

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 44 (1987)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Cartes et postes par le jeu  
**Autor:** Mutti, Hans-Ulrich  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-998600>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 17.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

- Les plans simples en noir et blanc peuvent être photocopiés très avantageusement à l'aide du matériel de l'école;
- L'impression des cartes polychromes nécessite davantage de temps et d'argent, mais le résultat en vaut la peine. Dans ce cas, on confiera de préférence l'impression à une firme spécialisée dans ce type de travail.

### Utilisation

Le plan devrait être utilisé en premier lieu pendant les cours de gymnastique. Presque tous les exercices d'initiation à la course d'orientation peuvent être réalisés sur l'emplacement des bâtiments scolaires. En outre, le plan peut être employé dans l'enseignement normal; il peut être complété, au niveau du dessin, par les élèves et on peut même concevoir la fabrication, pendant les travaux manuels, d'une maquette simple du complexe, maquette conçue à partir de la carte et de la réalité. Il n'y a aucune borne à l'imagination des maîtres, des moniteurs et des enfants eux-mêmes.

\*

### Légende du plan ci-contre

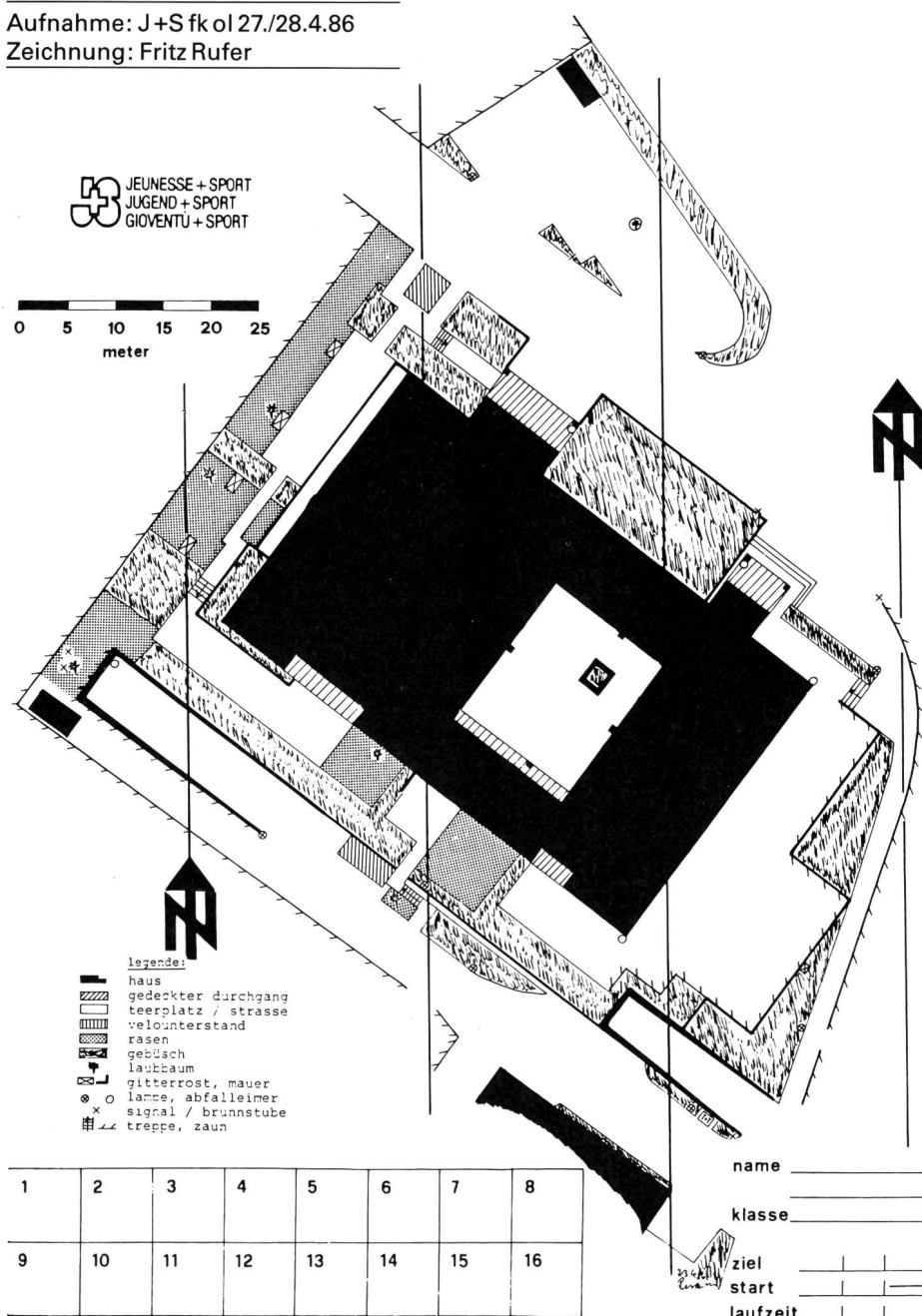
- Maison
- Accès couvert
- Place goudronnée/route
- Parc à vélos
- Pelouse
- Buissons
- Arbre
- Grille, mur
- Lampe, poubelle
- Signal, fontaine
- Escalier, clôture



## Gewerbeschulanlage Lyss

Masstab 1:500  
Stand 1986

Aufnahme: J+S fk ol 27./28.4.86  
Zeichnung: Fritz Rufer



### Ecole professionnelle de Lyss

Echelle originale 1:500

## Cartes et postes par le jeu

Hans-Ulrich Mutti

Traduction: Evelyne Carrel

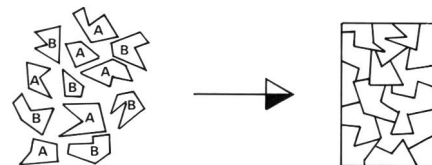
Voici quelques exercices faciles pour apporter un peu de variété dans les cours de gymnastique, pour l'échauffement ou pour le simple plaisir de s'amuser, que ce soit en salle ou en plein air. En faisant appel au jeu pour familiariser les élèves avec la carte et les postes, on parviendra plus aisément à éveiller, chez lui, l'envie

d'en savoir plus sur la course d'orientation. En cas de manque de matériel, s'adresser au groupement de course d'orientation le plus proche, qui vous tirera d'embarras.

Pour la plupart des jeux, les participants sont répartis par groupes de 4 à 6.

### Partie de puzzle

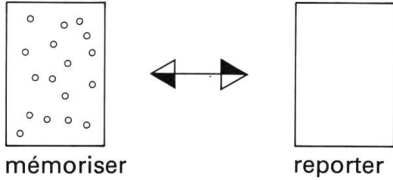
Chaque groupe reçoit deux vieilles cartes d'orientation découpées chacune en une quinzaine de morceaux. Les pièces sont disposées à une extrémité de la salle de gymnastique après avoir été bien mélangées.



**Mission:** l'une - n'importe laquelle - des deux cartes doit être librement reconstituée à l'autre extrémité de la salle. Les pièces doivent être transportées une à une et, lorsqu'elles ne conviennent pas, être rapportées une à une également. On peut varier les mouvements utilisés: courir, sautiller, marcher à quatre pattes, etc.

### Report des postes

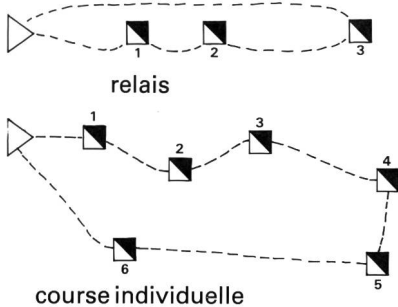
Chaque groupe a besoin de deux mêmes cartes d'orientation. L'une comporte environ 20 postes inscrits au crayon, l'autre est vierge. Chacune des deux cartes est placée sur le sol, à une extrémité de la salle de gymnastique.



**Mission:** reporter les postes sur la carte vierge. Les deux cartes doivent rester à leur place. Contrôler à l'aide d'une feuille transparente.

### Course aux quittances

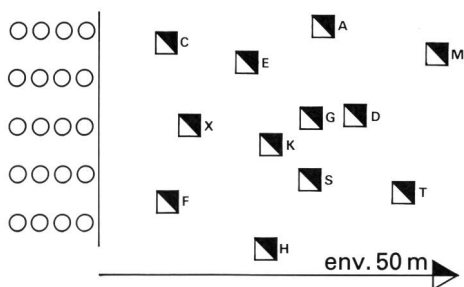
Poser 3 à 5 postes par groupes et délivrer une fiche de contrôle à chacun d'eux.



**Mission:** chaque membre du groupe cherche tous les postes, poinçonne la case prévue, revient et passe la fiche au suivant. Le groupe le plus rapide a gagné. Ce jeu peut également être conçu comme une course individuelle. On posera alors davantage de postes. Celui qui obtient le meilleur temps l'emporte.

### Poinçonner un mot

Répartir, sur le terrain de sport, autant de postes que possible en les munissant d'une pince permettant de poinçonner des lettres. Chaque groupe choisit un mot comportant autant de lettres qu'il y a de membres.



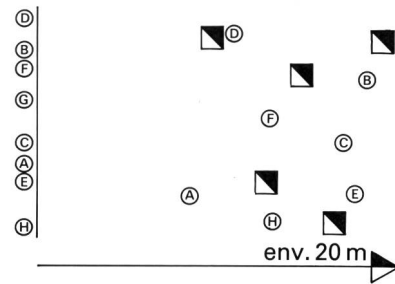
**Mission:** le mot choisi doit être imprimé sur la fiche de contrôle. Chaque membre du groupe ne peut poinçonner qu'une lettre.



Avant la forêt, le pourtour de l'école.

### Colin-maillard (avec « crieur »)

Poser quelque 5 postes sur le terrain de sport, à une distance de 15 à 20 m de la ligne de départ. Les participants constituent des équipes de deux, dont l'un se bande les yeux.



**Mission:** le joueur «aveugle» doit trouver tous les postes, poinçonner et revenir à sa place. Son partenaire le guide depuis la ligne de départ en lui criant des indications (à gauche, en avant, en arrière, etc.). Si on laisse tous les joueurs partir en même temps, la confusion est totale!

### Colin-maillard en cercle

Tous les concurrents forment un grand cercle au milieu duquel on place un poste muni de toutes sortes de récompenses. Après avoir bandé les yeux à un joueur, on le mène à l'intérieur du cercle et on le fait tourner plusieurs fois sur lui-même avant de le laisser partir. S'il trouve le poste dans un délai déterminé, il a droit à une récompense. S'il échoue, on passe au joueur suivant.

### Chasse aux postes

Sur une surface restreinte (terrain de sport et de récréation, environs de la salle de gymnastique), on pose 10 à 15 postes. Chaque groupe (ou chaque participant) est équipé d'une fiche de contrôle.

**Mission:** trouver tous les postes et ramener toutes les quittances. Autre variante: rapporter, dans un temps donné, autant de quittances que possible.

Pour les jeux et exercices suivants, il faut disposer d'un plan du complexe scolaire avec lequel les participants sont familiarisés.

### Chasse aux renards

Le groupe des renards dépose, au départ, une carte désignant le premier poste inscrit au crayon; à cet emplacement, une deuxième carte indique où se trouve le deuxième poste, et ainsi de suite...

Le groupe des «chasseurs» part après avoir attendu un temps déterminé; il doit trouver les renards au moyen des cartes déposées aux différents postes.

### Course d'orientation avec «station-service»

On pose une douzaine de postes autour du complexe scolaire. A deux ou trois endroits connus des élèves, on dépose une carte qui comporte le réseau complet des postes (= station-service).

**Mission:** trouver tous les postes de mémoire, poinçonner. Les élèves peuvent aller consulter la station-service aussi souvent qu'ils le souhaitent pour se rafraîchir la mémoire. La première équipe ou le premier joueur à rapporter toutes les quittances a gagné.

### Course d'orientation finlandaise par équipes

On abordera ce type d'exercice, qui présente davantage de difficultés, en formant des équipes de deux. Chacune d'elles reçoit une carte comportant le réseau de postes inscrit au crayon.

**Mission:** trouver tous les postes, poinçonner. L'équipe qui est la première au complet et qui peut présenter toutes les quittances a gagné. Les deux équipiers peuvent effectuer le parcours ensemble ou séparément. Dans le deuxième cas, la carte sera partagée, car il n'y en a qu'une par équipe.

A l'issue du jeu, toutes les quittances doivent se trouver quelque part sur la fiche. ■