

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 54 (1997)  
**Heft:** 5

**Artikel:** Méthode G-A-G : une démarche on ne peut plus sérieuse!  
**Autor:** Meier, Marcel K.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-997972>

### **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:** 11.01.2026

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

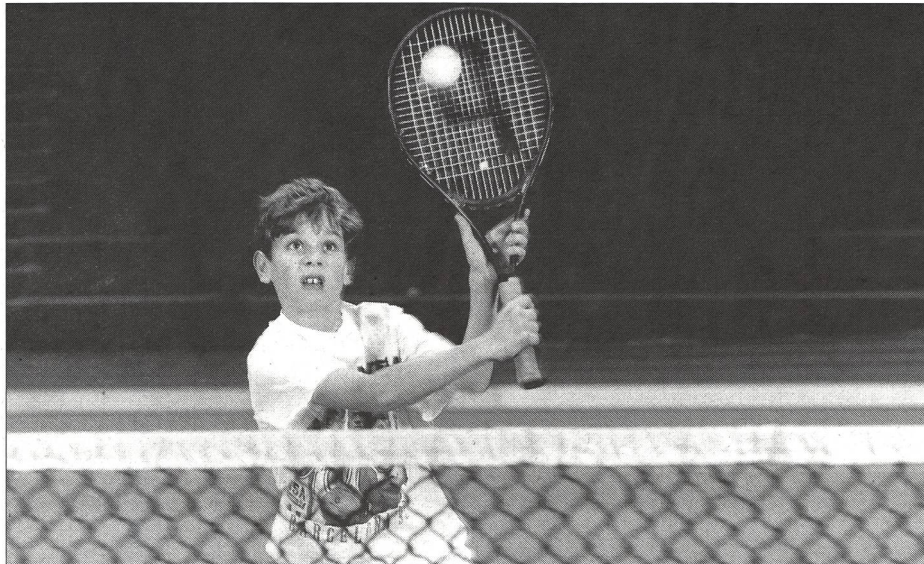
## Méthode G-A-G

# Une démarche on ne peut plus sérieuse!

Marcel K. Meier

Traduction: Nicole Buchser

Photos: Daniel Käsermann



Confronter les joueurs à des situations variées.

**Les enfants et les jeunes qui suivent un enseignement sportif ont des attentes différentes. Mais il est une préférence qu'ils partagent tous, celle pour le moment où la leçon fait la part belle au jeu. Or, la méthode G-A-G (abréviation de «global – analytique – global») permet de satisfaire très largement cette préférence, puisqu'elle fait du jeu l'élément central de l'enseignement.**

Cette méthode exige que le sens du jeu soit préservé dans toutes les situations d'apprentissage et qu'il puisse être perçu par les élèves tout au long du processus d'enseignement. Ce principe est valable également pour les débutants même si, à ce niveau, le jeu est généralement simplifié.

### Le développement du jeu

Cette simplification passe par une modulation des principaux paramètres du jeu, à savoir:

- les règles (manière de compter, possibilité de taper la balle ou le volant deux fois au lieu d'une, etc.);
- les conditions générales (surface du terrain, grandeur des balles, etc.);
- les habiletés techniques (mouvements moins amples, etc.);
- les qualités tactiques (concentrer le jeu sur des situations comme l'attaque, la défense ou le 1 contre 1, le 2 contre 2, etc.).

L'essentiel est que les élèves ressentent, dès le début de l'apprentissage, la fascination et le suspense (réussir – ne pas réussir) inhérents au jeu, sensation qui fera naître en eux la fascination et la

motivation nécessaires à la poursuite de leur apprentissage. Il est regrettable de voir encore, dans bon nombre d'entraînements, le jeu relégué au second plan; souvent, les élèves n'ont droit – si tant est qu'il reste encore du temps – qu'à quelques minutes de jeu et ce, au moment où ils sont fatigués. Cette façon de faire, comme on peut s'en douter, n'est pas le meilleur moyen de les motiver ni de les mettre en confiance.

Les jeux proposés pour l'apprentissage doivent, en confrontant les joueurs à des situations variées, leur permettre de trouver par eux-mêmes les diverses solutions qui se prêtent à la résolution d'un problème donné. C'est la raison pour laquelle le contenu de l'entraînement doit privilégier les exercices proches de la réalité du jeu, exercices qui permettent aux élèves d'exercer des coups et des tactiques qu'ils peuvent ensuite appliquer en situation de compétition.

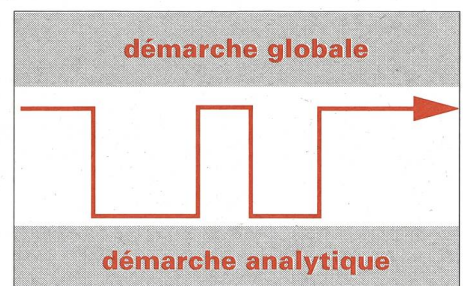
### La méthode G-A-G: éléments théoriques

Le meilleur moyen d'apprendre consiste à jouer sans pour autant renoncer

totale à l'acquisition systématique de certaines capacités et habiletés techniques, tactiques, physiques et psychiques.

Mais qu'entend-on exactement par méthode G-A-G? Cette méthode consiste, en fait, à observer et à analyser une situation de jeu globale ou un élément technique (G comme global) puis, sur la base des constatations dégagées, à sélectionner une situation ou un élément précis qui sera ensuite travaillé isolément (A comme analytique) et finalement réintégré dans le contexte général de jeu (G comme global).

Les joueurs seront davantage disposés à exercer un élément isolément dans la partie analytique si le moniteur tient compte de leurs remarques et de leurs suggestions.



Dans l'enseignement, il doit y avoir alternance entre les phases de jeu (démarche globale) et les phases d'exercice (démarche analytique).

### La méthode G-A-G: exemple d'application

Après la mise en train, la leçon se poursuit avec une première phase de jeu (démarche globale). Le contenu et la forme du jeu proposé aux élèves doivent être les plus proches possible de la forme finale. Le jeu doit, en outre, privilégier les éléments qui constituent le thème de la leçon et permettre aux joueurs de développer des ressources perceptives, décisionnelles, opérationnelles et analytiques. Le moniteur a ainsi la possibilité de cerner les points forts et les points faibles de ses joueurs. Il peut aussi, dans certains cas particuliers, donner déjà certaines instructions correctives sans toutefois entrer dans le détail. Les observations faites dans le cadre de cette première phase de jeu sont ensuite reprises dans la partie dite «analytique».

Dans cette partie, l'accent est mis sur l'exercice et le développement de certains aspects particuliers du jeu, qu'il s'agisse d'éléments techniques, de situations tactiques ou de l'acquisition de nouvelles données. Le rôle du moniteur consiste ici à corriger ses élèves et, au besoin, à leur proposer des exercices de drill. Sont efficaces, dans cette partie analytique, les exercices qui s'apparentent au jeu et qui intègrent son côté stimulant, fascinant et captivant. Leur





*L'introduction au jeu!*

contenu doit s'inspirer de situations de jeu réelles et toujours rester fidèle à l'esprit du jeu. Les techniques sont enseignées en vue de donner aux élèves les moyens de résoudre les tâches auxquelles ils sont confrontés dans une situation donnée. Les tâches peuvent également être organisées de manière à permettre aux joueurs de trouver les solutions par eux-mêmes. Grâce à l'analyse collective faite à l'issue de la première phase de jeu, les joueurs acceptent plus volontiers de s'atteler aux tâches qui leur sont proposées, celles-ci prenant valeur de défis.

La deuxième phase de jeu de la leçon – phase qui relève à nouveau de la démarche globale – permet d'appliquer ce qui a été exercé et prend souvent la forme d'un match à proprement parler. Le moniteur veillera, en modulant les règles du jeu, la grandeur du terrain et le nombre des joueurs, à adapter l'intensité du jeu au niveau des élèves. Il lui appartient également de s'assurer que les élèves aient bien assimilé les instructions techniques et tactiques qui leur ont été données durant la leçon et, au besoin, de les corriger. Cette deuxième phase de jeu est l'occasion pour les joueurs et le moniteur de se rendre compte des progrès qui ont été réalisés.

Jouer implique des tensions. Or, toute tension appelle une détente. En organisant un retour au calme collectif, le moniteur aide les joueurs à se relaxer après l'effort. Le retour au calme et l'étirement accélèrent la régénération et renforcent le sentiment de bien-être après un entraînement ou une compétition.

Travailler avec la méthode G-A-G ne signifie pas que l'on puisse renoncer à fixer des objectifs d'apprentissage et à planifier les entraînements. Les moniteurs qui appliquent cette méthode doivent continuer à préparer leurs leçons et à prévoir des programmes de rechange de façon à pouvoir réorienter l'enseignement en fonction des besoins du moment.

La méthode G-A-G peut être appliquée de façon nuancée, selon la situation d'en-

seignement considérée. C'est dire que les phases de jeu et d'exercice peuvent être conjuguées de différentes manières dans le cadre d'une leçon.

### Introduction au jeu

La méthode G-A-G a pour but de permettre aux élèves, dès le début de l'apprentissage, de se familiariser avec le jeu en jouant – exerçant – jouant – exerçant – jouant, etc. Cette méthode permet ainsi d'associer étroitement, chez les débutants déjà, la formation technique et la formation tactique. Dès la première leçon, le sens du jeu doit être présent dans l'enseignement. Cette démarche favorise, dès le début de l'apprentissage, un comportement judicieux sur le terrain. Les jeux sont ensuite développés en fonction des progrès des élèves. Le fait de pouvoir jouer dès les premières leçons permet de mettre immédiatement les techniques apprises en application dans des conditions de compétition. Cet aspect présente un avantage substantiel par rapport à la formation dite traditionnelle, laquelle exige que les différentes techniques soient exercées longtemps isolément avant d'être mises en pratique dans des conditions correspondant à la réalité. ■

