 cm d'épaisseur) et doux, qui doivent être portés sous les vêtements ;
- pour les femmes seulement, des renforts de poitrine du même type que les rembourrages d'épaules ;
- un protège-dents ;
- un casque fait de matériau fin (1cm d'épaisseur) et souple.

### Le Tournoi des six blasons

Excepté l'Italie qui a rejoint le tournoi sur le tard, les cinq équipes participantes au Tournoi des Six Nations portent un écusson très symbolique. Ainsi les Irlandais ont choisi un trèfle, en souvenir de saint Patrick qui, au V<sup>e</sup> siècle, expliqua la trinité chrétienne à l'aide d'un trèfle. Le chardon illustre le courage et l'ingéniosité des Écossais. Lorsque les Vikings débarquèrent une nuit de l'an 1000 sur l'île pour attaquer sans bruit la forteresse de Stains, ils crurent bon de se déchausser. Mal leur en prit ! Les Écossais avaient garni les douves de chardons. La rose des Anglais rappelle le règne d'Henri III et de son épouse Aliénor de Provence qui introduisit cette fleur à la Cour vers 1225. Le fameux coq français est né, pour sa part, d'un jeu de mots latin. *Gallus* signifiant aussi bien « gaulois » que « coq ». L'animal remplace les emblèmes royaux au moment de la Révolution et s'installe dans l'imagerie populaire. Quant au

## Matériel d'entraînement

Le « bélier » ou « joug » sert à travailler la poussée et le positionnement des joueurs en mêlée. Il fait office d'opposition dont on peut moduler la résistance. Les plaquages sont simulés à l'aide de sacs de plaquage assez volumineux, ou encore grâce à des boucliers de percussions tenus par un coéquipier.

casque orné de plumes d'autruche des Gallois, il n'est autre qu'un trophée ramené de la bataille de Crécy en 1346. Le prince de Galles avait en effet saisi le casque du roi de Bohême venu prêter main forte aux chevaliers français. De leur côté, les équipes de l'hémisphère sud, se distinguent surtout par leurs surnoms. Les joueurs australiens se font appeler les *Wallabies*, du nom d'un petit kangourou australien. Leurs homologues sud-africains sont surnommés les *Springboks* du nom d'une antilope d'Afrique australe. Quant aux Néo-Zélandais, ils se font tout simplement appeler les *All-Blacks*. Est-ce à cause de la couleur de leur équipement ? Pas seulement. Lors d'une tournée en Europe, un journaliste particulièrement impressionné par la qualité de jeu des trois-quarts aurait écrit « They are all backs » (« Ils sont tous arrière »). Le typographe, qui aurait cru à une erreur, corrige et imprime finalement « They are all blacks » (« Ils sont tous noirs »).



r u g b y

chapitre



***En avant  
toutes !***

réviser

## R È G L E S

« **Rugby** et **échecs** ont en commun une complexité et des illogismes, qui, à coup sûr, contribuent à leur charme : être ainsi obligé pour aller en avant, de passer vers l'arrière vaut bien celle du pion qui progresse en avant pour ne prendre qu'en oblique. » Haroun Tazieff, vulcanologue et passionné de rugby.



Une équipe de rugby se compose de quinze joueurs sur le terrain et jusqu'à sept remplaçants sur le banc. L'arbitre est assisté de deux juges de touche et détient bien sûr les pleins pouvoirs sur le déroulement de la partie. Un match se dispute en deux mi-temps de quarante minutes. Auparavant, une pause de cinq minutes déparait ces deux périodes. Cette pause a depuis été rallongée de dix minutes supplémentaires pour permettre la diffusion de spots publicitaires. À la reprise, les équipes changent de côté. L'objectif principal de chaque équipe sera d'aller déposer le ballon dans l'en-but adverse : une phase de jeu appelée « essai ». Pour cela, on peut utiliser ses pieds et ses mains, ce qui permet une infinité de tactiques.

## Marquer des points

Chaque essai rapporte 5 points et donne le droit de tenter une « transformation ». On place alors la balle sur la ligne des 22 m face à l'endroit précis où l'essai a été marqué. C'est pourquoi les joueurs tentent toujours d'aplatir au centre. Il revient alors au buteur de frapper la balle du pied. Si elle passe entre les poteaux, cela rapporte deux points supplémentaires. D'autres coups de pied similaires permettent de gagner trois points : le *drop*, qui s'effectue dans le cours du jeu ou le « coup de pied de pénalité »,

que l'arbitre siffle à l'occasion d'une faute contre l'esprit des règles : gestes dangereux ou considérés comme violents, tricheries, hors-jeu, etc.

## Les différents postes

Une équipe sur le terrain se compose de huit avants ou « bourriques », comme les appelait Roger Couderc, le mythique commentateur de la télévision française. Leur mission essen-

### Le coup du béret

Le rugby est un sport qui fait appel à la force physique et au courage, certes, mais également à l'ingéniosité, surtout quand les règles ne sont pas encore complètement adaptées. Lisez plutôt cette anecdote rapportée à propos d'un joueur de Pau, appelé Paul Lamouret. Lors d'une rencontre contre Biarritz, le Palois se retrouva coincé sur le côté fermé. Alors qu'il feintait une passe à l'ailier, le trois-quarts adverse anticipa l'action et intercepta ce qu'il croyait être le ballon. Mais il se retrouva avec un béret basque dans les mains, laissant Lamouret filer tranquillement vers la ligne d'essai pour déposer le ballon – le vrai ! – derrière la ligne.

tielle consiste à s'emparer du ballon en mêlée, sur les touches ou en toutes autres circonstances pour le transmettre aux arrières. Le cas échéant, ils peuvent également gagner du terrain en forçant le passage des lignes adverses ou en jouant la balle au pied (*dribbling*). Derrière les avants se trouve le demi de mêlée, chargé d'introduire le ballon et de le recueillir à sa sortie. Il peut alors gagner du terrain en expédiant le ballon en touche ou le passer à son compère, le demi d'ouverture. Selon les circonstances, celui-ci choisira à son tour de lancer les trois quarts à l'attaque ou bien de chercher la touche. Demi de mêlée et demi d'ouverture constituent la charnière centrale de l'équipe autour de laquelle s'articule le jeu. Pour cela, ils comptent beaucoup sur les « trois-quarts ». Il s'agit de quatre joueurs rapides et adroits auxquels on demande de porter la balle le plus loin possible dans le camp adverse en multipliant les passes et les feintes de corps pour tromper l'adversaire. Ils sont surnommés les « gazelles », par opposition aux « bourriques » qui leur ont tracé la voie. Leur rôle ne se restreint pas à ces folles envolées. Quand la balle change de main, ils doivent aussi savoir défendre et fermer le chemin des buts à l'adversaire. Ils recevront alors l'appui de l'arrière qui excelle dans l'art du plaquage et du coup de pied pour dégager en touche .

## Les remises en jeu

Les règles du rugby sont un peu alambiquées, surtout en ce qui concerne la mêlée et la touche. Or, ce sont des phases clé dans la partie, des situations où tout peut basculer et le ballon changer de main.

→ la mêlée dite *ordonnée* est sifflée par l'arbitre lors d'un en-avant ou lorsque le ballon ne progresse plus. Elle se compose de huit joueurs dans chaque équipe. Cette confrontation entre les deux paquets d'avants paraît confuse de prime abord, mais est en réalité régie par des règles extrêmement sophistiquées. Que s'y passe-t-il exactement ? Les deux packs forment chacun un bloc, réparti sur deux ou trois rangs et dans lequel les joueurs se tiennent par les épaules. Le ballon est introduit au milieu par le demi de mêlée de l'équipe contre laquelle la faute a été commise. Chaque bloc essaie de faire reculer l'autre pour passer au-dessus du ballon. Le « talonneur » est chargé alors de diriger d'un pied le ballon en arrière vers ses coéquipiers. Il est soutenu de part et d'autre par des « piliers » eux-même poussés par les joueurs en deuxième et troisième lignes. Dans certaines situations de jeu, il arrive que des mêlées s'organisent spontanément. Ces empoignades sont de deux types. On parle de mêlée ouverte quand les adversaires sont en contact et se disputent la possession du

ballon qui est au sol ou de maul quand les joueurs se rassemblent autour du porteur du ballon qui reste debout.

→ la touche se joue également avec les avants qui sont, ici, alignés perpendiculairement à la ligne de touche. Un joueur envoie le ballon par-dessus le rang et, en sautant, s'en empare qui peut. À noter que le joueur qui introduit la balle ne peut évidemment pas orienter le lancé dans un camp plutôt que dans l'autre. En revanche, il choisira un type de lancer et une longueur qui favorisera les siens. Les équipes doivent alors élaborer des stratégies dans le plus grand secret et communiquer en cours de partie par un langage codé.

### Quelques fautes

→ passe en avant : l'une des particularités du rugby est que l'on ne peut envoyer le ballon devant soi que par des coups de pieds. À la main, on ne peut le passer qu'en arrière. Le seul fait de laisser tomber le ballon devant soi constitue une faute. C'est la fameuse règle de l'en-avant. La faute est généralement sanctionnée par une mêlée.

→ en-jeu/hors-jeu : pour s'emparer du ballon, il faut être *en-jeu*, c'est-à-dire placé entre le ballon et son propre but. Un joueur est *hors-jeu* s'il est en avant du ballon quand ce ballon

est joué, en dernier lieu, par un coéquipier. Par exemple, si un joueur a donné vers les buts adverses un coup de pied à suivre, ceux de ses coéquipiers qui se trouvaient en avant de lui doivent attendre que cet équipier soit parvenu à leur hauteur pour avoir le droit de se déplacer. Sans cela, ils sont hors-jeu, une position sanctionnée par un coup de pied de pénalité.

→ la règle du « tenu » au sol : tout joueur porteur de balle, plaqué par un adversaire, doit, dès qu'il est au sol et s'il est tenu, lâcher le ballon. Il ne pourra participer à une nouvelle action que lorsqu'il se sera remis sur ses appuis.

### Au banc d'essai

Au XIX<sup>e</sup> siècle, le rugby et le football n'avaient pas encore complètement coupé le cordon ombilical. Comme au football, le principe essentiel était d'envoyer le ballon entre les poteaux. L'essai voulait alors bien dire ce qu'il voulait dire. Les joueurs devaient d'abord porter le ballon dans l'en-but adverse avant de tenter la transformation. On parlait alors d'« essai transformé ». L'essai simple valait un point au lieu de cinq actuellement alors qu'une transformation en valait deux comme aujourd'hui.



→ interdiction d'immobiliser un joueur adverse qui n'a pas le ballon.

→ arrêt de volée : un joueur défendant dans ses 22 m peut attraper un ballon botté par un adversaire et, s'il crie « Marque », un coup franc lui sera accordé qu'il devra taper lui-même.

→ ballon mort : lorsqu'un défenseur aplatit le ballon dans son en-but, on dit qu'il y a « ballon mort ». Si l'équipe qui défend reçoit le ballon dans l'en-but, elle peut se dégager à partir de la ligne des 22 m. Si elle le fait rentrer elle-même dans l'en but,

il y a alors une mêlée à cinq mètres de la ligne de but avec introduction pour l'équipe attaquante.





## Version femme

Le rugby féminin a mis un temps à s'imposer dans ce milieu viril. Néanmoins, des matchs non officiels ont eu lieu en France dès le début du XX<sup>e</sup> siècle. En 1928, les championnes du Fémina Sport de Paris ne sont que onze, mais le ballon, lui, est bien ovale. En Belgique, où le rugby a été plus tardif, les dames jouent avec des règles adaptées qui sont les mêmes que pour les moins de 19 ans. Un match dure deux fois 35 minutes. Le nombre de joueuses des packs doit obligatoirement être équilibré, la mêlée ne doit pas tourner sur elle-même et l'arbitre limite la poussée à 1,5 mètres.

r u g b y

chapitre




***Reculer pour  
mieux sauter***

**techniques**

## T E C H N I Q U E S

Même si après c'est une autre histoire,  
le rugby n'est pas au départ un sport très  
**contraignant** au plan technique.  
Tant mieux ! On peut rapidement passer  
aux formes jouées qui développeront  
le sens **tactique**  
et l'**engagement**  
**physique**.





ans un premier temps, il faut bien sûr apprivoiser la forme particulière du ballon. Apprendre à le caler contre sa poitrine pour mieux le protéger ; à le contrôler, même lorsqu'il est rendu glissant par la boue ou encore à lui imprimer un effet qui lui permettra de fendre plus facilement l'air. Cela paraît évident. Il est pourtant rare de voir un groupe de débutants traverser le terrain en se passant la balle de mains en mains sans la faire tomber une seule fois par terre. D'autant qu'il faut bien s'accommoder de ce qui fait à la fois la beauté et la difficulté de ce sport : la passe en arrière. Au début, on sera évidemment tenté de l'envoyer loin devant soi. Face à la horde menaçante des adversaires, certains penseront peut-être à battre en retraite. Mais cela ne constitue pas une bonne solution. Non, il faut aller de l'avant. Ne pas reculer, mais au contraire oser défier le camp adverse, déjouer les pièges, accaparer l'attention avant de distiller une passe pour relancer le jeu dans un tout autre sens. Courage et subtilité sont les maîtres mots du rugby – des qualités que l'on se découvre progressivement au fil des confrontations. Bien entendu, tout cela fait aussi l'objet d'un apprentissage. Dans un premier temps, les enfants recevront comme consigne de se passer le ballon dans un espace délimité sans qu'il tombe par terre ou qu'il soit intercepté par l'équipe

adverse. On introduira alors progressivement les contacts. D'abord sur le ballon. On verra alors comment s'y prendre pour le tenir solidement d'un bras et le protéger de l'autre. Il faut également acquérir le réflexe de lâcher la balle lorsqu'on se trouve au sol ou de la passer à ses partenaires sans les mettre en difficulté. Pour accélérer le jeu, l'entraîneur pourra introduire comme consigne de lâcher la balle dans les cinq secondes sous peine de voir l'équipe adverse la récupérer. On introduira également petit à petit la notion de ligne d'essai. Plus question seulement de se faire des passes, il faut avancer, quitte à se faire coincer par les défenseurs adverses qui recevront l'autorisation de bloquer le porteur puis de le plaquer. « Plaquer » signifie entraver la course de l'adversaire en le tenaillant si possible aux chevilles. Au début, les enfants hésitent à se lancer dans une entreprise aussi audacieuse. On commence alors à genoux. Les joueurs se font face. L'un tente de passer sur le côté et l'autre l'intercepte. Ensuite, on passe à la position debout. On apprend à se saisir du porteur du ballon à la taille puis à se laisser glisser jusqu'aux chevilles. Au bout de quelques séances, les craintes ont disparu, et les enfants n'hésitent plus à se lancer au contact de l'autre. Même dans les pieds !

r u g b y

chapitre



*Les mots  
justes*

le mot juste

## LEXIQUE

De même qu'il a son univers, le rugby possède son **vocabulaire** et ses expressions.





**Aplatir** : Le joueur fait toucher le ballon au sol dans l'en-but adverse avec ses mains ou son buste.

**Arrières** : Tous les joueurs qui ne composent pas la mêlée, c'est-à-dire le demi de mêlée, le demi d'ouverture, les quatre trois-quarts et l'arrière.

**Avants** : Les huit joueurs qui participent aux mêlées, les trois premières lignes (deux piliers et un talonneur), les deux deuxième lignes et les trois troisième lignes.

**Ballon mort** : On dit que le ballon est mort lorsqu'il sort des limites du jeu sur les côtés de l'en-but ou derrière (ligne de ballon mort) ou encore si un joueur l'aplatit dans son propre camp. Il y a alors une remise en jeu ordonnée par l'arbitre.



**Botter** : Donner un coup de pied dans le ballon.

**Buts ou transformation** : Le ballon passe entre les poteaux. Cette phase de jeu intervient après un essai qu'on qualifie de transformé si le but est réussi (deux points) ou suite à une pénalité (trois points).

**Dribbling** : Avancer en mêlée en poussant le ballon au pied.

**Drop** : Là encore, il s'agit de faire passer la balle entre les poteaux, mais cela se passe dans le cours du jeu. L'action vaut trois points.

**En-avant** : Quand un joueur porteur du ballon le lance ou le passe à la main en direction des buts adverses.

**En-but** : Zone du terrain qui se trouve derrière la ligne de but. Aussi appelé « terre promise » dans le jargon de l'ovalie.

**Essai** : Action d'aplatir le ballon dans l'en-but adverse avec les mains, les bras ou le buste, et qui rapporte cinq points.

**Maul** : Regroupement d'un ou plusieurs joueurs de chaque équipe entourant un joueur debout porteur du ballon.

**Mêlée ordonnée** : Elle est sifflée par l'arbitre, elle se fait obligatoirement à huit et chaque joueur a un rôle et une place bien précise.

**Mêlée ouverte ou spontanée** : C'est un regroupement d'un ou plusieurs joueurs de chaque équipe entourant le ballon au sol.

**Pack** : Ensemble des huit avants qui composent la mêlée.

**Pénalité** : Intervient après une faute sifflée par l'arbitre. Elle vaut trois points lorsqu'elle est transformée en but mais elle peut aussi être déga-gée en touche pour gagner du terrain ou être jouée à la main.

**Piliers** : Les deux avants de première ligne qui sont aux extrémités de la mêlée. Leur rôle est de soutenir le talonneur.

**Plaquage** : Action de faire tomber le porteur du ballon en l'attrapant aux jambes ou au torse.



**Talonneur** : Avant de première ligne qui se positionne au milieu, entre les deux piliers. Il devra pousser le ballon du pied en arrière de la mêlée afin qu'il soit récupéré par ses coéquipiers.

**Tenu** : Il y a tenu quand un joueur porteur du ballon est saisi par un ou plusieurs adversaires. Quand il est ainsi immobilisé au sol, il doit obligatoirement lâcher le ballon sans le jouer.



**Fédération belge de rugby**

Avenue de Marathon 135b, bte 5 / 1020 Bruxelles

☎ 02 479 93 32 / ✉ fbrb@rugby.be

🌐 www.rugby.be

**Ligue belge francophone de rugby**

Avenue de Marathon 135c / 1020 Bruxelles

☎ 02 478 71 77 / ✉ lbfr01@infonie.be

**Vlaamse rugby bond**

Boomgaardstraat 22 bus 20 / 2600 Antwerpen

☎ 03 286 07 52 / ✉ VRB@online.be

🌐 www.vlaamse-rugby-bond.be

**Fédération Française de Rugby**

rue de Liège 9 / 75009 Paris

☎ 33 (01)53 21 15 15 / ✉ fcasellato@ffr.fr

🌐 http://www.ffr.fr

**Fédération Française du Rugby à XIII**

Rue de l'Echiquier 30 / 75010 Paris

☎ 33 (0)1 48 00 92 56 / ✉ ffrxiii@aol.com

**ADEPS**

L'administration de l'éducation physique et des sports est compétente pour tout ce qui touche au sport en Communauté française : formation d'entraîneurs, centres sportifs, stages, etc.

### **ADEPS**

Bd Léopold II 44 / 1080 Bruxelles

☎ 02 413 25 00

📄 [www.adeps.be](http://www.adeps.be)

### **BLOSO** (Homologue néerlandophone de l'ADEPS)

Zandstraat 3 / 1000 Brussel

☎ 02 209 45 11

📄 [www.bloso.be](http://www.bloso.be)

### **AISF (Association interfédérale du sport francophone)**

Cette association de coordination des fédérations sportives francophones, reconnue par la Communauté française, s'est donné en partie comme mission d'offrir des réponses concrètes et adaptées aux multiples questions des sportifs, de leurs parents et de tous les acteurs du monde sportif.

Quai de Rome 53 / 4000 Liège

☎ 04 344 46 06 / ✉ [gus@aisf.be](mailto:gus@aisf.be)

📄 [www.infosport.be](http://www.infosport.be)



r u g b y





## CLÉS DU **SPORT**

La collection **Les Clés du Sport** souligne la richesse et la diversité de l'offre sportive en Belgique. Il existe en effet des dizaines de fédérations et des centaines de disciplines pour permettre à chacun de trouver son épanouissement par le sport. Proposés en collaboration avec le Ministère de la Culture, de la Jeunesse et des Sports, ces ouvrages constituent un premier pas sur le chemin de leur découverte et proposent, pour chaque discipline, les informations de base sur l'histoire, le matériel, les règlements, etc.

Une démarche résolument pratique et divertissante qui donne une envie irrésistible de chausser ses baskets!



