

<b>Zeitschrift:</b>	Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de sport de Macolin
<b>Band:</b>	53 (1996)
<b>Heft:</b>	8
<b>Artikel:</b>	Prix ex æquo au Concours 1995 de l'ISS : les jeux de combat à l'école
<b>Autor:</b>	Gioiella, Zaira / Sigg, Bettina
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-998359">https://doi.org/10.5169/seals-998359</a>

### 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:** 29.01.2026

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

## Prix ex æquo au Concours 1995 de l'ISS

### Les jeux de combat à l'école

Zaira Gioella, Bettina Sigg  
Traduction: Francine Matthey

**Les agressions et la brutalité sont en hausse dans les écoles. Que pouvons-nous faire, nous, enseignants, pour remédier à cette situation? Les jeux de combat, qui enrichissent l'enseignement de la gymnastique, offrent une possibilité de canaliser ces débordements d'énergie sur des voies intéressantes du point de vue pédagogique.**

Combattre est l'expression d'une impulsion qui demande à s'extérioriser. Elle comporte des aspects positifs et des aspects négatifs. Les jeux de combat permettent aux jeunes d'accéder à un niveau de communication important, dans le cadre duquel ils peuvent affronter l'autre ou eux-mêmes. Il convient toutefois, afin d'éviter de menacer ou de blesser l'adversaire, de définir au départ des règles et des rituels. La lutte a un caractère positif à condition que les limites aient été strictement établies. A partir de ce moment-là, rien n'empêche de vivre pleinement son côté fascinant.

#### Un peu d'histoire

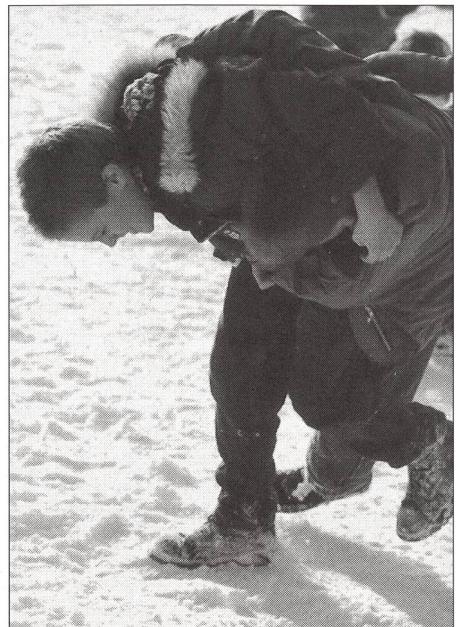
#### Absente des programmes scolaires

L'importance considérable accordée à l'athlétisme et à la gymnastique aux agrès est liée non seulement à des raisons pédagogiques et didactiques, mais aussi historiques. La première mention de lutte et d'athlétisme remonte à la Haute-Egypte, en 3000 av. J.-C. Lors des premiers Jeux olympiques, en 776, la lutte, la course, le saut en longueur, le lancer du disque et du javelot faisaient partie du pentathlon classique. La gymnastique aux agrès ne fit son apparition qu'entre 1450 et 1650. La lutte, elle, malgré les efforts de philanthropes allemands, restait au second plan. La notion de «gymnastique», en 1811, était influencée par les réflexions du père de la gymnastique, Jahn. En Suisse, Adolf Spiess reprit cette conception et *parvint finalement, en 1874, après un travail de structuration et de systématisation, à la faire admettre au rang de branche obligatoire dans les écoles*. La lutte n'était pas inscrite au programme et son importance faiblit.

#### Réflexions sur la pédagogie et la méthodologie

##### Objectifs à atteindre

Nous estimons que la pratique de la lutte, lorsqu'elle est soumise à des règles, présente un intérêt pédagogique



Canaliser les débordements d'énergie.

##### Objectifs globaux

**Extérioriser l'instinct de lutte et accumuler les expériences dans la relation avec son propre corps**

**Créer des bases dans le cadre de l'éducation à la performance**

**Echanges avec les membres de l'entourage**

**Faire de la violence et du manque de fair-play ambients un thème de réflexion dans le cadre de l'éducation au fair-play**

##### Objectifs détaillés

Vivre le besoin de mouvement  
Apprendre à connaître les possibilités de mouvement  
Renforcer la volonté  
Vivre des émotions et accroître le sentiment de sa propre valeur  
Augmenter la capacité de supporter les frustrations  
Améliorer la maîtrise de soi

Condition physique, coordination  
Aptitudes fondamentales, du point de vue psychique et physique, à la lutte  
Changements et préparation des techniques  
Echauffement initial et relaxation finale

Promouvoir l'aptitude à communiquer  
Gagner et perdre  
Etre autonome  
Promouvoir la sensibilité sociale

Accumuler les émotions et les identifier  
Induire des processus de réflexion et de prise de conscience  
S'adonner au jeu de rôles et jeu de situations  
Exercer des rituels de conversation  
Encourager la compréhension générale des règles  
Connaître, respecter et modifier les règles  
Etre fair-play

**Se battre en jouant – dans quel but?**

non négligeable pour le développement de la personnalité. Nous distinguons à cet égard quatre objectifs:

- **Extérioriser l'instinct de combat et accumuler les expériences motrices dans le cadre de la formation de la personnalité:**

Les jeunes doivent apprendre à mieux se connaître. Ils extériorisent, dans la lutte sous forme de jeu, leur énorme besoin de mouvement et accumulent des expériences sans mettre leur personne ou autrui en danger. Les enfants apprennent, dans des petits jeux de ce type, à gérer les défaites et leurs faiblesses et à se maîtriser dans des situations difficiles. En remportant de petits succès, ils renforcent peu à peu le sentiment de leur propre valeur.

- **Créer des bases dans le cadre de l'éducation à la performance:**

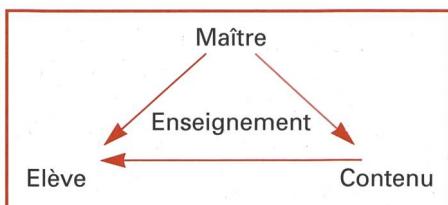
Les jeux de combat améliorent la perception de son propre corps en stimulant la coordination motrice et la condition physique, ce qui présente des avantages à la fois dans le sport et dans la vie quotidienne. En outre, on favorise du même coup l'apprentissage de sports de combat individuels. La pratique de la lutte sous forme ludique revêt de l'importance non seulement à l'école, mais aussi dans les sociétés sportives: les petits jeux de combat, en plus de l'entraînement aux techniques qu'ils intègrent, offrent une grande diversité du point de vue ludique.

- **Favoriser les échanges avec l'entourage dans le cadre de la formation de la personnalité:**

Les jeux de combat permettent une confrontation intense avec son environnement et (normalement) respectueuse de l'adversaire. Il est impossible de se battre tout seul. Lorsque la lutte est livrée dans une intention ludique, elle signifie «bouger avec les autres, et également parler avec eux» (Valkanover). Les enfants apprennent à émettre, à recevoir et à interpréter correctement des messages non verbaux. En outre, ils expérimentent la relation avec le corps de leur partenaire: jusqu'à quel point est-il lourd, est-il fort? Quelles sont ses faiblesses?

- **Faire de la violence et du manque de fair-play ambients un thème de réflexion dans le cadre de l'éducation au fair-play:**

La confrontation sous forme de lutte sportive avec des membres de l'entourage offre à notre avis des occasions de faire de la violence et du manque de fair-play à l'école un thème de réflexion. Cela permettra éventuellement d'apaiser des tensions: être fair-play signifie respecter certaines règles dans les relations avec ses partenaires et avec ses adversaires. La violence est dès lors exclue sous toutes ses formes, ce qui est souvent en contradiction avec l'instinct de conservation, profondément enraciné en nous. La philosophie et l'éthique du judo peuvent également contribuer à l'éducation au fair-play. Dans le sport – de même que dans l'enseignement du sport –, il faut développer, chez l'élève, une ambition et une rivalité saines tout en développant la conscience de ses actes sur le plan social. La lutte permet, à travers l'action et le contact avec l'autre, d'accumuler des expériences. Les émotions qu'elle procure constituent des valeurs de référence qui devraient apparaître dans un jeu de rôles ou de situations. Certains rituels (formules dites) qui précèdent ou suivent certains jeux encouragent les échanges et induisent des processus de prise de conscience qui aident à se comprendre soi-même et à comprendre les autres. Il est possible de modifier les règles au sein du groupe, ce qui stimule l'autonomie et l'aptitude à trouver un accord.



Champ relationnel dans l'enseignement.

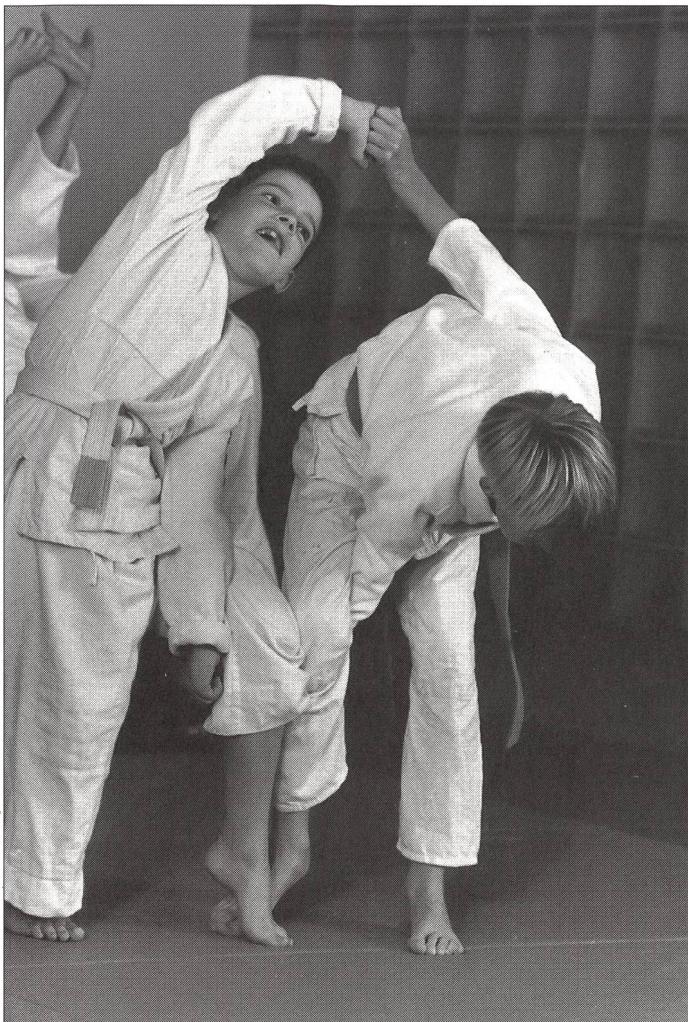
exciter ou les mettre en colère. Les processus d'apprentissage sociaux s'accomplissent souvent de manière masquée et sans que l'on en soit conscient. Le choix des jeux, la définition et la formulation consensuelles des règles, ainsi que le fait de se comporter de manière réfléchie peuvent influer durablement sur le comportement des jeunes entre eux, notamment sur les plans de la compréhension, de la tolérance et de l'aide mutuelles. L'influence de l'enseignant peut s'exercer avant, pendant et après les jeux de combat. Quelle atmosphère règne au début? Quelles mesures prend l'enseignant pendant les jeux? Comment s'effectue la réflexion? Comment les actes sont-ils jugés? Comment et quand des sanctions sont-elles prises?

## Application à la pratique

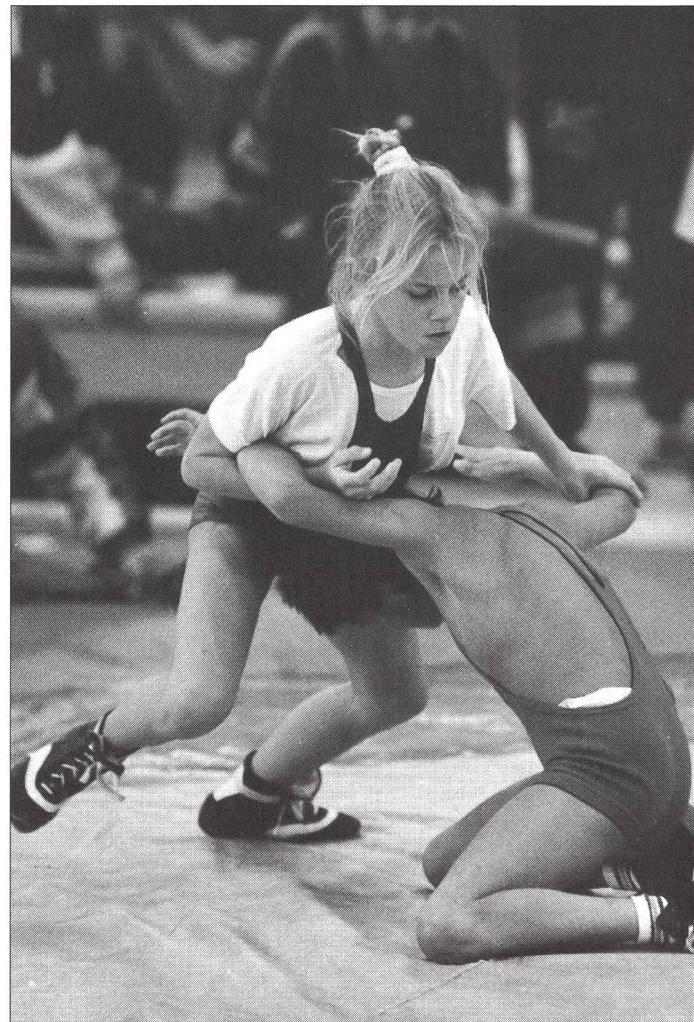
Chaque fois que l'on énumère des objectifs, ils sonnent bien du point de vue théorique. Mais comment passer à l'acte? La pratique des jeux de combat avec une classe ne requiert pas une expérience personnelle des sports de combat. Il importe seulement d'avoir le courage d'innover et d'observer les élèves, afin d'adapter au besoin les règles du jeu.



La complicité entre l'enseignant et les élèves est primordiale.



*Le judo contribue à l'éducation du fair-play...*



*... de même que la lutte sportive.*

## Modèle pédagogique et d'apprentissage en 4 niveaux

Nous avons sélectionné des jeux de combat et essayé de les classer selon le degré de difficulté. Ils vont du jeu à la lutte sous forme de jeu, en passant par le jeu sous forme de lutte. Nous n'avons pas pu faire correspondre les phases aux niveaux des classes. Il est possible, selon les capacités de la classe, de passer plus ou moins rapidement à l'échelon supérieur.

### 1<sup>er</sup> niveau:

Nous commençons par des jeux simples, qui s'appliquent déjà au niveau préscolaire. Ce ne sont pas encore des jeux de combat, mais il est nécessaire que les joueurs se touchent pour réussir. Il s'agit donc de provoquer les contacts physiques entre les élèves et d'abaisser les seuils d'inhibition.

### 2<sup>e</sup> niveau:

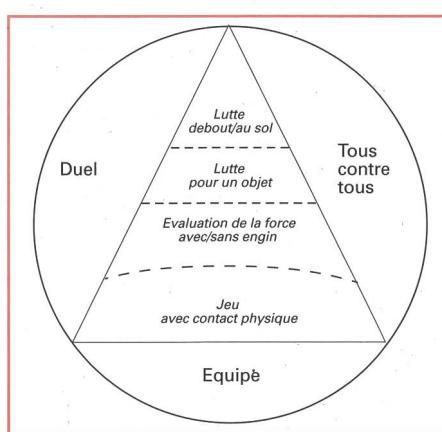
Il comporte davantage de contacts physiques et cherche avant tout à permettre à l'enfant de mesurer ses forces à celles de son adversaire. L'élève apprend à maîtriser l'autre.

### 3<sup>e</sup> niveau:

Les élèves entrent en compétition à propos d'un ou de plusieurs objets, ou luttent pour empêcher l'adversaire d'atteindre son objectif (par exemple, poser la balle derrière la ligne). Ces jeux donnent lieu à des contacts physiques intenses. A ce stade, il importe que les règles aient été clairement définies, afin que les joueurs sachent ce qui est encore permis et ce qui n'est plus toléré.

**4<sup>e</sup> niveau:**  
Le partenaire est l'objet du jeu. La lutte se déroule aussi bien au sol qu'en position debout. L'un des joueurs attaque l'autre qui se défend, ou les deux joueurs attaquent et chacun essaie d'atteindre le but

Exécuté dans le cadre de la division de la formation de maître d'éducation physique de l'EPF de Zurich, le travail de diplôme présenté par Zaira Gioiella et Bettina Sigg a valu à ses auteurs un prix ex æquo à l'occasion du Concours 1995 de l'Institut des sciences du sport de l'EFSM.



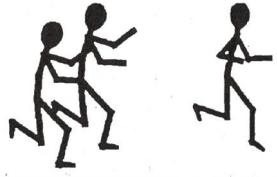
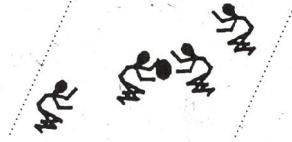
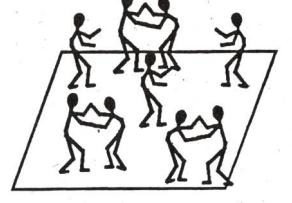
*La pyramide montre la structure de la série de jeux de combat, le cercle les différentes formes sociales.*

le premier (par exemple, mettre l'adversaire au sol). Ces jeux comportent déjà des éléments essentiels propres aux sports de combat; les aspects tactiques prennent de l'importance.

## Comportement social

Il est possible de donner, à pratiquement chaque jeu, divers comportement sociaux. Le cercle montre les possibilités de jouer ou de lutter. On peut atténuer ou intensifier les jeux en modifiant la forme sociale. Nous allons expliquer brièvement de quelle manière, au moyen du jeu «Attrape le sautoir». Première forme sociale, **«tous contre tous»**: tous les joueurs reçoivent un sautoir; le but est de s'emparer du sautoir de n'importe quel joueur. Les enfants ont ainsi la possibilité

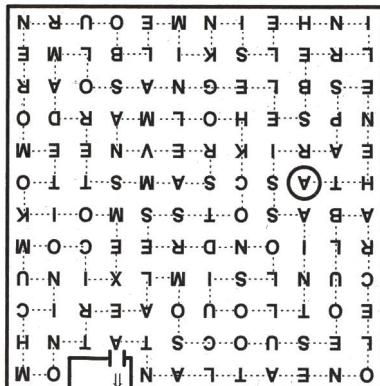
## Jeu impliquant des contacts physiques

Aspect/Temps	Description	Organisation
Coopération 10 min	<b>La poursuite par couples</b> Deux élèves se donnent la main et poursuivent leurs camarades. Chaque élève attrapé forme avec eux une chaîne. Dès que celle-ci compte quatre élèves, le groupe se partage en deux couples et ainsi de suite.	
<b>Mesurer sa force en jouant</b>		
Aspect/Temps	Description	Organisation
Force Equilibre	<b>Jeu de la plaque d'égout</b> Les adversaires se font face debout à l'extérieur d'un cercle (corde à sauter, tuyau en caoutchouc, journaux, massues) d'environ 50 cm de diamètre et s'empoignent d'une ou des deux mains au-dessus du cercle. Chacun essaie, en tirant ou en poussant énergiquement son adversaire, de le contraindre à entrer dans le cercle. On peut aussi utiliser une «balle de feu»: le joueur est brûlé dès qu'il a touché la balle. On peut déterminer un espace.	
<b>Lutter pour s'approprier un objet</b>		
Aspect/Temps	Description	Organisation
Rapidité Force	<b>Défendre le trésor</b> Deux élèves protègent une médecine-ball dans une zone déterminée. Deux autres essaient de leur ravir la balle. Si l'un des deux réussit à se cramponner à la balle dans un temps délimité, ils reçoivent un point puis on inverse les rôles.	
<b>Lutter au sol et en position debout</b>		
Aspect/Temps	Description	Organisation
Force Rapidité Equilibre Orientation Différenciation selon la résistance 5 à 10 min	<b>Dehors !</b> Le nombre des élèves n'a aucune importance. Debout par couples sur une surface de tapis, chacun essaie de tirer et de pousser son camarade hors du champ délimité. But: qui reste le dernier sur la surface de tapis?  <b>Variante:</b> • Les élèves sont agenouillés sur le tapis. • Un élève est éliminé lorsqu'il est hors du tapis ou mis sur le dos par un autre élève.  	

Exemples tirés de chaque niveau de la série de jeux de combat.

### Solution

Un jeu et on «spor't» mieux...



Le labyrinthe:

de choisir leurs partenaires et d'éviter ceux qu'ils craignent. A eux de décider s'ils veulent participer de manière active ou passive. Autre forme sociale: le «en équipe». Chaque équipe porte des sautoirs de couleur différente. Le but est de s'emparer des sautoirs de l'équipe adverse. Le fait de lutter dans sa propre équipe contre l'équipe adverse renforce l'esprit d'équipe de chaque joueur. Cela permet aux plus faibles de gagner dans un groupe fort. Troisième forme sociale, le «duel»: deux écoliers se font face, l'un porte un sautoir, l'autre pas. Celui qui n'a pas de sautoir essaie de s'emparer de celui de son adversaire. Dans cette forme sociale, les adversaires sont face à face. Seule la lutte livrée pour s'emparer du sautoir mène à la victoire.

## Etude-pilote et série de jeux

Au cours de notre étude-pilote, dix enseignants de divers degrés scolaires ont mis nos jeux de combat à l'épreuve. La mise en pratique du thème «Les jeux de combat à l'école» a été bien accueillie, tant par les élèves que par les enseignants. Nous n'avons pas touché à la forme extérieure des jeux, puisque les informations en retour étaient positives. Nous avons examiné les informations détaillées qui concernaient les jeux de combat et corrigé en conséquence les descriptions des jeux. Nous sommes donc en mesure de présenter dans notre travail une série de jeux de combat qui ont fait leurs preuves à l'école. ■