

Zeitschrift: Mobile: la revue d'éducation physique et de sport. Cahier pratique
Herausgeber: Office fédéral du sport
Band: 1 (1999)
Heft: 1

Artikel: La gestion des différences dans les leçons d'EP et de sport : l'art de concilier les extrêmes
Autor: Meier, Arthur
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-998859>

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

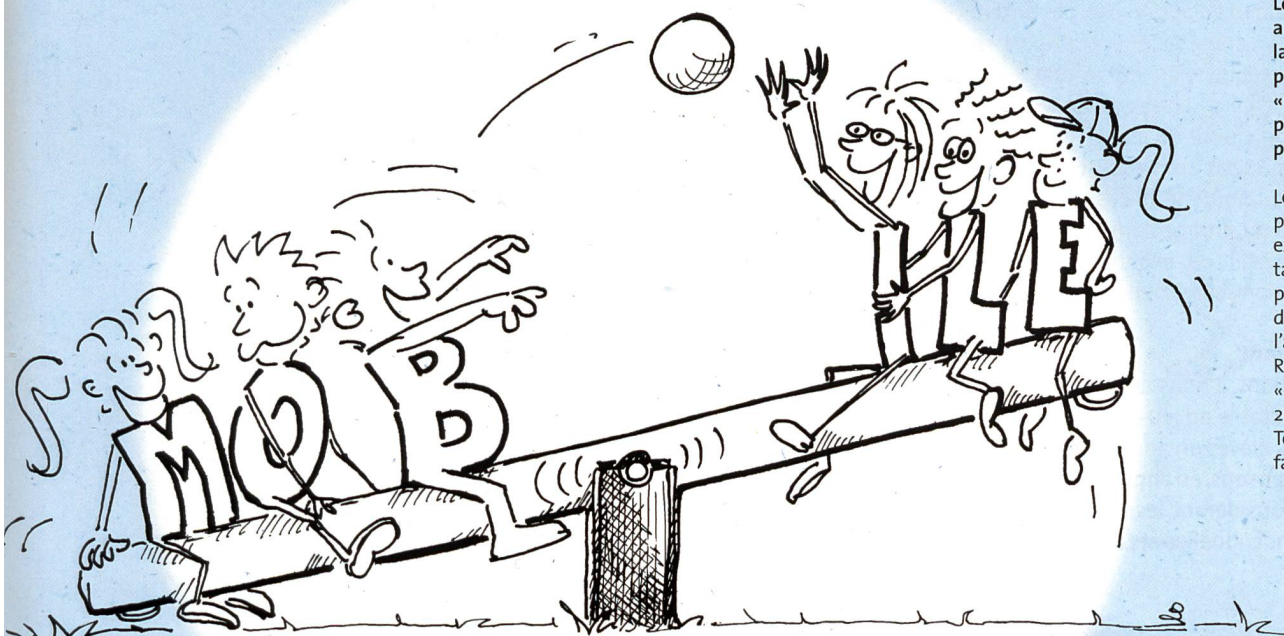
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 28.12.2025

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



Le cahier pratique est une annexe de «mobile», la revue d'éducation physique et de sport. «mobile» comprend 56 pages par numéro et paraît 6 fois par an.

Les lectrices et les lecteurs peuvent commander des exemplaires supplémentaires du cahier pratique au prix de 2 fr. 50 l'unité (frais d'envoi non compris) à l'adresse suivante:
Rédaction de la revue «mobile», EFSM, 2532 Macolin. Tél. 032/327 64 18, fax 032/327 64 78.

La gestion des différences dans les leçons d'EP et de sport

L'art de concilier les extrêmes

«Dans l'autre équipe, ils jouent tous bien. Nous, on doit de nouveau se coltiner Alex et Stéphanie et, comme d'habitude, on va perdre... C'est vraiment pas marrant de jouer dans ces conditions!» Voilà le genre de réflexions qu'on peut entendre dans les salles de gymnastique des écoles primaires, parfois même des écoles secondaires. Dans les clubs sportifs, la réalité n'est pas différente: les meilleurs font toujours équipe avec les meilleurs!

Texte: Arthur Meier
Dessins: Leo Kühne

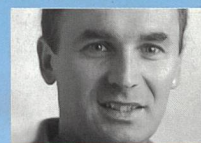
Balle assise, balle brûlée et balle à deux camps sont les jeux les plus pratiqués dans les salles de gymnastique des écoles. Equipes trop grandes, terrains trop petits, ballons trop durs, attente trop longue, jeu trop agressif, bref jouer est pour beaucoup davantage une corvée qu'un plaisir. A tel point d'ailleurs que certaines filles préfèrent se tapir dans un coin plutôt que de se frotter au jeu brutal et bruyant des garçons—quoique, le contraire existe aussi! La réaction de repli de ces élèves est souvent le résultat des mauvaises expériences qu'ils ont faites sur le terrain. Pas étonnant dès lors qu'ils aient de la peine à s'intéresser aux jeux collectifs.

Exclusion sociale

Il en va de même pour tous les élèves qui ont des handicaps, de nature physique ou autre. Les enfants qui ont de l'embonpoint, qui sont chétifs, peureux, ti-

mides, petits, grands ou maigrichons sont souvent les laissés—pour—compte des activités sportives et sociales parce qu'ils ne contribuent pas concrètement à profiler ou à faire gagner le groupe. Ils deviennent alors les boucs émissaires et les souffre-douleur de leurs camarades. L'exclusion sociale est un engrenage impitoyable: les enseignants, dépassés par les événements, ne savent plus que faire pour désamorcer la crise et les «balèzes», qui ne mâchent généralement pas leurs mots, narguent souvent de leur triomphe les «manches» qui, sous l'effet de la frustration, deviennent lentement, mais sûrement des «objecteurs sportifs».

A long terme, les conséquences de cette exclusion sont prévisibles. Au niveau secondaire, elles se traduisent par une perte de l'envie de jouer, mais aussi et surtout par une perte de l'aptitude à jouer. N'oublions pas que les enfants victimes d'exclusion ont été privés d'une expérience importante, celle du succès et de la satisfaction de soi, deux sentiments qui renforcent



Arthur Meier, responsable des éditions de l'ASEP, est maître de sport et de didactique à l'école cantonale et à l'Ecole normale de Soleure.
Adresse: Höhenweg 2, 4500 Soleure.



l'estime de soi, déclenchent des émotions fortes et souvent stimulent la soif d'apprendre. Ces enfants ne peuvent redécouvrir l'envie de jouer et de participer à une action collective que si on leur donne l'occasion de se sentir utiles, voire indispensables, en contribuant au bon déroulement du jeu, en jouant un rôle au sein du groupe et en se mettant au service de l'équipe. A partir du moment où ces conditions sont remplies, le regard du groupe commence lui aussi à changer et un processus de reconnaissance, d'acceptation et d'intégration se (re)met en place.

Rôle de l'enseignant

En tant qu'enseignant, il nous appartient de donner un visage plus équitable au jeu et de favoriser l'intégration de tous les élèves en adaptant les règles des jeux que nous proposons, en choisissant un matériel adéquat et en reconsidérant les dimensions du terrain et les tâches individuelles et collectives. En imposant

par exemple aux élèves qui font partie d'un club de football de ne tirer au but qu'avec leur «mauvais» pied, on les encourage à relever un défi intéressant et on augmente les chances de succès de ceux qui n'ont pas l'habitude de taper dans le ballon rond. De même, on peut donner une tournure différente à un match en décidant, par exemple, que les buts marqués par les filles comptent triple.

Notre rôle consiste à donner des tâches aux élèves, à eux d'essayer de les résoudre compte tenu des conditions posées. Les leçons d'éducation physique, contexte d'apprentissage privilégié s'il en est tant sur le plan pédagogique que social, offrent mille et une possibilités de découvrir et d'expérimenter le partenariat et le travail d'équipe. Exploitions-les!

Remarque: Nous avons choisi de rédiger ce cahier au masculin.

Le principe du record

Quoi? Jeux de renvoi pratiqués dans une optique de collaboration et non d'opposition. Quel est le groupe qui arrive, dans un laps de temps de trois minutes, à se faire le plus de passes sans que la balle ou le volant tombe au sol?

Comment? Par groupe de deux. Les élèves jouent avec différentes sortes de balles (par exemple des balles en mousse sur le terrain A, des balles de tennis sur le terrain B, etc.) et comptent le nombre de passes réussies. Après trois minutes, ils inscrivent le plus grand nombre de passes réussies dans la liste du classement.

Pourquoi? S'adapter à son partenaire. Se concentrer pour faire de belles passes. Jouer l'un avec l'autre.



Tournois élastiques



Quoi? Jeux de renvoi (goba, planche à découper, minitennis, tennis de table, indiaca, badminton) pratiqués sous différentes formes: à 1 contre 1 ou 2 contre 2. Qui comptabilisera, au terme du semestre, le plus de victoires dans les différents tournois?

Comment? Plusieurs matches se disputent à chaque leçon. Les élèves inscrivent leurs résultats respectifs sur la liste prévue à cet effet. L'enseignant met le classement à jour après chaque leçon. Lors de la leçon suivante, chaque élève repère un camarade qui se trouve dans la même partie du classement et dispute un match contre lui. Cette formule garantit des matches plus ou moins équitables, les enfants jouant contre des adversaires de niveau équivalent.

Pourquoi? Jouer avec des partenaires de niveau équivalent. Stimuler l'envie de gagner. Apprendre à aider les plus faibles.

Raquette et tambourin

Quoi? Badminton ou autre jeu de raquette. A 2 contre 2. Un des deux partenaires joue avec une raquette, l'autre avec un tambourin. Les points marqués au moyen du tambourin comptent double.

Comment? Le volant doit être repris tour à tour par chaque joueur. Jouer par-dessus une corde ou un filet.

Pourquoi? Développer l'entente avec le partenaire. Travailler en équipe. Différencier.

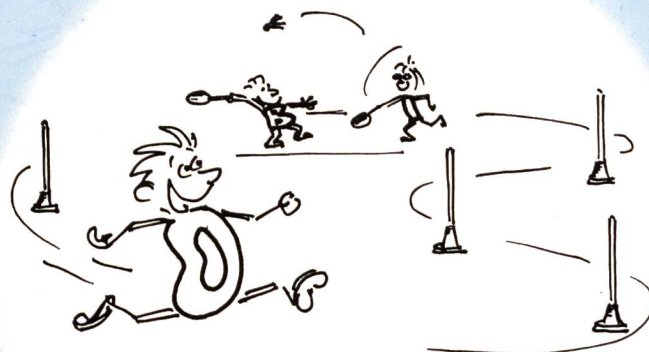


Un contre deux

Quoi? A et B essaient, en jouant au jeu de renvoi de leur choix, de se faire le plus de passes possibles sans que la balle ou le volant tombe au sol. Ils comptent les passes réussies. Pendant qu'ils jouent, C mène à bien une tâche donnée (faire plusieurs tours de salle ou de terrain, grimper, sauter à la corde, etc.).

Comment? Lorsque C s'est acquitté de sa tâche, il interrompt le jeu de ses coéquipiers et prend la place de A. C et B essaient alors de battre le record établi précédemment.

Pourquoi? Jouer l'un avec l'autre. Apprendre à se concentrer. Intégrer une tâche supplémentaire dans le jeu à titre d'entraînement.



Deux contre un

Quoi? Deux joueurs jouent avec une seule raquette de badminton contre un adversaire.

Comment? Après chaque passe, la raquette doit changer de main. Les deux joueurs arrivent-ils à tenir la dragée haute à leur adversaire?

Pourquoi? S'exercer à coopérer en situation de stress. Apprendre à coordonner ses gestes et ses intentions.



Le jeu de l'héritage

Quoi? Choisir un jeu de renvoi et disputer des parties jusqu'à huit points gagnants. Forme de tournoi A contre B.

Comment? Les élèves sont répartis en groupes de trois. A joue contre B. Imaginons que A gagne 8 à 4. C prend la place de B et dispose d'un avantage initial de 4 points contre A (héritage de B). A parviendra-t-il à remonter son retard?

Pourquoi? Essayer de compenser un handicap ou de profiter d'un avantage.



Lutte pour le ballon avec joker

Quoi? Forme de lutte pour le ballon sans dribble. L'équipe attaquante dispose à chaque fois d'un joker, en d'autres termes d'un joueur supplémentaire qui arbore un signe distinctif.

Comment? Le joker n'a pas le droit de tirer au but, mais il joue toujours avec l'équipe en possession de la balle. Ce rôle peut également être confié à des élèves plus faibles.

Pourquoi? Jouer un rôle qui sort de l'ordinaire. Favoriser l'intégration sociale. Être démarqué et disponible pour la passe.

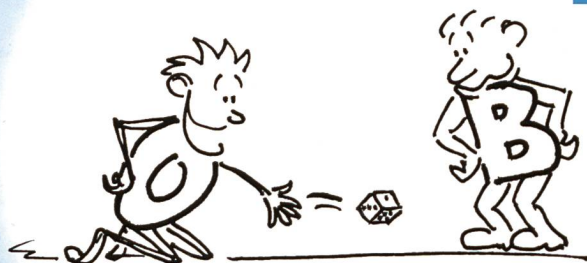


Les dés sont jetés

Quoi? Jeu au choix (football, volleyball, basketball, unihockey, lutte au ballon, etc.). L'équipe en possession de la balle peut exiger un temps mort et jouer des buts ou des points au dé.

Comment? Le résultat du lancer de dé correspond au nombre de buts ou de points que rapportera la prochaine attaque réussie.

Pourquoi? Faire intervenir la chance. S'adapter à de nouvelles situations. Entraîner le comportement tactique.



Jeux avec handicaps

Quoi? Différents jeux (ne pas prévoir des équipes trop grandes) comme l'unihockey et le basket en largeur et différentes formes de lutte pour le ballon. Utiliser des cartes de jass pour former les équipes (méthode aléatoire) et attribuer des handicaps.

Comment? Selon le nombre d'élèves, former des équipes comprenant un nombre différent de joueurs. Par exemple: l'équipe «cœur» contre l'équipe «trèfle» avec 4 joueurs dans la première et 3 dans la seconde. Ou attribuer, en fonction des cartes tirées, un handicap de départ: «pique» contre «carreau», score initial de 0:2. Lorsque le niveau des équipes est inégal, il est également possible de prévoir un score de départ avantageux pour les plus faibles.

Pourquoi? Réagir à une situation donnée. Accepter que le hasard soit de la partie. Essayer de remonter son retard. Essayer de tenir un résultat.

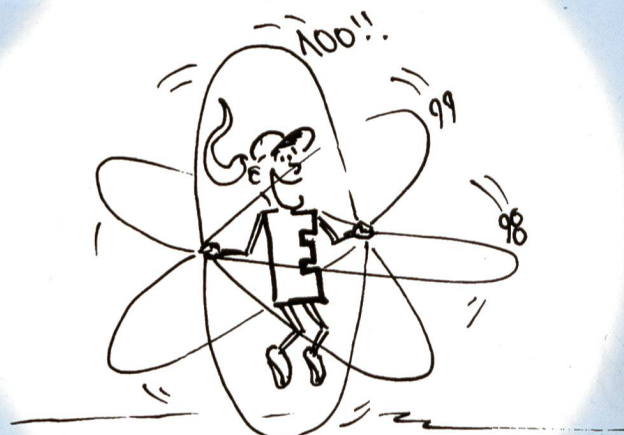


Le but du remplaçant

Quoi? Jeu au choix (lutte au ballon, unihockey, etc.). A4 contre 4 avec un remplaçant par équipe. Le remplaçant peut mettre son attente à profit pour marquer un but ou un point supplémentaire.

Comment? En attendant de pouvoir jouer, le remplaçant peut marquer un but ou un point en s'acquittant d'une tâche (sauter 100 fois à la corde, grimper trois fois au sommet des barres parallèles, etc.). Ce but ou ce point est comptabilisé au moment où il entre sur le terrain.

Pourquoi? Donner la possibilité au remplaçant d'influencer indirectement le jeu. Faire du temps d'attente un interlude dynamique. Apprendre à travailler en équipe.

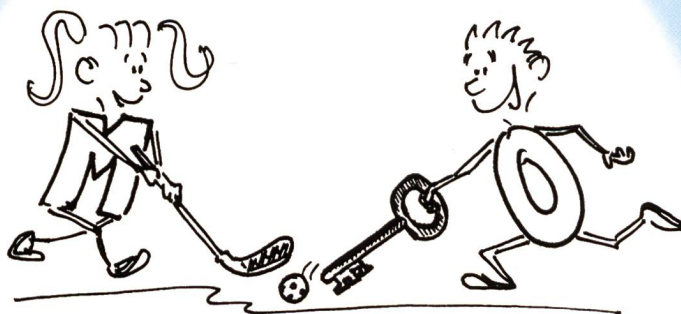


Le joueur clé

Quoi? Jeu au choix (ballon lancé, unihockey, etc.). Désigner dans chacune des équipes un «joueur clé». Il peut très bien s'agir d'un élève plus faible, mais il ne faut pas que ce soit systématiquement le même.

Comment? L'équipe essaie de démarquer son «joueur clé» de façon à ce qu'il puisse marquer. Ses buts comptent double ou triple.

Pourquoi? Intégrer les plus faibles. Attribuer un rôle central au «joueur clé». Assumer des responsabilités. Proposer de l'aide.



Buts au féminin

Quoi? Choisir un jeu qui peut se pratiquer en petits groupes (par exemple la lutte au ballon à 3 contre 3 ou 4 contre 4). Former des équipes mixtes. Les buts marqués par les joueuses comptent double.

Comment? Faire en sorte qu'il y ait le même nombre de filles dans chaque équipe. A elles d'exploiter leur avantage.

Pourquoi? Intégrer les filles dans les «jeux de garçon» (football et handball notamment). Se démarquer et marquer des buts.



Buts champions

Quoi? Jeu au choix à 4 contre 4 ou 5 contre 5. Faire en sorte de stimuler la polyvalence des joueurs qui s'entraînent régulièrement dans un club et qui, par conséquent, disposent d'habiletés motrices et sportives mieux développées.

Comment? Encourager, par exemple, ces bons joueurs à marquer des buts avec leur «mauvaise» main ou leur «mauvais» pied. Les buts ainsi marqués comptent double.

Pourquoi? Stimuler la polyvalence. Faire l'expérience des contraires.



Buts sur passes décisives

Quoi? Jeu au choix à 4 contre 4 ou 5 contre 5. Des buts supplémentaires peuvent être marqués grâce à un certain nombre de passes décisives réalisées par un joueur spécialement désigné pour ce faire.

Comment? Désigner le joueur en question et lui faire porter un signe distinctif. L'arbitre, choisi parmi les remplaçants ou les blessés, compte les passes décisives. Après cinq passes décisives par exemple, l'équipe marque un point supplémentaire.

Pourquoi? Récompenser les joueurs qui contribuent au succès de l'équipe. Permettre de jouer un rôle central au sein du groupe.



Chacun son tour

Quoi? Jeu au choix à 4 contre 4. Le but ne compte que si tous les joueurs de l'équipe attaquante ont touché la balle au préalable.

Comment? Tous les joueurs sont impliqués dans le jeu puisqu'ils doivent au moins toucher chacun la balle une fois. Ce n'est qu'après avoir rempli cette condition qu'ils peuvent conclure leur attaque.

Pourquoi? Faire participer tous les élèves. Amener tous les joueurs à se démarquer et à recevoir la balle. Développer la qualité d'orientation.



Chacun son tour (bis)

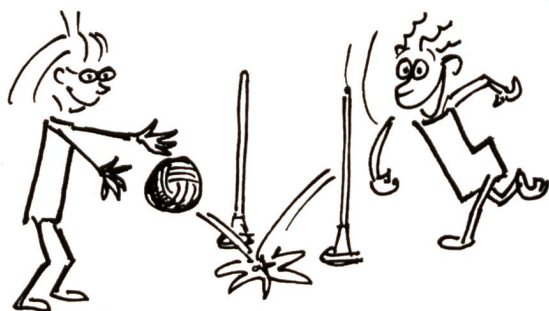
Quoi? Jeu au choix à 4 contre 4. Tous les joueurs de l'équipe doivent avoir touché la balle dans un ordre prédéterminé avant de pouvoir tirer au but.

Comment? Numéroté les joueurs de chaque équipe. Seuls les élèves faisant partie de la même équipe connaissent l'ordre dans lequel la numérotation a été faite. Ils doivent essayer de jouer dans l'ordre qui leur a été attribué et ne peuvent passer à l'attaque qu'une fois que chacun a passé son tour. L'équipe adverse arrive-t-elle à identifier l'ordre dans lequel ils ont joué?

Pourquoi? Faire participer tous les élèves. S'orienter en fonction des numéros. Se démarquer, appeler la balle. Travailler en équipe. Développer le fair-play.



Buts passes



Quoi? Football, basketball ou handball, à 4 contre 4 ou 5 contre 5. Disposer deux ou trois buts (deux cônes, deux piquets) dans chaque moitié de terrain.

Comment? Les attaquants essaient de faire une passe à un de leurs coéquipiers à travers l'un des buts. S'ils réussissent, ils marquent un point. Les défenseurs essaient de les en empêcher. Les lignes de but peuvent être franchies dans les deux sens. Il n'y a pas de gardien.

Pourquoi? Apprendre à se démarquer. Améliorer la précision de ses passes. Améliorer sa vision du jeu. Empêcher les regroupements devant un but. Exploiter l'espace libre.

Points de bonification

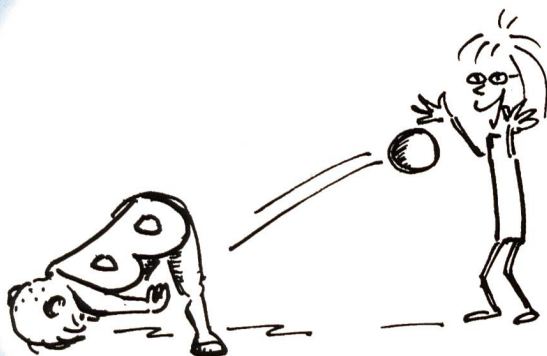
Quoi? Jeu au choix à 3 contre 3 ou 4 contre 4. Tous les joueurs de l'équipe essaient de marquer un point.

Comment? Si tous les joueurs de l'équipe ont réussi chacun à marquer un point, l'équipe se voit gratifier de trois points de bonification.

Pourquoi? Faire participer tout le monde au jeu. Inciter les plus forts à mettre les plus faibles en position de conclure. Travailler en équipe.



Buts sur passe en retrait entre les jambes



Quoi? Forme de lutte au ballon à 4 contre 4 ou 5 contre 5 dans laquelle les buts peuvent être marqués dans une zone de but (de 5 m sur 20) sur passe en retrait d'un coéquipier.

Comment? Le but est valable si A a lancé la balle dans la zone de but à B en faisant une passe en retrait entre ses jambes.

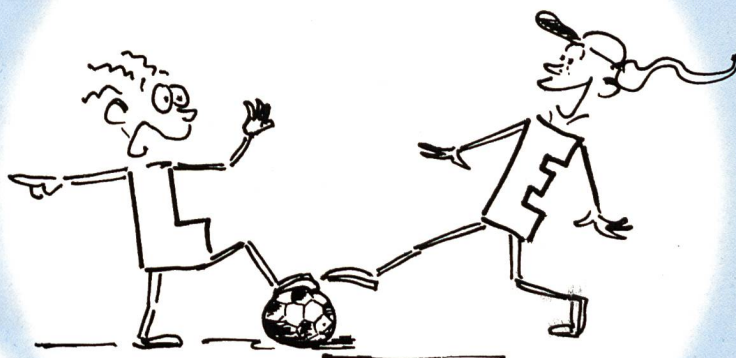
Pourquoi? Améliorer sa vision du jeu. Créer le surnombre. Se démarquer et passer. Entraîner l'habileté.

Buts sur double toucher de balle

Quoi? Match de football à 5 contre 5 avec deux zones de but dans lesquelles des buts peuvent être marqués.

Comment? A pénètre ballon au pied dans la zone de but. Il immobilise le ballon en posant un pied dessus. Il y a but lorsqu'un de ses coéquipiers arrive, avant que le ballon ait été touché par les défenseurs, à poser lui aussi un pied sur le ballon.

Pourquoi? Provoquer le surnombre. Se démarquer. Dribbler et percer. Travailler en équipe.



Buts tunnel

Quoi? Forme de football ou de lutte au ballon à 4 contre 4 ou 5 contre 5 dans laquelle on prépare deux zones de but pour marquer.

Comment? A essaie de faire passer le ballon entre les jambes de son coéquipier qui se tient debout jambes écartées dans la zone de but.

Pourquoi? Se démarquer. Faire des passes précises. Travailler en équipe. Exploiter l'espace.

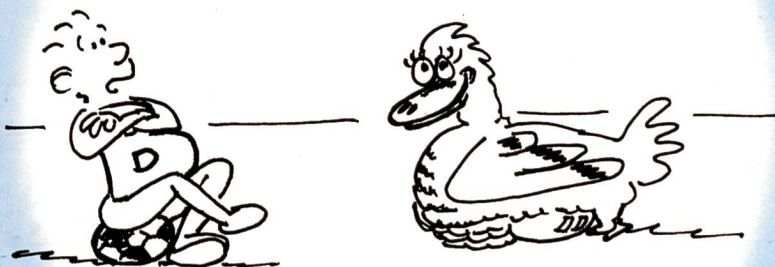


Buts assis

Quoi? Forme de football à 5 contre 5 dans laquelle chaque équipe dispose deux zones de but pour marquer.

Comment? Quel joueur arrive à entrer dans la zone de but et à stopper la balle du pied de manière à pouvoir s'asseoir dessus et marquer ainsi un but?

Pourquoi? Se démarquer, dribbler, passer, défendre.

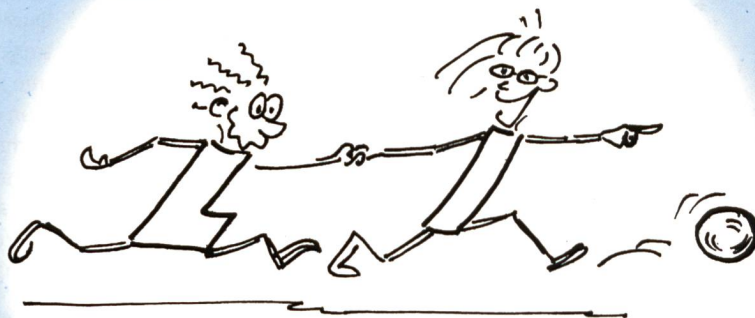


Tandem

Quoi? Sur un terrain équipé de buts surdimensionnés ou de plusieurs buts, deux équipes de football dont les joueurs évoluent par paires essaient de marquer.

Comment? Les joueurs doivent évoluer deux par deux, main dans la main.

Pourquoi? Amener les joueurs plus forts à guider les plus faibles (trajectoires, comportement, etc.). Apprendre à s'adapter.

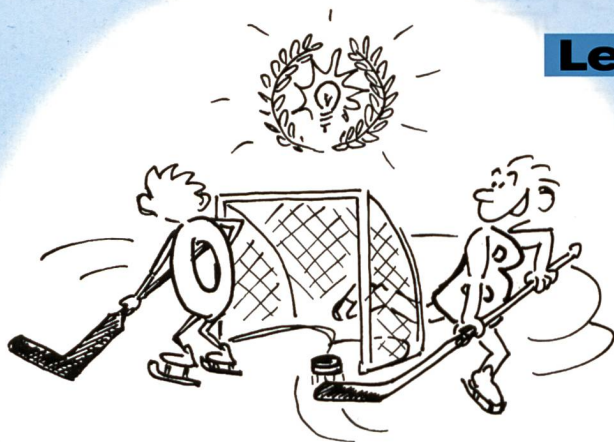


Buts à quatre pieds

Quoi? Sur un terrain équipé de buts surdimensionnés ou de plusieurs buts, deux équipes de football essaient de marquer des buts, chaque joueur étant «ligoté» à l'un de ses coéquipiers.

Comment? Les deux joueurs ont les jambes attachées au moyen de deux chambres à air.

Pourquoi? S'adapter aux mouvements du partenaire. Observer ensemble le jeu et réagir de concert. Apprendre de son partenaire, qu'il soit plus fort ou plus faible.



Le but du mois

Quoi? Les plus beaux points de volleyball, buts de football, paniers de basketball rapportent plusieurs points.

Comment? Après un smash sur une passe basse (volleyball), une reprise de volée (football), un tir par en dessous (basketball) ou en tournant autour du but (unihockey), plusieurs points sont attribués.

Pourquoi? Exploiter les habiletés entraînées en jeu et les récompenser. Donner l'occasion aux meilleurs joueurs de mettre leur savoir-faire en valeur. Pimenter le jeu et faire grimper le suspense.

Opposition et collaboration

Quoi? Forme de tournoi avec score final entre 4 équipes de 4 joueurs qui s'affrontent dans les deux moitiés de la salle.

Comment? À l'issue des rencontres, perdants et gagnants se regroupent pour faire une partie de tir à la corde contre les deux autres équipes. Cette activité de collaboration peut donner l'occasion aux joueurs de glaner quelques points qui seront intégrés dans le score final du tournoi.

Pourquoi? Passer d'une activité d'opposition à une activité de collaboration. Faire preuve d'égard et de respect envers autrui. S'amuser.

