

2 | 2024



## Sommaire

Principe du jeu	2
Principaux thèmes et objectifs d'apprentissage	4
<b>Bonnes pratiques</b>	
Grands jeux	5
Petits jeux	8
Jeux d'estafettes	11
Réflexions pédagogiques	14
Indications	16

## Catégories

**Tranche d'âge:** 16-20 ans

**Degré scolaire:** secondaire II

**Niveaux de progression:** débutants, avancés et chevronnés

**Niveaux d'apprentissage:** acquérir, appliquer et créer

# Travail d'équipe gagnant

Les jeux d'équipe peuvent se révéler un précieux moyen d'apprentissage sur le plan social et émotionnel dans les leçons d'éducation physique à l'école professionnelle. Le présent dossier présente un mode de jeu des plus intéressants qui s'inspire d'un célèbre jeu télévisé allemand «Schlag den Star» (Star à battre) adapté pour la circonstance. Les formes de jeux ou de compétitions attrayantes permettent non seulement de développer les capacités sportives des élèves, mais encore d'améliorer leurs compétences transversales auxquelles nous nous devons d'accorder une attention toute particulière.

Le présent dossier est le fruit de la réflexion suivante: adapter un jeu télévisé à l'enseignement de l'éducation physique – dans la formation professionnelle notamment – de manière que les élèves aient du plaisir et disposent d'un vaste terrain de jeu leur permettant de progresser sur le plan physique comme personnel (voir [pp. 2-3](#)). Il présente une sélection de jeux d'équipe bien pensés qui sont le résultat d'un subtil mélange de forme de jeu et de compétition. Il en résulte une dynamique et un climat d'apprentissage qui se veulent également favorables à l'élargissement des compétences sociales et personnelles (voir [p. 4](#)).

Les jeux choisis consistent en grands jeux, petits jeux ou formes d'estafettes et combinent des tâches rapides, difficiles et attrayantes. Les équipes, qui se forment et se déforment au fil des jeux, amènent les élèves à relever des défis, à exploiter plus précisément leurs capacités et à définir en équipe des stratégies de jeu. Les jeux et les compétitions sont ainsi l'occasion pour eux de tester différentes tactiques, de les décortiquer et d'en débattre.

## Des compétences variées requises

Les jeux d'équipe requièrent, outre des compétences disciplinaires, des compétences sociales, personnelles et méthodologiques. En effet, la capacité à évoluer en équipe s'impose pour gagner. Ainsi faut-il non seulement coopérer et collaborer avec les autres, mais encore savoir communiquer – notamment s'exprimer clairement – et écouter. Atteindre les objectifs communs ne s'entend pas sans connaître les points forts de ses coéquipiers et les exploiter à bon escient. Il va sans dire qu'une approche positive des jeux, l'envie de participer à une activité de groupe, ainsi qu'une certaine flexibilité et disponibilité à assumer différents rôles sont également de rigueur.

Un tel éclectisme permet de s'adapter sans cesse aux nouvelles exigences et de contribuer à la réussite de l'équipe. Les jeux d'équipe offrent ainsi, dans le cadre de l'enseignement de l'éducation physique dans la formation professionnelle, une expérience globale qui va au-delà des capacités sportives et accompagne les élèves dans leur développement tant personnel que social.



# Principe du jeu

«Schlag den Star» (Star à battre) est un célèbre jeu télévisé allemand dans lequel s'affrontent deux personnes connues au travers de jeux et de défis. Les compétitions peuvent être de nature sportive, intellectuelle ou basées sur l'adresse. L'objectif consiste alors à remporter le plus de jeux et de défis pour devenir la nouvelle «star». Cette émission-jeu se prête idéalement à l'enseignement de l'éducation physique.

La diversité des jeux et les défis inattendus qui rythment l'émission la rendent d'autant plus captivante et divertissante. Les participants y sont amenés à rivaliser d'adresse, à adopter le comportement tactique adéquat et à exploiter leurs nombreuses capacités motrices. L'adaptation de la version télévisée à la leçon d'éducation physique implique parfois quelques ajustements.

## Déroulement

- Remplacer les joueurs par deux (trois ou quatre) équipes qui s'affrontent dans le cadre de compétitions (jeux et défis).
- Redéfinir les équipes avant chaque compétition pour ouvrir de nouvelles perspectives.
- Offrir la possibilité aux élèves de marquer des points individuellement au fil des compétitions pour permettre à la fin de la leçon à chacun-e de devenir la nouvelle «star».
- Garder le système de points du jeu télévisé original: gagner le 1<sup>er</sup> match = 1 point, gagner le 2<sup>e</sup> match = 2 points, etc.

## Préparation

- Établir une liste de jeux ou de défis tirés de la pratique (env. cinq à sept jeux d'équipe pour une leçon double, y compris structure, explications et analyse).
- Demander aux élèves d'écrire leur nom sur un tableau (tableau de conférence ou tableau blanc) sur lequel seront ensuite notés leurs points.
- Déterminer la méthode utilisée pour constituer les équipes, préparer le matériel et les ressources nécessaires en fonction des objectifs d'apprentissage.

## Sélection des jeux/défis

Liste des points à prendre en considération:

- Capacités, aptitudes et besoins divers de la classe ainsi que des élèves eux-mêmes
- Augmentation progressive de l'intensité (rythme) et utilisation judicieuse du matériel
- Exigences variées et multiples
- Durée des divers jeux
- Compétences concernées
- Possibilité d'adaptation et d'évolution des jeux présentés
- Intégration possible de ses propres jeux et d'autres jeux

## Réalisation

- Changer les équipes avant chaque jeu (p. ex. utiliser des cartes de jass pour les composer).
- Expliquer l'objectif et les règles du jeu de manière brève et concise.
- Laisser, à chaque fois, assez de temps aux équipes pour discuter des stratégies et définir des tactiques (à discuter préalablement de la possibilité de s'entraîner ou non).
- Les équipes s'affrontent dans le cadre des jeux et des défis définis.
- Additionner les points au fil des compétitions et noter, à chaque fois, les points obtenus par chaque élève sur le tableau.
- L'élève avec le plus de points remporte la compétition. Il ou elle devient alors la nouvelle «star».

Tobias Graf explique les raisons pour lesquelles l'émission télévisée «Schlag den Star» est un format de jeu précieux et passionnant pour les cours d'éducation physique.

 [Vers la vidéo](#)

### Bonnes pratiques

Les jeux et les défis de la partie «Bonnes pratiques» du dossier (voir [pp. 5-15](#)) ont déjà fait leurs preuves dans le cadre de l'enseignement de l'éducation physique dans les écoles professionnelles et revêtent un intérêt majeur pour notre thématique. Les jeux sont présentés brièvement avec leurs règles et les informations essentielles concernant les variantes, l'intensité et le matériel. Ils sont divisés en grands et en petits jeux ainsi qu'en jeux d'estafettes. Tous s'articulent autour des différentes compétences requises par le travail d'équipe, comme la communication, la coopération et la collaboration ainsi que la pensée créative (tactique) ou la capacité à résoudre des problèmes.

## Réflexion et conclusion

Une réflexion s'impose à la fin de tous les défis ou après un jeu, si nécessaire. Les élèves sont alors invités à partager leurs expériences et leurs idées: qu'ont-ils retiré des diverses activités? Quelle tactique ont-ils adoptée? Et quelles difficultés ont-ils dû surmonter?

La réflexion en question peut également porter sur les rôles joués, le comportement d'équipe ainsi que les points forts et les points faibles de l'équipe. Il importe toutefois de toujours veiller à ce qu'elle se déroule dans une atmosphère neutre propice aux échanges, à la discussion et aux feed-back constructifs. Les élèves pourront ensuite reprendre les conclusions tirées de cette réflexion dans leur vie professionnelle.

## Adaptations possibles

Les méthodes utilisées pour constituer les équipes peuvent changer en fonction des besoins comme des prédispositions des élèves. Toutefois, il est aussi possible de garder les mêmes équipes pendant toute la leçon pour mieux observer l'évolution des comportements au sein même de l'équipe. L'équipe qui aura marqué le plus de points deviendra alors la nouvelle «star». Nombre de jeux sont également envisageables avec trois ou quatre équipes.

Si le choix des jeux peut répondre à l'envie de mettre un sport en évidence (p. ex. le football), il peut aussi s'expliquer par le souci de simplifier l'organisation (p. ex. l'utilisation du matériel). Sans compter qu'envisager, sous un autre aspect, une multitude de tâches différentes avec le même matériel peut aussi être une approche intéressante.

Le système de points peut lui aussi varier: il peut être adapté à la difficulté des tâches (p. ex. jeu facile = 1 point, plus ou moins facile = 2 points, difficile = 3 points) ou correspondre à un classement (1<sup>re</sup> place = 3 points, 2<sup>e</sup> place = 2 points, 3<sup>e</sup> place = 3 points). Il est également possible, dans les tâches d'équipe, d'attribuer un rôle aux élèves, qui tenteront alors de s'en acquitter le plus consciencieusement possible.

## Particularités

- Joker: chaque équipe peut recourir une fois pendant les jeux à un joker pour doubler les points d'un défi particulier.
- Tour surprise: chaque équipe peut confier une tâche particulière sous la forme d'une compétition à l'autre équipe.
- Marché des transferts: chaque équipe peut débaucher un membre de l'autre équipe avant un jeu en particulier.
- Concert à la demande: quand un-e élève tire une certaine carte, il ou elle peut choisir son équipe poussant ainsi un joueur ou une joueuse de cette équipe vers la sortie.

## Répéter ou varier, une ou plusieurs fois

Nombreuses sont les possibilités de reprendre le jeu télévisé dans le cadre de l'enseignement de l'éducation physique dans les écoles professionnelles. Proposé dans le cadre d'une (double) leçon unique, il constituera une activité ludique à caractère exceptionnel. Organisé plusieurs fois par année, il pourra soit rester identique pour permettre aux élèves d'engranger de l'expérience et aux enseignants de gagner du temps (les exercices ne devant pas être réexpliqués chaque fois), soit changer pour susciter l'intérêt des participants tout en poursuivant toujours le même objectif.

## Conseils pratiques

Les propositions de jeux ci-dessous répondent aux critères mentionnés et ont fait leurs preuves dans la pratique (double leçon) :

### 1<sup>re</sup> partie

[Estafette memory](#)

[Tennis de table géant](#)

[Luge](#)

[Construire une tour](#)

### Pause boisson

### 2<sup>e</sup> partie

[Chasse à l'œuf](#)

[Balle assise garde du corps](#)

[Football au banc](#)

**Organisation:** Avant le début du cours, le matériel pour le jeu «Tennis de table géant» est installé au centre de la salle, deux piquets sont placés pour la luge, les cartes de jass sont étalées sur un caisson, les gobelets sont posés sur le sol et le reste du matériel est préparé. Pendant la pause boisson, un œuf est caché, la salle est rangée et les deux bancs suédois sont disposés pour le jeu «Football au banc».

# Principaux thèmes et objectifs d'apprentissage

Le format de jeu «Travail d'équipe gagnant» permet d'envisager différents objectifs d'apprentissage dans le cadre des cours d'éducation physique dans les écoles professionnelles. Les tâches à résoudre et les multiples interactions qui se présentent pendant les différentes phases de la leçon (planification, réalisation et réflexion) sont ainsi l'occasion d'apprendre à (mieux) se connaître et à (mieux) connaître son équipe. Le jeu offre, en outre, la possibilité de définir des objectifs pédagogiques pour les quatre compétences dans l'enseignement de l'éducation physique dans la formation professionnelle.

Il est possible, dans la situation de tension que peut représenter le jeu comme la compétition (voir p. 14), de reprendre les objectifs d'apprentissage des deux champs d'action Jeu et Compétition selon le [plan d'études cadre pour l'enseignement de l'éducation physique dans la formation professionnelle](#).

**Jeu – Jouer et découvrir les enjeux:** Les élèves appréhendent le jeu comme une activité autonome et stimulante. Ils en comprennent les règles et les appliquent sciemment. Ils sont encouragés à développer leurs compétences sociales et plus précisément le fair-play, la capacité de formuler un jugement selon des critères moraux, l'aptitude à résoudre un conflit et la capacité à évoluer en équipe, apprenant ainsi à se montrer respectueux, à susciter la confiance et à pouvoir s'appuyer les uns sur les autres.

**Compétition – Accomplir une performance et se mesurer aux autres:** Les élèves découvrent dans la compétition l'enjeu de la comparaison des performances. Ils mobilisent leurs capacités en vue d'obtenir des résultats, parvenant ainsi à s'évaluer de manière réaliste. Le respect des élèves moins performants et la tolérance à l'égard de celles et ceux n'ayant pas le même niveau jouent ici un rôle prépondérant.

## Objectifs d'apprentissage concrets pour les quatre compétences dans l'enseignement de l'éducation physique dans la formation professionnelle

### Compétences disciplinaires

- Connaître différents jeux, leurs règles et principes.
- Comprendre en quoi consiste une approche tactique simple.
- Mettre en œuvre une approche tactique et orienter ses actions en fonction de la perspective de réussite.
- Comparer différentes facettes de sa capacité de performance dans les formes de jeu et de compétition.

### Compétences personnelles

- Évaluer de manière réaliste ses capacités de jeu et de performance.
- Accepter et gérer la victoire comme la défaite.
- Respecter les règles et se dénoncer soi-même lorsqu'on les enfreint.
- Identifier et saisir les occasions de jouer.
- Faire des efforts pour réaliser des performances et s'investir pleinement dans la compétition.
- Considérer que participer est tout aussi important que gagner.

### Compétences sociales

- Accepter les décisions de l'équipe et des arbitres.
- Laisser tout le monde participer au jeu, respecter les niveaux de performance de chacun-e.
- Signaler mutuellement les infractions aux règles.
- Encourager les coéquipiers, se donner mutuellement des conseils pour améliorer ses performances.
- Se montrer tolérant-e envers les joueurs qui n'ont pas les mêmes idées et les mêmes capacités.
- Identifier ses points forts et ceux des autres, les exploiter pour se comparer aux autres groupes.
- Convenir de tactiques communes dans les compétitions collectives.
- Accepter les erreurs et les échecs au sein du groupe de compétition.

### Compétences méthodologiques

- Identifier des accès spécifiques à différents jeux.
- Privilégier la recherche de solutions en cas de conflits.
- Choisir, en vue de la comparaison des performances, le type de pratique susceptible de convenir le mieux à soi et pouvoir l'analyser.
- Se fixer des objectifs et pouvoir vérifier s'ils sont atteints.

# Bonnes pratiques – Grands jeux

Les grands jeux s'inspirent des sports d'équipe connus tels que le football, le unihockey ou le tennis de table et se jouent toujours à deux équipes.

## Football au banc

Deux équipes jouent au football. Placer un banc à chaque extrémité de la salle et demander à une personne de chaque équipe de se mettre debout sur le banc côté adverse. Objectif: passer le ballon au coéquipier ou à la coéquipière sur le banc. Si il ou elle l'attrape, l'auteur-e de la passe le ou la rejoint sur le banc. A gagné l'équipe dont tous les joueurs se retrouvent en premier sur le banc.

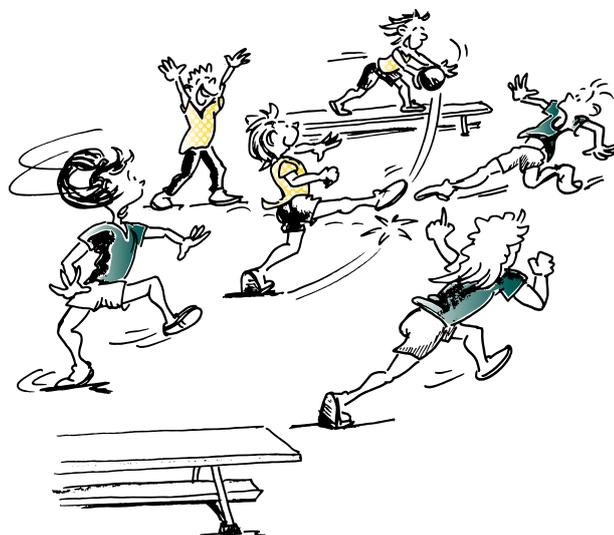
### Règles

- Les joueurs de champ n'ont pas le droit de toucher le ballon avec les mains.
- A l'exception des joueurs sur le banc, il est interdit de toucher le banc ou de sauter par-dessus.
- Les joueurs sur le banc n'ont pas le droit d'en descendre.

### Variantes

- Faire des passes à ras de terre.
- Jouer au handball (ballon de handball, règles officielles du handball, évent. dribble).

**Matériel:** 2 bancs, 1 ballon de football, sautoirs



**Compétences:** coopération, communication

**Intensité:** moyenne à élevée

**Durée:** 10-15 minutes

## Football de table

Deux équipes s'affrontent sur un terrain divisé en trois zones minimum (dépend du nombre de joueurs). Avant de commencer, les équipes se concertent pour déterminer quels joueurs jouent dans quelles zones. Le jeu est basé sur le principe du babyfoot (= les joueurs n'ont pas le droit de quitter leur zone).

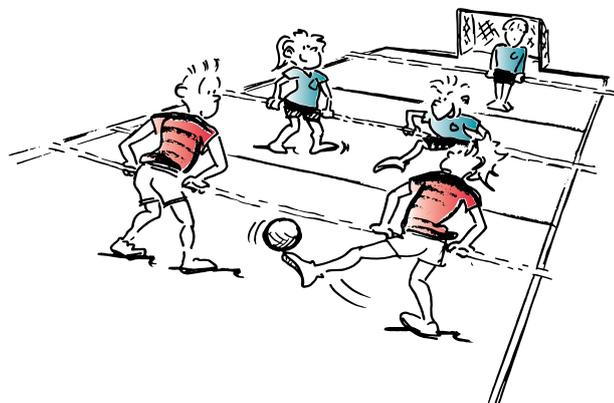
### Règles

- Les joueurs n'ont pas le droit de changer de zones pendant le jeu.
- Ils appliquent les règles officielles du football.

### Variantes

- Former des blocs (comme en hockey) ou rajouter des zones s'il y a trop de joueurs.
- Jouer avec un ballon de futsal: vu qu'elle rebondit moins, elle aura plus de difficulté à franchir les zones.
- Jouer sans gardien avec des buts plus petits.

**Matériel:** 2 buts ou tapis, 1 ballon de football, sautoirs



**Compétences:** coopération, communication

**Intensité:** moyenne

**Durée:** 10 minutes

## Tennis de table en équipe

Deux équipes s'affrontent de part et d'autre d'une table de tennis de table (les joueurs sont les uns derrière les autres). Elles ne disposent chacune que d'une seule raquette. Chaque joueur ou joueuse frappe alors la balle une fois puis passe la raquette au suivant/à la suivante. A gagné l'équipe qui arrive en premier à 11 points.

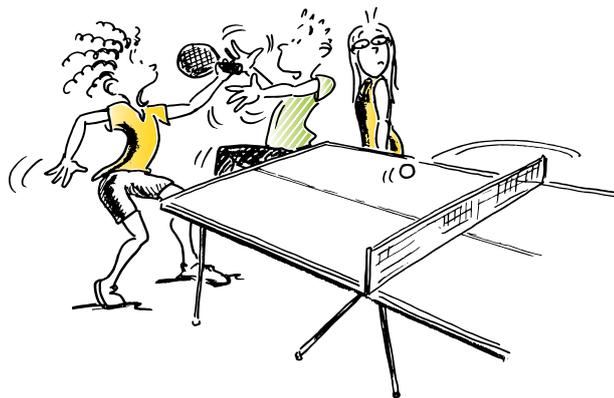
### Règles

- L'équipe qui marque le point sert ensuite.
- L'ordre de passage doit être respecté. Tout le monde doit jouer.

### Variantes

- Obliger trois joueurs de l'équipe adverse (les nommer) à jouer de leur mauvaise main.
- Jouer au badminton ou avec des balles soft.

**Matériel:** 1 table de tennis de table, 2 raquettes de tennis de table, sautoirs



**Compétences:** collaboration, tactique

**Intensité:** faible

**Durée:** 5-10 minutes

## Unihockey à la corde

Deux équipes jouent au unihockey, chaque joueuse ou joueur tenant une corde. Distribuer trois ou quatre cordes de longueur différente à chaque équipe.

### Règles

- La corde doit être tenue par tous à tout moment. Les joueurs qui lâchent la corde doivent demander une interruption de jeu jusqu'à ce que tout le monde tienne de nouveau la corde.
- Il n'y a pas de gardien.
- La corde doit être tenue, pas attachée.
- La durée de la partie est définie.

### Variantes

- Distribuer plus ou moins de cordes en fonction du nombre de joueurs dans l'équipe.
- Nommer un gardien par équipe.
- Jouer avec deux balles et/ou quatre buts si les équipes sont très grandes (intensité plus élevée).
- Jouer au football, au handball, au basketball.

**Matériel:** 6-8 cordes, 2 buts de unihockey, 1 balle de unihockey, sautoirs



**Compétences:** communication, collaboration, tactique

**Intensité:** élevée

**Durée:** 10 minutes

## Traversée dangereuse

Deux équipes, chacune en possession d'une balle, occupent chacune une moitié de terrain. Une personne de chaque équipe se trouve dans le camp opposé (intrus). L'équipe adverse doit la viser avec la balle le plus vite possible. Si la personne est touchée, elle retourne dans son camp et un coéquipier ou une coéquipière prend sa place. Le jeu se poursuit jusqu'à ce que toutes les personnes de l'équipe aient été touchées. A gagné l'équipe qui parvient à toucher en premier toutes les personnes de l'équipe adverse.

### Règles

- L'«intrus» n'a pas le droit de toucher la balle, de l'attraper ou de la botter du pied.
- Les équipes appliquent les règles officielles de la balle assise (ne pas courir avec la balle, etc.).
- Si la balle tombe dans le camp adverse, l'équipe doit elle-même aller la chercher (l'équipe adverse n'a pas le droit d'y toucher).

### Variantes

- Avec plusieurs «intrus» simultanément.
- Toucher, au lieu de viser, l'adversaire avec la balle (plus difficile).
- Avec des footballeurs: garder la balle dans son propre camp. Le joueur/La joueuse de l'équipe adverse tente alors de défendre/d'attaquer le ballon. Inverser les rôles lorsque la balle est touchée.
- Jouer avec deux balles pour accélérer le jeu.

**Matériel:** 2 balles, sautoirs



**Compétences:** coopération, collaboration, communication

**Intensité:** moyenne

**Durée:** 10 minutes

## Tête sur le tapis

Deux équipes s'affrontent. Deux tapis sont placés à chaque extrémité de la salle. Objectif: traverser la salle en se faisant des passes avec les mains (ballon de football ou de volleyball) et conclure par une tête sur le tapis.

### Règles

- Il est interdit de courir avec la balle dans la main.
- L'équipe en défense peut uniquement monter ou sauter sur le tapis lorsque la balle a été jouée de la tête.
- Les équipes peuvent jouer sur les deux tapis.
- La durée de la partie est définie.

### Variantes

- Jouer avec une autre balle (plus molle).
- Passer avec le pied et non avec les mains.

**Matériel:** 2 gros tapis, 1 balle, sautoirs



**Compétences:** communication, coopération, collaboration

**Intensité:** élevée

**Durée:** 10 minutes

# Bonnes pratiques – Petits jeux

Les petits jeux représentent des variantes de balle assise ou d'autres petites tâches ludiques pouvant pour certaines être résolues par plusieurs équipes en même temps.

## Tennis de table géant

Deux équipes tournent autour d'une «table» de tennis de table géante constituée de gros tapis et de caissons en guise de filet. Le jeu se joue avec une balle de gymnastique. Qui commet une faute est éliminé. A gagné l'équipe qui compte le dernier ou la dernière «survivant-e».

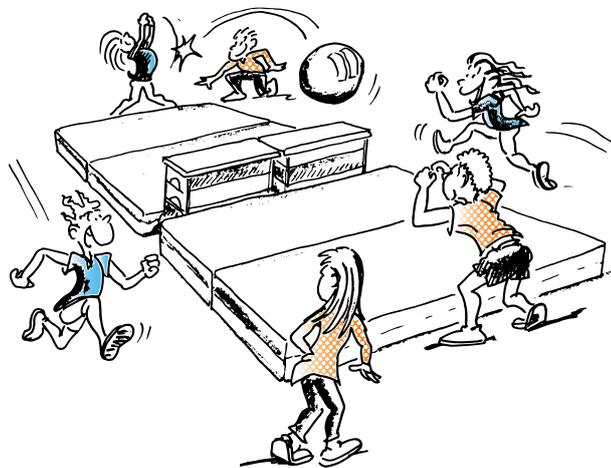
### Règles

- Le service se fait à deux mains par le bas; la balle doit atterrir entièrement sur le tapis opposé (en équilibre sur le bord = faute).
- La balle ne peut être touchée qu'une fois et ne peut pas être jouée en volée.
- Il est permis de toucher le terrain (tapis) ou de grimper dessus.

### Variantes

- Jouer avec toutes les parties du corps.
- Jouer la balle en volée.
- Toucher la balle deux fois.

**Matériel:** 4 gros tapis, 2 caissons, 1 ballon de gymnastique, sautoirs



**Compétences:** dynamique de groupe, tactique, coopération

**Intensité:** faible

**Durée:** 10 minutes

## Shoot out

Les deux équipes forment une seule colonne – avec alternance des joueurs – à environ 3 m du panier. Les deux premiers joueurs de chaque équipe ont un ballon et tirent l'un après l'autre au panier (aller ensuite chercher le ballon). Les joueurs tirent jusqu'à ce qu'ils marquent. Si le second ou la seconde marque en premier, l'autre est éliminé-e. Après un panier, le ballon est passé au joueur ou à la joueuse suivant-e. A gagné l'équipe qui compte le dernier ou la dernière «survivant-e».

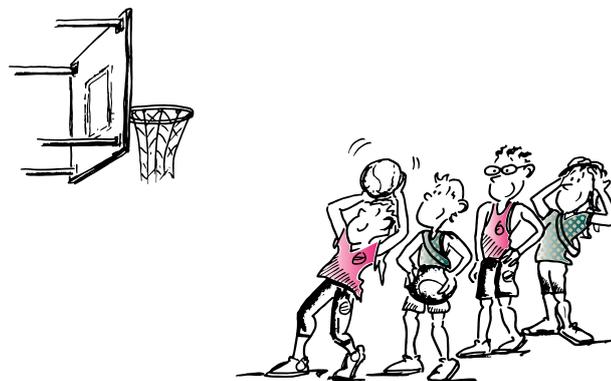
### Règles

- L'ordre de passage des joueurs doit rester le même jusqu'à la fin (il est fort possible que des joueurs de la même équipe se suivent au fur et à mesure du jeu).
- Le premier tir est effectué depuis une marque; les suivants peuvent être effectués depuis n'importe où.

### Variantes

- Jouer la balle depuis l'endroit où la balle a été rattrapée.
- Lancer la balle uniquement par le bas.

**Matériel:** 1 panier de basketball, 2 ballons de basketball, sautoirs



**Compétences:** coopération, communication

**Intensité:** faible

**Durée:** 5-10 minutes

## Construire une tour

Chaque équipe reçoit le même nombre de gobelets à empiler et dispose de trois minutes pour construire une tour. A gagné l'équipe qui a réussi à construire la plus haute tour à la fin du temps imparti.

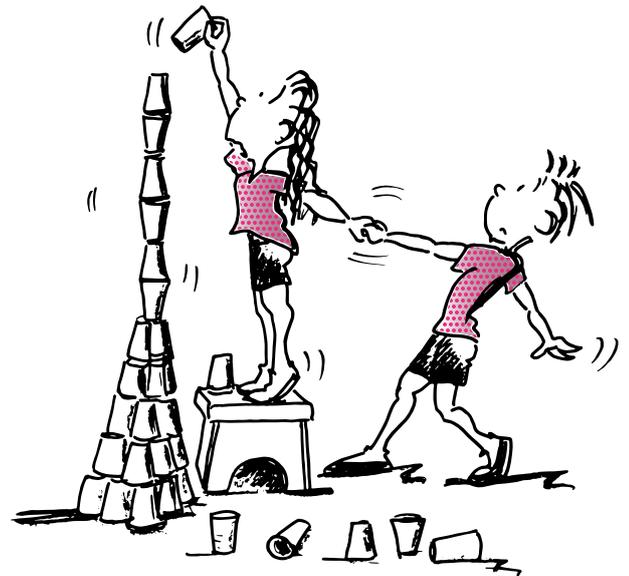
### Règles

- La tour ne peut être ni tenue ni posée contre un mur ou dans un coin.
- Les moyens auxiliaires (p. ex. caisson) sont autorisés à partir d'une certaine hauteur.

### Variantes

- Construire une tour avec des chapeaux ou d'autres objets adéquats.
- Faire jouer trois ou quatre équipes en même temps.

**Matériel:** Gobelets, caissons, sautoirs



**Compétences:** coopération, tactique

**Intensité:** faible

**Durée:** 3 minutes

## Chasse à l'œuf

Le jeu consiste à retrouver un œuf caché (dans la salle de sport, le local de matériel, etc.). A gagné l'équipe qui a retrouvé l'œuf en premier.

### Règle

- L'œuf doit être caché sans devoir soulever ou déplacer quoi que ce soit.

### Variantes

- Cacher plusieurs œufs. A gagné l'équipe qui en trouve le plus.
- Donner un indice aux joueurs si le jeu dure trop longtemps.
- Faire jouer trois ou quatre équipes en même temps.

**Matériel:** Œufs en chocolat, sautoirs



**Compétences:** communication

**Intensité:** moyenne

**Durée:** 5 minutes

## Balle assise garde du corps

Deux équipes jouent à la balle assise. Chaque joueur ou joueuse porte deux sautoirs en croix de couleur différente. Qui est touché-e doit retirer le premier sautoir et ne peut désormais que passer ou protéger ses coéquipiers. Il ou elle continue, en revanche, à pouvoir être touché-e. A perdu l'équipe dont tous les joueurs n'ont plus qu'un sautoir.

### Règles

- Il est interdit de courir avec le ballon dans la main.
- Le jeu se joue avec deux ballons.
- Il est possible de défendre avec le ballon.

### Variantes

- Considérer le tireur ou la tireuse comme touché-e si le ballon est attrapé.
- Faire jouer trois ou quatre équipes en même temps.

**Matériel:** 2 ballons, sautoirs



**Compétences:** tactique, coopération

**Intensité:** élevée

**Durée:** 10 minutes

## Balle assise basketball

Deux équipes jouent à la balle assise. Environ cinq tapis de gymnastique sont alignés au sol de part et d'autre du centre du terrain en direction des deux paniers de basketball de manière à former une piste; une balle est posée, à chaque fois, sur le premier tapis de l'équipe. Quand une personne est touchée, le tireur ou la tireuse peut avancer la balle de son équipe d'un tapis. Dès qu'une équipe a l'impression de pouvoir marquer un panier de tapis où se trouve sa balle, elle peut tenter un essai. Si elle réussit, elle marque un point, aucun dans le cas contraire. Dans les deux cas, la balle est replacée sur le premier tapis comme au début. Le jeu s'arrête au bout de 10 minutes ou dès qu'une équipe a marqué deux points.

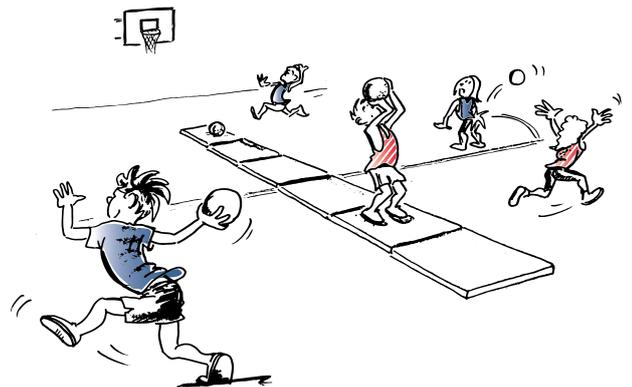
### Règles

- Il est interdit de courir avec le ballon de basketball dans la main.
- Le jeu se joue avec deux ou trois ballons.
- Il est possible de défendre avec le ballon.
- La balle doit être immédiatement avancée d'un tapis quand une personne est touchée. Le jeu est alors interrompu pendant ce temps.

### Variante

- Attendre d'être sur le dernier tapis pour tirer au panier.

**Matériel:** Env. 10 tapis de gymnastique, 2 balles, 2 ballons de basketball, 2 paniers de basketball, sautoirs



**Compétences:** tactique, coopération, collaboration

**Intensité:** élevée

**Durée:** 10 minutes

# Bonnes pratiques – Jeux d'estafettes

Les jeux d'estafettes sont organisés, dans leur forme de base, comme des estafettes et peuvent toujours également être réalisés avec plusieurs équipes en même temps.

## Estafette memory

Des cartes de memory ou de jass sont posées derrière un caisson à chaque extrémité de la salle. Le but de l'estafette consiste, pour chaque joueur ou joueuse, à retourner deux cartes. Si celles-ci sont identiques, il ou elle peut les emporter. Dans le cas contraire, les cartes doivent être remises à l'envers. A gagné l'équipe qui a retourné en premier toutes les cartes.

**Remarque:** Il est plus facile de jouer avec des cartes de jass.

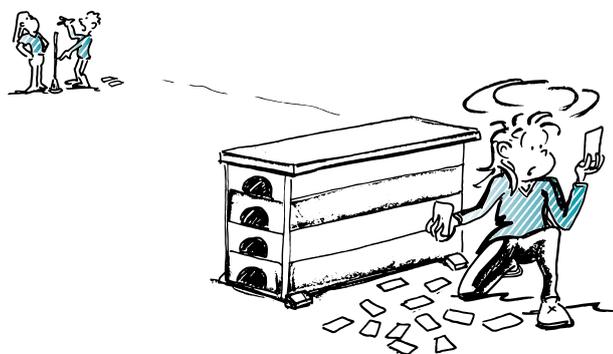
### Règles

- Il est possible de mélanger les cartes.
- Les joueurs d'une même équipe peuvent se donner des consignes entre eux.

### Variantes

- Rajouter un exercice (p. ex. dix appuis faciaux) chaque fois que les cartes sont retournées si le jeu fait office d'échauffement.
- Faire jouer trois ou quatre équipes en même temps.

**Matériel:** 2 caissons, cartes de memory ou de jass, sautoirs



**Compétences:** tactique, communication

**Intensité:** faible

**Durée:** env. 10 minutes selon le nombre de cartes

## Luge

Chaque équipe dispose d'un tapis ainsi que d'une corde et doit tirer l'un-e des leurs sur le tapis sans que ses pieds touchent jamais le sol. Il s'agit d'aller d'une ligne de fond à l'autre ou d'effectuer le tour d'un piquet de démarcation.

### Règles

- Le nombre de personnes qui tirent, poussent, etc. n'est pas donné.
- La personne peut se tenir assise, debout, etc. sur le tapis.
- Plusieurs personnes peuvent prendre place en même temps sur le tapis.

### Variantes

- Demander à toute l'équipe de faire dix appuis faciaux quand la personne sur le tapis touche le sol.
- Faire jouer trois ou quatre équipes en même temps.

**Matériel:** 2 tapis, 2 cordes, évent. cônes de marquage ou piquets de démarcation, sautoirs



**Compétences:** tactique, coopération, capacité à résoudre des problèmes

**Intensité:** élevée

**Durée:** 10 minutes

## Sur une île

Chaque équipe dispose de deux tapis de gymnastique. L'objectif du jeu consiste à rejoindre le plus vite possible l'autre côté de la salle (ou à faire le tour d'un caisson) avec les deux tapis sans que quiconque touche le sol avec ses pieds.

### Règle

- Seules les mains peuvent toucher le sol; dans le cas contraire, toute l'équipe doit effectuer dix appuis faciaux.

### Variantes

- Utiliser, en fonction du nombre de participants, trois tapis de gymnastique ou de très petits T-Bows.
- Remplacer l'exercice des appuis faciaux par un autre.
- Faire jouer trois ou quatre équipes en même temps.

**Matériel:** 4 tapis de gymnastique, sautoirs



**Compétences:** tactique, coopération, collaboration

**Intensité:** faible

**Durée:** 5 minutes

## Estafette en cercle

Chaque équipe forme un cercle en se donnant la main. Les équipes commencent à jouer au football en cercle. Elles doivent alors aller jusqu'à l'autre extrémité de la salle et faire le tour d'un piquet de démarcation (ou se déplacer d'une extrémité à l'autre du terrain) sans que le ballon sorte du cercle.

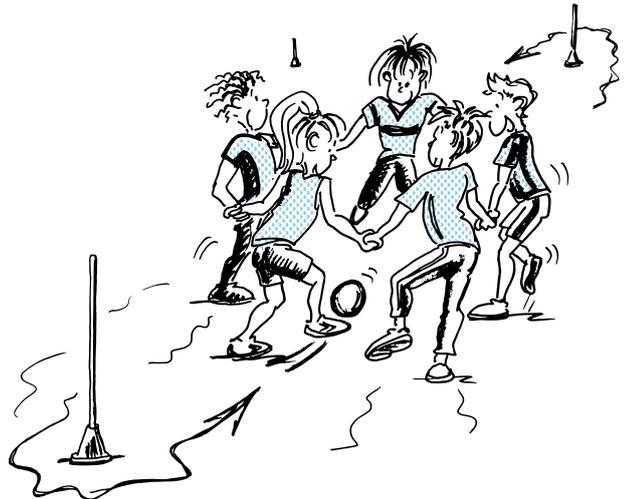
### Règles

- Tous les coéquipiers doivent participer activement au jeu.
- Les coéquipiers doivent se donner la main pendant toute la durée du jeu.
- Les coéquipiers appliquent les règles officielles du football.
- Le ballon ne doit jamais sortir du cercle.

### Variantes

- Jouer avec différents ballons (p. ex. ballon de rugby).
- Jouer avec un ballon de baudruche, mais en faisant uniquement des têtes.
- Jouer sans que le ballon touche le sol: les joueurs coincent le ballon entre leurs pieds et se déplacent en sautillant.
- Faire jouer trois ou quatre équipes en même temps.

**Matériel:** 2 ballons (divers), 2 ballons de baudruche, évent. piquets de démarcation ou 4 cônes de marquage, sautoirs



**Compétences:** collaboration, communication, capacité à résoudre des problèmes

**Intensité:** moyenne

**Durée:** 3 minutes

## Estafette bâton

Tous les coéquipiers reçoivent un bâton. Ils doivent alors transporter un ballon ensemble d'une ligne de fond à l'autre en faisant le tour d'un piquet de démarcation et sans faire tomber le ballon par terre. Le ballon doit être posé sur un cône au début et à la fin du parcours.

### Règles

- Tous les coéquipiers doivent participer activement et avoir un bâton dans la main.
- Seul le bâton peut être utilisé pour transporter le ballon ou le poser sur le cône.
- Il est interdit de coincer le ballon entre deux bâtons.

### Variantes

- Utiliser différents ballons, notamment un ballon de baudruche qui peut être uniquement touché avec les bâtons.
- Faire jouer trois ou quatre équipes en même temps.

**Matériel:** 2 ballons (divers), 2 ballons de baudruche, évent. piquets de démarcation ou 4 cônes de marquage, sautoirs



**Compétences:** collaboration, communication, capacité à résoudre des problèmes

**Intensité:** moyenne

**Durée:** 5 minutes

## Catch

Former un grand carré avec quatre piquets de démarcation et demander à deux équipes de se placer, l'une en face de l'autre en diagonale, chacune derrière un piquet de démarcation. Les équipes tournent autour des piquets dans le sens des aiguilles d'une montre (veiller à prévoir suffisamment d'espace entre le carré et le mur). Tous les coéquipiers participent activement. Le jeu se termine dès qu'un coureur ou une coureuse est rattrapé-e par un-e adversaire.

**Remarque:** Définir un certain nombre de coureurs si les équipes comptent trop de personnes.

### Règles

- Il est possible de modifier au dernier moment l'ordre de passage des coureurs.
- Chaque coureur ou coureuse court le temps qu'il ou elle veut.
- Le chemin de course doit être libre (demander aux coureurs qui attendent de ne pas gêner ceux qui courent).
- Le changement de coureur ou de coureuse se fait par une tape dans la main.

**Matériel:** 4 piquets de démarcation, sautoirs



**Compétences:** tactique

**Intensité:** élevée

**Durée:** 5-10 minutes

# Réflexions pédagogiques

Déterminantes pour créer un environnement d'apprentissage positif favorable au développement personnel des élèves, les réflexions pédagogiques permettent de prendre conscience des éventuelles situations de tension ainsi que des différents rôles assumés au sein d'un groupe et des compétences transversales liées aux qualifications professionnelles.

## Situations de tension

Les jeux d'équipe peuvent mettre en avant des situations de tension qui se cristallisent alors autour des jeux choisis, des prédispositions ou des performances des élèves. La «sortie de crise» nécessite une approche pédagogique qui tienne compte des différents besoins des élèves et de leurs domaines d'épanouissement. La forme de jeu choisie devrait laisser suffisamment de souplesse pour garantir un développement global des élèves.

- **Compétition – Jeu:** Alors que la compétition met l'accent sur la performance individuelle, la concurrence et la victoire, le jeu est plutôt synonyme de plaisir, de collaboration et de développement des capacités. Il s'agit ici de pondérer les exigences du plan d'études cadre pour l'enseignement de l'éducation physique dans la formation professionnelle.
- **Sécurité – Risque:** La difficulté réside dans le fait de choisir des jeux qui garantissent la sécurité physique et émotionnelle des élèves tout en laissant suffisamment de place aux défis, à la prise de risques et au développement individuel (croissance personnelle).
- **Coopération – Compétition:** Les jeux choisis requièrent un juste équilibre entre collaboration (travail d'équipe) et compétition (performance individuelle, concurrence). Là encore, la sécurité des élèves est au centre des préoccupations.
- **Marge de manœuvre tactique – Exigences:** Il s'agit ici de laisser la place à la créativité et à la liberté d'action individuelle par opposition à la définition de règles et directives. Les élèves doivent pouvoir affirmer leur personnalité et exprimer leurs idées tactiques.
- **Rôles de l'enseignant-e – Rôles des élèves:** Tandis que l'enseignant-e donne des consignes claires aux élèves, les aide et regardent ce qu'ils font, les élèves sont encouragés à participer activement à l'enseignement, à assumer des responsabilités et à montrer leur capacité d'adaptation. Cela implique de concilier les préférences personnelles des uns et des autres.
- **Équipes identiques – Équipes différentes:** Si les équipes restent les mêmes, l'accent sera mis sur la dynamique et le développement de l'équipe alors que si elles changent, il sera mis sur la capacité d'adaptation et l'intégration à d'autres groupes. Il s'agit ici de prendre conscience de la dynamique du groupe et de se rendre compte dans quelle mesure la composition du groupe influence l'interaction et la performance.
- **Fair-play (respecter les règles) – Dépasser les limites:** L'important ici est de comprendre les principes du fair-play (éthique, respect et fair-play) ainsi que de connaître et de respecter en même temps ses propres limites et règles, de les repousser et de les dépasser.
- **Travail d'équipe – Travail individuel:** Tandis que le travail d'équipe permet d'atteindre ensemble des objectifs communs, le travail individuel met l'accent sur la performance individuelle et l'autonomie. Il s'agit de comprendre l'importance des stratégies individuelles au même titre que collectives et d'exploiter les tactiques.

## Rôles au sein de l'équipe

Dans un groupe, chaque personne se comporte différemment en fonction de son caractère, de ses expériences et de ses capacités. Les différents rôles qui en résultent sont susceptibles d'influencer la dynamique du groupe en question ainsi que les interactions. Le jeu télévisé «Schlag den Star» (Star à battre) se prête idéalement à la reconnaissance de ces rôles. Confrontée à une tâche et à sa propre équipe, le meneur, le suiveur, le clown, le râleur, l'entrepreneur ou le motivateur devient aisément reconnaissable. Il est alors facile de tirer des conclusions intéressantes pour le développement de la personnalité des élèves.

Ces rôles ne sont toutefois pas immuables et peuvent être amenés à changer avec une autre équipe ou une autre tâche. Un travail d'équipe effectif implique souvent une prise de conscience de ces rôles pour exploiter les points forts des uns et des autres et éliminer le plus possible leurs points faibles en vue de remporter les jeux et les défis. Un savant mélange des différents rôles s'impose pour parvenir à une collaboration efficace, productive et variée.

## Compétences transversales liées aux qualifications personnelles

Les compétences transversales jouent un rôle déterminant dans le développement personnel et professionnel des élèves. Là encore, le jeu télévisé «Schlag den Star» (Star à battre) se révèle idéal pour les appréhender et les transférer au monde professionnel. Il est au demeurant important de les encourager non seulement pour le développement personnel, mais encore pour la réussite de l'équipe et des entreprises formatrices. Ces dernières apprécient notamment les collaborateurs qui disposent, outre de qualifications professionnelles, de compétences sociales et émotionnelles très développées susceptibles de contribuer à un climat de travail positif et productif.

- **Gestion des règles:** Capacité à comprendre les règles, à les respecter et à les imposer. Dans le monde professionnel, les règles et les normes jouent souvent un rôle important dans le bon déroulement des processus de travail et la sécurité des collaborateurs. Ceux qui sont en mesure de respecter les règles contribuent à une plus grande efficacité et sécurité sur le lieu de travail.
- **Apprentissage social:** Capacité à apprendre et à développer des aptitudes sociales au travers d'interactions avec les autres. L'apprentissage social favorise la collaboration et la coopération. Les collaborateurs qui communiquent facilement avec d'autres contribuent à une atmosphère de travail positive et à une plus grande efficacité du travail en groupe.
- **Émotions (victoire, défaite):** Capacité à gérer les victoires comme les défaites, à réguler les émotions ainsi qu'à réagir de manière constructive. Dans le monde professionnel, les projets peuvent mener à des réussites ou des échecs. La capacité à gérer ces émotions accroît la résilience et la capacité d'adaptation des collaborateurs.
- **Capacité à évoluer en équipe:** Capacité à travailler efficacement en groupe, à partager des idées et à résoudre des conflits de manière constructive. Elle joue un rôle déterminant à bien des égards dans de nombreux domaines professionnels. Si les projets exigent souvent la collaboration entre divers spécialistes, l'esprit d'équipe contribue à améliorer l'efficacité et la qualité du travail.
- **Confiance:** Envie de croire en la loyauté et l'intégrité des autres. La confiance est déterminante pour la collaboration au sein de l'équipe. Les collaborateurs qui insufflent la confiance contribuent à une atmosphère de travail positive et à une culture professionnelle intègre.
- **Capacité de pouvoir compter les uns sur les autres:** Certitude que les collègues s'acquittent fidèlement de leurs tâches et œuvrent pour le groupe. La capacité joue un rôle déterminant dans le monde professionnel. Elle permet de maximiser l'efficacité des processus de travail et d'atteindre ensemble des objectifs communs.

### Conseils pratiques

Les conseils suivants aident à aborder les différents rôles de manière concrète et à les rendre visibles:

- Après un ou plusieurs jeux, placer des feuilles avec les différents types de rôles (par exemple, meneur/-se, motivateur/-trice, suiveur/-se, etc.) en cercle sur le sol. Les apprenants doivent se reconnaître dans un rôle et se placer à hauteur de la feuille correspondante.
- Poser ensuite des questions sur les sensibilités, le bien-être, les correspondances. Les élèves peuvent s'exprimer (y compris entre eux) et s'expliquer.

# Indications

## Ouvrages

- Bornemann, S. (2012) Kooperation und Kollaboration. Das Kreative Feld als Weg zu innovativer Teamarbeit. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften, Springer Fachmedien.
- Wellhöfer, P. R. (2018). Gruppendynamik und soziales Lernen: Theorie und Praxis der Arbeit mit Gruppen(5. Auflage), Munich: UKV Verlag.

## Liens

- 40 schöne Kooperationsspiele für den Sportunterricht & Verein | vlamingo.de
- Plan d'études cadre pour l'enseignement de l'éducation physique dans la formation professionnelle initiale | Secrétariat d'État à la formation, à la recherche et à l'innovation SEFRI

*Un grand  
merci*

aux apprenti-e-s de deuxième année des classes Automaticien-ne-s 4A et Peintres 4A de l'école professionnelle générale (AGS) de Bâle pour leur participation aux prises de vue.

## Partenaires



## Impressum

**Éditeur:** Office fédéral du sport OFSPO, 2532 Macolin

**Auteur-e:** Tobias Graf, enseignant d'éducation physique à l'école professionnelle générale de Bâle (AGS Basel), chargé de cours à la FHNW; Petra Heule, enseignante d'éducation physique à l'école professionnelle générale de Bâle (AGS Basel)

**Rédaction:** Raphael Donzel, mobilesport.ch

**Traduction:** Service linguistique OFSPO

**Photos:** Charlène Mamie, Médias didactiques OFSPO

**Dessins:** Leo Kühne

**Conception graphique:** Franziska Küffer, OFSPO