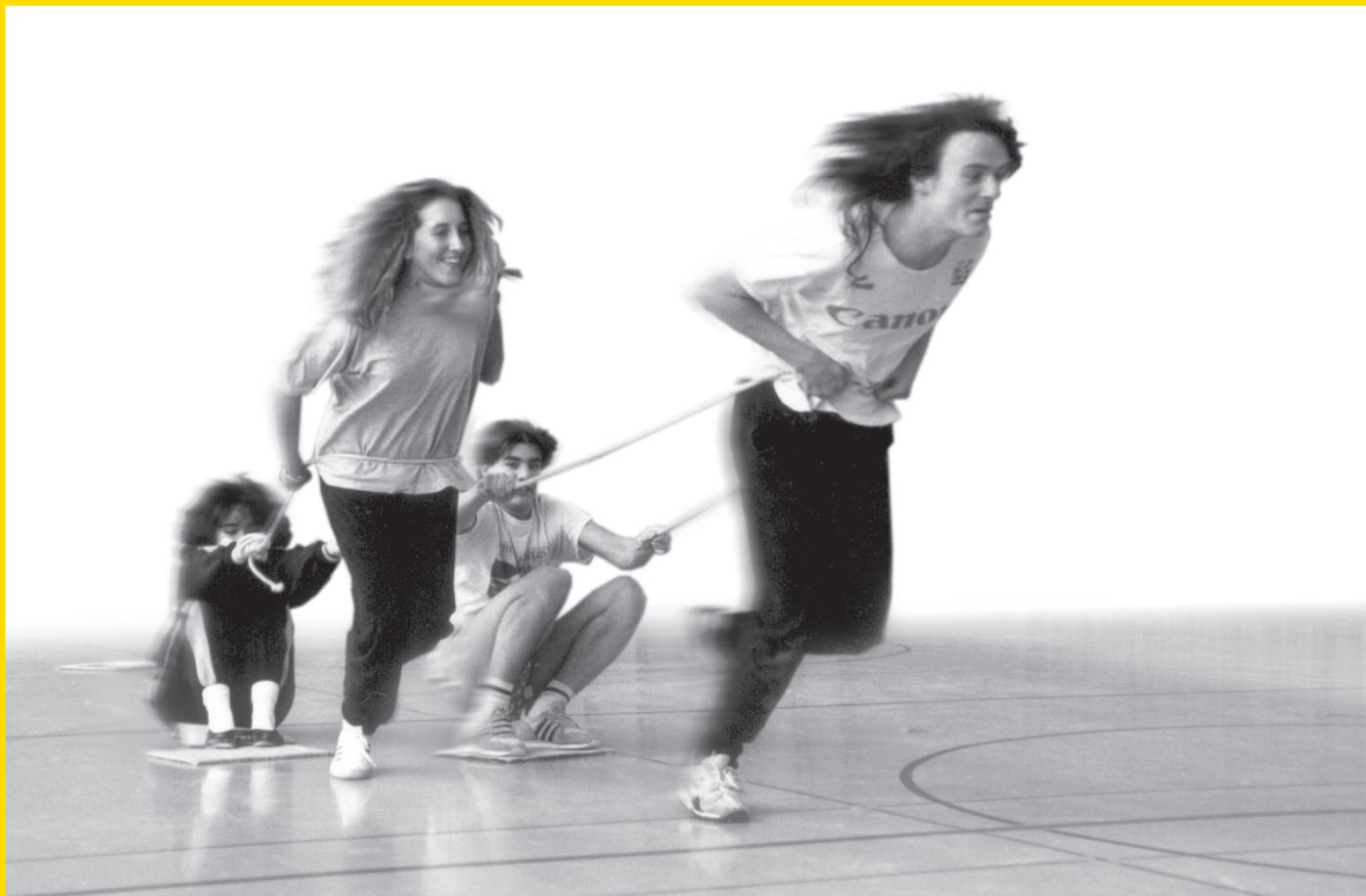


# 5

Manuel 6 Brochure 5



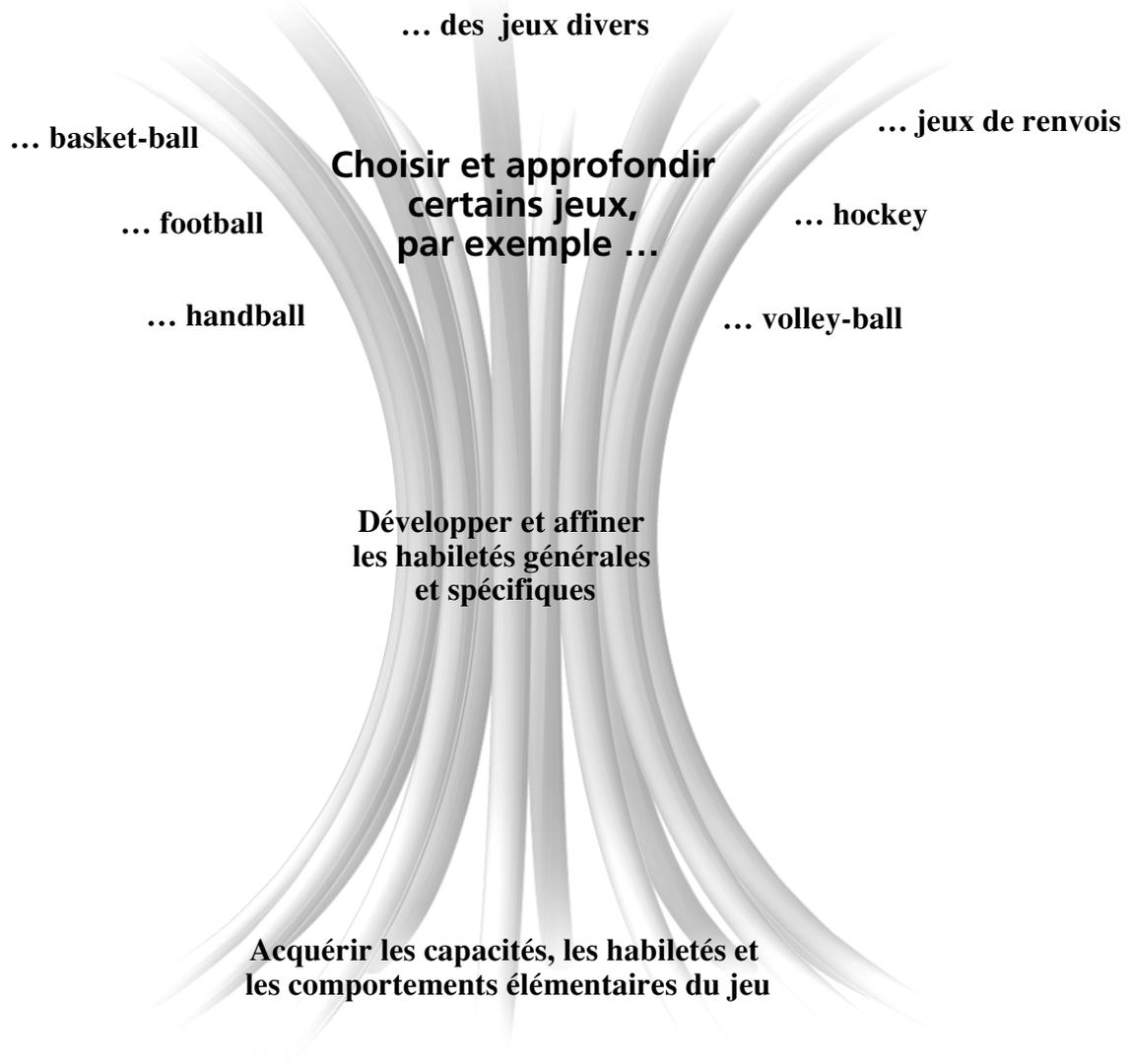
# Jouer

SPORTERZIEHUNG  
EDUCATION PHYSIQUE  
EDUCAZIONE FISICA  
EDUCAZIUN FISICA



# La brochure 5 en un coup d'oeil

---



Les jeunes développent des capacités spécifiques au jeu (par ex. sens du jeu), des habiletés (par ex. adresse avec le ballon) et des comportements (par ex. fair-play, esprit d'équipe) et expérimentent le suspense, la fascination et le plaisir du jeu.

Accents de la brochure 5 des manuels 2 à 6:  
➔ Voir page 3 de la couverture à la fin de cette brochure

---

## Accents de la brochure 5 des manuels 2 à 6

---

- Jouer seul, à deux, en petits ou en grands groupes
- Découvrir et acquérir les capacités fondamentales du jeu dans des espaces originaux, avec du matériel attractif et principalement par des situations de jeu ouvertes
- Vivre des jeux de course, de poursuite, des jeux chantés, etc.
- Apprendre à respecter les règles et les adversaires



Ecole enfantine,  
degré pré-scolaire

- Par des situations ouvertes de jeu, développer et appliquer des formes et des règles de jeu
- Négocier en commun les règles, les accepter et les respecter
- Ensemble, approfondir et varier les jeux connus
- Réaliser de multiples expériences de jeu en variant le matériel, l'espace et le temps
- Eveiller le sens du fair-play
- Apprendre à jouer en équipe



1<sup>re</sup> – 4<sup>e</sup> année scolaire

- Apprendre, appliquer et mettre en forme des éléments techniques et tactiques de base du jeu
- Acquérir les règles fondamentales de jeux codifiés
- Jouer à quelques jeux sportifs sous une forme scolaire
- S'intégrer dans une équipe et jouer avec loyauté
- Entraîner des habiletés motrices spécifiques à d'autres domaines d'activités, aussi avec des balles



4<sup>e</sup> – 6<sup>e</sup> année scolaire

- Approfondir les compétences fondamentales de jeu et le sens du fair-play
- Exercer globalement les habiletés motrices spécifiques au jeu
- Apprendre à connaître d'autres jeux (d'autres cultures par ex.)
- Parler des problèmes liés au jeu tels que: la violence, l'agressivité, le fair-play, les règles, les élèves plus faibles, etc.
- Mettre l'accent sur un ou deux jeux sportifs



6<sup>e</sup> – 9<sup>e</sup> année scolaire

- Intensifier l'apprentissage de quelques jeux d'équipe sur une période prolongée
- Appliquer et mettre en forme des capacités techniques et tactiques
- Jouer sans arbitre (s'auto-arbitrer) et avec fair-play
- Découvrir et apprendre des jeux nouveaux ou traditionnels



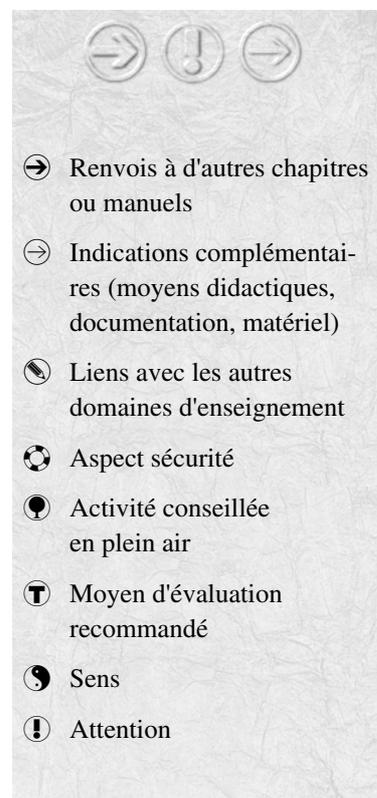
10<sup>e</sup> – 13<sup>e</sup> année scolaire

Livret d'éducation  
physique et de sport

- Le *livret d'éducation physique et de sport* contient des remarques et des suggestions sur les thèmes suivants: idées de jeu pour les loisirs, règles de jeu, matériel, jonglage, fair-play, etc.
-

# Table des matières

<b>Introduction</b>	2
<b>1 Jouer</b>	
1.1 Jouer ensemble, de manière sensée et adaptée	3
1.2 Développer les capacités spécifiques	4
1.3 Analyser et améliorer le jeu	5
<b>1 Jeux sportifs traditionnels</b>	
2.1 Basket-ball: bloquer et attaquer	6
2.2 Basket-ball: variantes de jeu	7
2.3 Handball: exercer les positions de jeu	8
2.4 Handball: défendre et attaquer	9
2.5 Football: affiner la technique et la tactique	10
2.6 Football: jouer sur un petit terrain	11
2.7 Unihockey: améliorer la vision du jeu	12
2.8 Unihockey: variantes de jeu	13
2.9 Volley-ball: exercer la tactique d'équipe	14
2.10 Volley-ball: améliorer le bloc	15
<b>3 Jeux de renvois</b>	
3.1 Du jeu du volant au badminton	16
3.2 Du ping-pong au tennis de table	17
3.3 Du mini-tennis au tennis	18
3.4 Du jeu contre le mur au squash	19
<b>4 Autres jeux</b>	
4.1 Baseball	20
4.2 Tchoukball	21
4.3 Jongler	22
4.4 Bowling	23
<b>Sources bibliographiques et prolongements</b>	24



# Introduction

---

## Jouer ... et la fascination du jeu

L'issue incertaine, le suspense, le va-et-vient entre le succès et le non-succès, la comparaison, les émotions et les contacts les plus variés... sont quelques caractéristiques du jeu et de l'action ludique qui éveillent et maintiennent le goût du jeu dès l'enfance et jusqu'au troisième âge.

Le principe *ludique* est omniprésent, non seulement dans le cadre sportif, mais aussi dans toutes sortes de domaines de la vie. La pratique sportive est cependant spécialement propice à l'expérience ludique, que ce soit dans les sports d'équipes, dans les sports avec partenaire ou dans les sports dits individuels. L'aspect ludique influence chaque discipline sportive. Il est recherché et souvent privilégié individuellement, de manière intentionnelle ou non.

Le "langage" ludique est universel, ne nécessite pas de connaissances linguistiques particulières et permet les contacts les plus divers, allant même jusqu'à l'intégration sociale.

Les situations de jeu constituent, de par leur variété infinie, des domaines d'apprentissage idéaux et incontournables et visent des buts éducatifs (p.ex. fair-play dans tous les domaines).

➔ Sens et interprétation du jeu: voir bro 5/1, p. 2 ss.



Jeux d'équipes



Jeux avec partenaire



Jeux individuels

## Contenu de la brochure

La brochure *Jouer* aborde les jeux sportifs, au sens le plus étroit du terme, les jeux d'équipes, les jeux avec partenaire ainsi que les jeux individuels. La *partie didactique* analyse la compréhension du jeu, élément indispensable à la pratique du jeu sportif.

La *partie pratique*, composée de divers contenus, donne toute une panoplie d'exemples, de possibilités de transferts, dans l'enseignement de l'éducation physique. Les idées présentées, les adaptations, les installations, les procédures, les moyens didactiques, les formes de tests, etc. sont aussi transférables à souhait à d'autres disciplines sportives (pour autant qu'il y ait similarité de structures des disciplines et créativité chez les enseignants et enseignés).

Les répétitions sont volontairement évitées afin que cette brochure présente, malgré un nombre limité de pages, une grande variété de situations et de procédures d'apprentissage.

---

# 1 Jouer

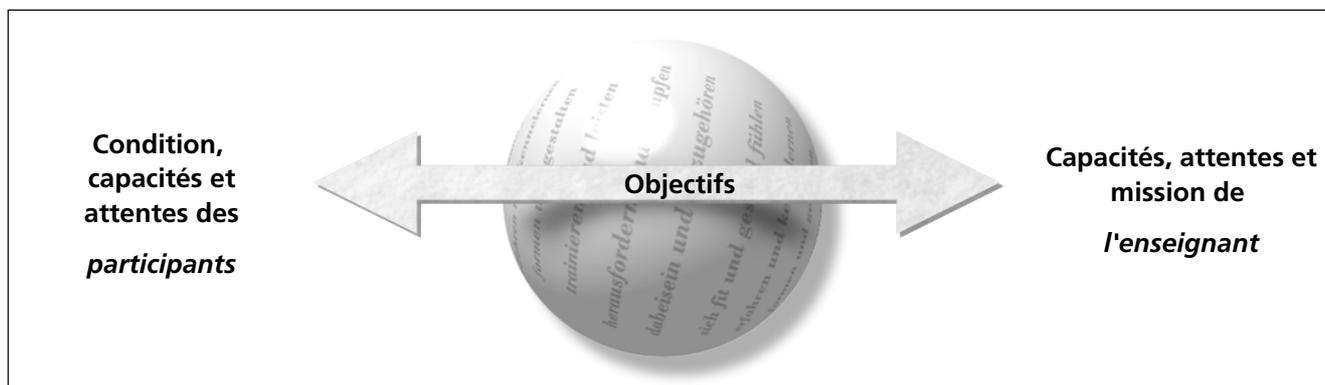
## 1.1 Jouer ensemble, de manière sensée et adaptée

L'être humain est joueur de par sa nature. Le jeu représente pour lui une réalité vécue, un temps mis à part. Chaque jeu est en quelque sorte un lieu d'expérimentation où les joueurs découvrent, agissent et réagissent.

Nous découvrons notre propre personnalité au travers du jeu, des objets de jeu et par la prise en compte des partenaires de jeu dans des moments de tensions, de déceptions, de joie et de satisfaction. Cette auto-découverte nous ouvre des perspectives uniques. Le suspense, l'alternance entre la réussite et la non-réussite, l'issue incertaine du jeu ainsi que les distinctions faites entre les "petits jeux" et les jeux sportifs fascinent beaucoup de jeunes adultes. Leurs capacités et leur enthousiasme pour différents jeux permettent une multitude de choix, de contenus et d'interprétations.

Des accents sont placés dans les jeux et les disciplines sportives, des objectifs sont fixés dans une collaboration étroite entre les enseignants et les participants et basés sur le dialogue et le partenariat. L'enseignant apporte ses compétences, ses attentes, informe sur les exigences du plan d'études de manière transparente, tout en tenant compte des conditions, des capacités et des attentes des jeunes.

➔ Concevoir, réaliser et évaluer les jeux:  
voir bro 5/1, p. 13 ss.



Un enseignement des jeux équilibré tente d'élargir l'éventail des disciplines sportives et d'arranger une multitude de situations de jeu. L'enseignement des jeux sportifs s'articule autour de trois axes principaux:

- Développer la *capacité de jeu* globale,
- Acquérir des *comportements de fair-play*,
- Eveiller et entretenir le *goût du jeu*.

➔ Apprendre et enseigner les jeux – en un coup d'oeil:  
voir bro 5/1, p. 12

## 1.2 Développer les capacités spécifiques

### Composantes – compréhension du jeu

La compréhension du jeu se développe peu à peu par un travail systématique, transparent et adapté des *composantes du jeu*. Les composantes des structures complexes d'un jeu sportif sont:

- *Le groupe* (comportements, homogénéité, hétérogénéité)
- *L'action ludique* (idée de jeu)
- *Les règles du jeu* (adaptation des règles)
- *Le suspense* (issue incertaine, réussite - non-réussite)
- *Le jeu collectif* (capacités, compétences)
- *Les joueurs* (jeu individuel, équipe)
- *L'environnement* (installations sportives, matériel de jeu)



Plus grandissent la compréhension et la réalisation que le jeu est un réseau d'éléments reliés les uns aux autres, plus les joueurs sont en mesure de gérer de manière autonome des processus de jeu tendant à produire et maintenir le suspense.

➔ Capacités spécifiques; compréhension du jeu: voir bro 5/1, p. 6

Pour démanteler la complexité des structures de jeu et obtenir, appliquer ou créer des jeux sportifs, les modes de fonctionnement pédagogiques *seul*, *à deux*, *en groupe* sont idéaux. Trois accents peuvent être placés à l'intérieur même de ces trois formes sociales: *ensemble*, *à côté*, *contre*.

➔ Structures des jeux sportifs: voir bro 5/1, p. 10 s.

Chez les jeunes adultes expérimentés, l'entrée peut se situer à divers niveaux. Exemples: de l'action de jeu globale à l'analyse et l'entraînement d'aspects partiels puis retourner à une action de jeu complexe ou partir d'un élément simple isolé pour parvenir à une action de jeu complexe.



Avec un objet de jeu;  
avec un objet sur un but

- *Seul*
- *A côté*
- *Contre*



Avec un objet de jeu;  
avec un objet sur un but

- *Avec son partenaire*
- *A côté*
- *Contre*



Avec un objet de jeu;  
avec un objet sur un but

- *Avec ses partenaires*
- *A côté des autres*
- *Contre*

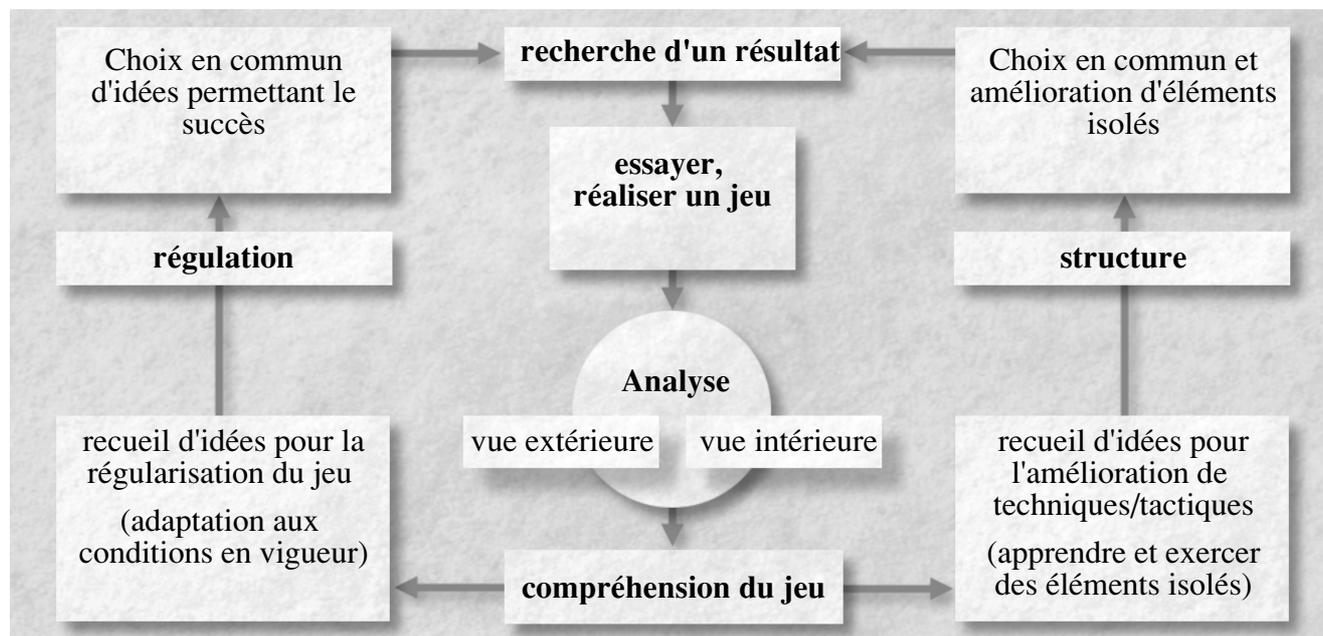
### 1.3 Analyser et améliorer le jeu

L'analyse du jeu renseigne sur le déroulement de celui-ci. Elle est composée des impressions des observateurs (vue extérieure) mais aussi du vécu, des sensations et des expériences des joueurs (vue intérieure). Cette manière de procéder permet l'amélioration ou la modification d'un jeu:

- Les actions et adaptations *régulatrices* sont transférées et testées dans une phase de jeu prolongée.
- Une démarche *structurée* diminue la complexité du jeu. Les mouvements spécifiques élémentaires (techniques) ou actions ludiques (tactiques) sont travaillés et exercés séparément puis intégrés au jeu.

Les deux démarches précédentes sont *orientées vers un résultat* et ont pour but d'améliorer le jeu ou certaines de ses composantes. L'option pour l'une ou l'autre de ces démarches dépend des diverses composantes du jeu. Elle se détermine souvent en groupe, en fonction de la situation. Les liens qui s'établissent entre les différents aspects durant le processus de création du jeu sont résumés dans le tableau ci-dessous.

➔ Evaluer les jeux:  
voir bro 5/1, p. 15;  
méthode "G-A-G":  
voir bro 5/1, p. 13



#### Individualiser et différencier

Dans l'attribution des tâches, les capacités des participants doivent être sollicitées de manière adaptée, que ce soit en phase d'acquisition, d'application ou de création. Le travail en groupes, en petits groupes ou le travail individuel permettent des phases d'apprentissage favorables aux besoins de tous les participants.

## 2 Jeux sportifs traditionnels

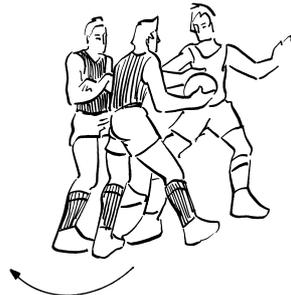
### 2.1 Basket-ball: bloquer et attaquer

Les jeunes découvrent et comprennent que le bloc est un moyen offensif efficace. Ils apprennent à appliquer cet élément tactique au jeu. 🎯 Si possible aussi en plein air.

**Créer des possibilités de tirs au panier grâce à des positions de blocs judicieuses.**

**Le bloc:** Lors du bloc, un attaquant sans balle se place à côté du défenseur du porteur du ballon pour limiter sa liberté de mouvement. Le porteur du ballon laisse le défenseur se heurter au bloqueur et transperce la défense.

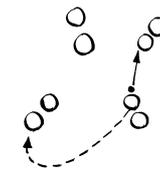
*Position de bloc:* le bloqueur prend une position large et stable (écartement des pieds supérieur à la largeur des épaules), bras croisés devant la poitrine. Il coupe ainsi une trajectoire possible pour le défenseur.



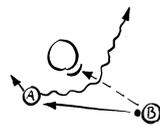
➔ La compréhension d'un déroulement moteur complexe est indispensable à un apprentissage efficace.

#### Apprendre à bloquer:

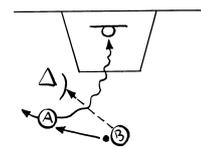
- Passer-courir en carré: par petits groupes, les élèves se disposent en carré: passe à droite, déplacement à gauche. Ce schéma de base permet diverses possibilités de passes et de directions de course (avec deux balles, en triangle, avec feintes).
- Position de bloc contre un remplaçant fictif, par groupes de deux: A se place devant un cerceau. B fait une passe à A et forme un bloc à côté du cerceau. Après une feinte du côté dépourvu de bloc, A pénètre en passant à côté du bloc. A et B échangent leur position et répètent l'exercice auprès d'un autre cerceau. Avec ou sans progression en direction du panier.
- Position de bloc contre un défenseur, par groupes de trois: le défenseur, relativement passif au début, devient de plus en plus actif. A doit se libérer du défenseur et se démarquer par une feinte avant de recevoir la balle. Après un passage réussi, B (passeur et bloqueur) devient défenseur, ce dernier prend la fonction de A (attaquant) et A celle de B, etc.
- Position de bloc contre deux défenseurs: A et B ont chacun un défenseur. B doit, à son tour, se frayer un passage par une feinte (1) avant de passer la balle à A. Après chaque passage réussi, les attaquants échangent leur rôle avec celui des défenseurs.



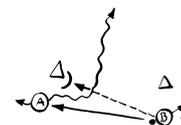
➔ Des formes d'exercices d'initiation augmentent la faculté de concentration.



⚠ Le timing est déterminant; s'exercer d'abord au ralenti!

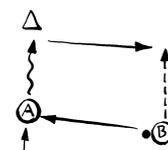


➔ Les limitations imposées par les défenseurs permettent un entraînement efficace de l'attaque.



#### Exercer le bloc:

- Jeu 2:2: A et B attaquent contre deux défenseurs en dribblant et en réalisant des passes depuis le milieu du terrain. Le bloc est placé en fonction de l'endroit de l'aboutissement de la dernière passe. Au terme de l'action, A et B deviennent défenseurs pour une nouvelle paire d'attaquants.
- Jeu 2:1 sous un panier: application pratique du bloc en situation de jeu. Echange volant des rôles (les attaquants deviennent défenseurs) après un panier marqué ou une perte de ballon.



Ⓜ Qui applique le bloc dans une situation de jeu?

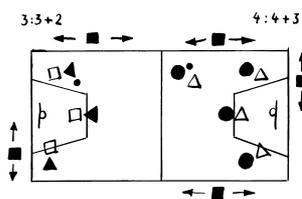
## 2.2 Basket-ball: variantes de jeu

Nous essayons divers éléments techniques et tactiques, les appliquons au jeu et les exerçons. Afin de rendre possibles les indispensables contacts avec la balle et afin que tous les joueurs puissent jouer simultanément, nous procédons à quelques modifications des règles de jeu.

**Nous adaptons les règles du jeu pour permettre à un grand nombre de joueurs de jouer.**

**Formes de jeux avec joueurs complémentaires:** Des joueurs annexes participent au jeu et ont des rôles liés au jeu:

- Positions de distributeurs neutres: un nombre identique de joueurs se trouve sur le terrain. Plusieurs joueurs se trouvent à l'extérieur du terrain et jouent le rôle de passeurs neutres pour les deux équipes. Ils n'osent pas se déplacer avec la balle et ne peuvent entrer sur le terrain. Ils redonnent la balle à un joueur de l'équipe duquel ils l'ont reçue.
- Distributeurs d'équipe: chaque équipe a ses propres coéquipiers dont la liberté de mouvements est limitée (définir différentes zones). Il n'est pas permis de gêner l'adversaire.
- Sous un seul ou deux paniers: 3:3+2 / 4:4+3 / 5:5+3

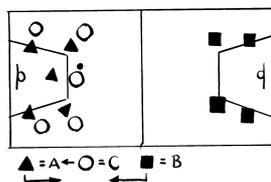


⇒ Observer l'action de jeu et s'y adapter.

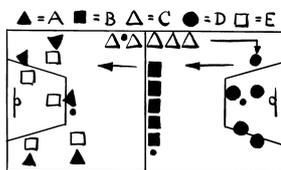
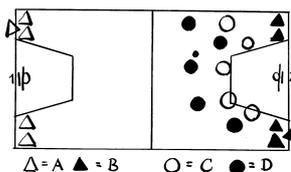
⇒ Les joueurs du terrain et les joueurs complémentaires se coordonnent et s'habituent les uns aux autres.

**Plusieurs équipes en même temps:** Les différentes équipes restent inchangées. Les joueurs collaborent et coordonnent leurs interventions.

- 3 équipes se relaient: l'équipe A défend un panier, B se charge de l'autre. C attaque contre A. Si C perd la possession du ballon ou marque un panier, A attaque contre l'équipe B, etc. Une équipe attend toujours la prochaine offensive et organise la défense, jusqu'à la fin de l'action opposée.
- Basket-ball en estafette avec 4 équipes: l'équipe D attaque en direction du panier 2, C défend. Si D perd la possession du ballon ou marque un panier, elle se rend à la salle d'attente près du panier 2 et l'équipe B entame (avec sa propre balle) une attaque en direction du panier 1. Très vite, l'équipe C traverse le terrain et défend le panier 1. Si B perd la balle, A entre en jeu. Chaque équipe défend 3 fois (6 fois, 9 fois).
- Travail par vagues, avec 5 équipes: l'équipe E défend, A attaque. Les équipes B, C et D se trouvent dans des "salles d'attente" et sont affairées à diverses tâches (tirs au panier, formes de passe, exercices de détente, de coordination...). Si A perd le ballon (tir au panier), A défend contre B, etc.



⇒ Transdisciplinarité. Ces idées sont aussi transférables à d'autres disciplines sportives.



**Streetball:** Huit équipes de 3 joueurs jouent sous 4 paniers.

- Si l'équipe défensive entre en possession du ballon, elle doit le faire ressortir au-delà de la zone de trois points (ou autre limite déterminée auparavant). Une passe est obligatoire avant le tir au panier.
- Celui qui commet une faute la signale de lui-même.



Ⓣ Auto-annonce des fautes – "test de fair-play"!

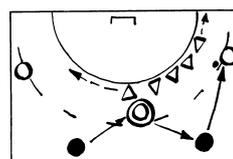
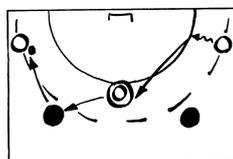
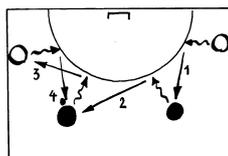
## 2.3 Handball: exercer les positions de jeu

Dans ce chapitre, il s'agit d'appliquer les capacités techniques et tactiques élaborées jusqu'ici dans des formes de jeu de handball et de travailler les positions de jeu du handball. L'aspect du *fair-play*, caractéristique de ce sport, y est tout particulièrement mis en évidence.

**Jouer au handball en bénéficiant d'une bonne vue d'ensemble et de positions claires.**

**Jeu de course et de position:** Prendre diverses positions d'attaque devant chaque but. Chaque position peut être occupée au moins par deux personnes. La balle circule selon un schéma prédéfini:

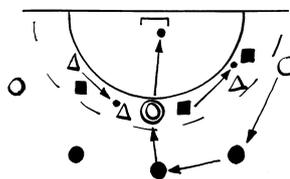
- 2 ailiers; distributeurs à droite et à gauche: pénétration de l'ailier droit (1) passe au distributeur – passe au second distributeur (2) – passe au premier ailier (3) puis retour (4), etc.
- 2 ailiers, 3 distributeurs: la balle est jouée de la droite vers la gauche, l'ailier gauche fait une passe diagonale à l'ailier droit, etc.
- 2 ailiers, 2 distributeurs, 1 pivot: ce dernier reçoit la balle depuis l'aile et passe la balle au distributeur droit (ou gauche), etc.
- Avec défense passive: 4–6 élèves se déplacent le long de la ligne de surface de but. Les attaquants effectuent des passes jusqu'à ce que l'un d'eux se trouve dans une position de tir adéquate (feintes!).



⇒ De petites balles facilitent la prise de balle d'une seule main.

**Handball avec perturbateur:** 2 groupes (2 x 3 élèves) se font des passes entre la ligne de surface de but et la ligne de lancer franc. Un troisième groupe (6 élèves) essaie de jouer entre ces deux groupes de 3 ("perturbateurs", voire "adversaires imaginaires"), afin de pouvoir tirer au but ou sur un objet quelconque depuis la ligne de but sans être gêné.

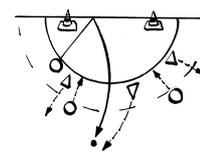
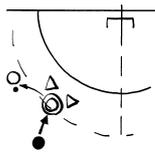
- Prévoir les changements de rôles.
- 2 groupes de 6 attaquants jouent simultanément et essaient d'éviter 2 groupes de "perturbateurs".
- Les positions de l'équipe attaquante sont clairement définies: 2 ailiers, 1 pivot, 3 distributeurs. Chaque attaquant doit avoir touché la balle au moins une fois avant la fin de l'action. Echanger les positions à la conclusion de l'action.
- Les "perturbateurs" peuvent gêner activement l'attaque sans négliger leur propre jeu.



⇒ Jouer les uns à côté des autres – les uns contre les autres.

**Jouer dans de petits groupes:** 3:2, 3:3, 4:3. Le terrain est subdivisé en plusieurs petits terrains:

- Sur le terrain partagé dans le sens de la longueur, 3 attaquants (1 ailier, 1 distributeur et un pivot) jouent contre 2 défenseurs et essaient d'atteindre une cible.
- La largeur du terrain partagé dans le sens de la largeur est rétrécie (largeur 8–10 m). 3 distributeurs (ou 3 distributeurs et 1 pivot complémentaire) jouent contre 3 défenseurs.
- Jouer à 3:3. Le but compte si un membre de l'équipe attaquante a réussi à lancer la balle contre le mur sans interception de l'équipe défensiveuse.



⇒ Tchoukball: voir bro 5/6, p. 21 et bro 5/5, p. 51

## 2.4 Handball: défendre et attaquer

Dans le jeu, la réussite dépend en grande partie d'une bonne organisation et de l'attribution des positions de jeu. Une défense efficace est primordiale pour un jeu intelligent et réfléchi.

**Automatiser et varier des tactiques de jeu.**

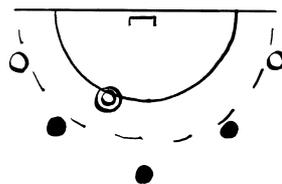
**Organisation de l'attaque et de la défense:** selon la grandeur de la salle, il est judicieux de réduire le nombre de joueurs de 6:6 à 5:5. Les positions de jeu sont définies au sein de l'équipe:

*Positions d'attaque* (selon la grandeur des groupes):

- 3 J: 3 distributeurs
- 4 J: 2 distributeurs, 2 ailiers
- 5 J: 2-3 distributeurs, 2 ailiers, 0-1 pivot
- 6 J: 2-3 distributeurs, 2 ailiers, 1-2 pivot(s)

*Positions de défense:*

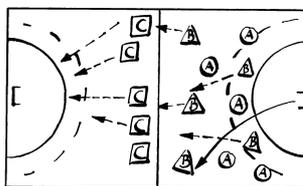
- Tous les défenseurs jouent les uns à côté des autres entre la ligne de surface de but et la ligne de lancer franc (6:0).
- Un défenseur s'occupe du porteur du ballon et essaie d'intercepter les passes en diagonale (5:1).
- Deux défenseurs se répartissent une zone. L'un d'eux défend sur le porteur du ballon, selon la situation; tous deux essaient d'intercepter les passes (4:2).



⚠ Les joueurs expérimentés se chargent de "coacher" leur équipe.

### Test des positions:

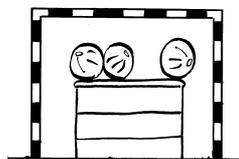
- Jeu alterné de 3 équipes sur tout le terrain : après conclusion de l'action de A, l'équipe défensive B devient attaquante contre l'équipe défensive C, déjà en place. Puis C contre A, etc.
- Comportement lors d'une contre-attaque: les défenseurs attendent les attaquants au niveau de la ligne centrale. Une balle est prête dans le but (tempo!).



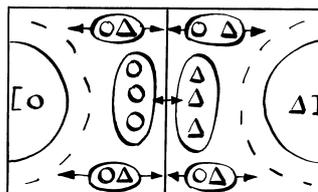
Ⓣ Quelle est l'efficacité des joueurs sur la position qu'ils ont choisie? Les élèves s'observent mutuellement.

**Gardien de but virtuel:** Les exercices de tirs au but depuis des endroits variés sont importants jusqu'à ce que les jeunes aient intégré une défense efficace.

- Jeux sans gardien: suspendre un tapis dans le but (au moyen de cordes à sauter). Un cordeau élastique subdivise le but en plusieurs zones de points. Des ballons lourds posés sur un caisson (placé dans le but) font office de cibles. Les joueurs définissent et inventent des cibles.
- Buts mobiles: le "gardien de but" se déplace sur la ligne de but en tenant un tapis faisant office de cible. Ou: une personne placée derrière le but fait bouger une balle (suspendue à la latte supérieure du but).
- "Handball-handicap": jeu à 7:7. La surface de but est prolongée jusqu'à la ligne de lancer franc. Seuls 5 joueurs de chaque équipe peuvent se tenir dans une moitié de terrain. Les défenseurs, respectivement les attaquants-ailiers, restent dans leur moitié de terrain, les 3 distributeurs jouent à la fois en attaque et en défense (essayer diverses consignes de position).
- Instaurer des "handicaps" pour les très bons joueurs.



⚠ Le rôle de gardien de but est très contraignant et peut être dangereux pour des joueurs inexpérimentés. Une analyse commune du jeu peut mener à des formes de jeu inoffensives et tout de même plaisantes.



## 2.5 Football: affiner la technique et la tactique

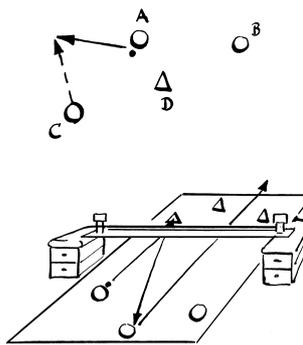
Nous testons et nous améliorons la technique de base et la sensation de la balle de manière ludique. Les bases tactiques importantes et les stratégies offensives et défensives sont exercées dans des situations de jeu typiques.

🕒 A réaliser si possible aussi en plein air.

**Exercer la technique et la tactique de manière combinée.**

**Exercer la passe au sol:** Jeu à 3:1. A, B et C jouent ensemble contre le défenseur D. Ils se passent la balle de manière rapide, précise et directe. Ceci implique une bonne vision périphérique, une bonne maîtrise de la balle, de la précision de jeu, la connaissance du tacle et du démarquage.

- Tirs au sol rapides: jeu à 3:3. Les équipes essaient de jouer la balle directement, en la faisant passer sous un obstacle et de la faire franchir la ligne de fond adverse.
- Aussi avec passes (2 touches), à 5:5 sur le terrain de volley-ball, de badminton, par-dessous un filet tendu près du sol, avec 2 balles, etc.

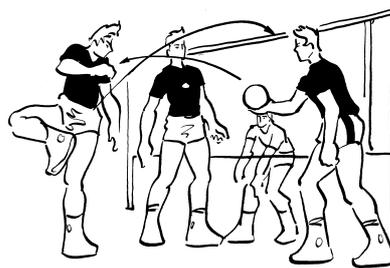


🕒 Les résultats obtenus lors d'un test servent de base pour la planification de la suite de l'enseignement.

👉 Les joueurs adaptent les règles en fonction de leurs capacités.

**Jeux de jonglerie avec les pieds:** De petits groupes jonglent en cercle avec différentes balles. Les conditions sont modifiées et discutées en fonction du degré de difficulté et des savoirs.

- Takraw (jeu de foot-volley-ball asiatique): jeu à 3:3 sur un terrain de badminton. La balle (balle spéciale que l'on peut se procurer dans le commerce) est mise en jeu sur une reprise directe après une passe. Elle franchit le filet après un maximum de trois contacts. Les contacts multiples sont autorisés. Les "pros" jouent sans contact avec le sol (susciter des comparaisons avec les règles de volley-ball).

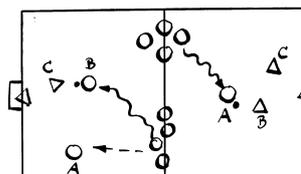
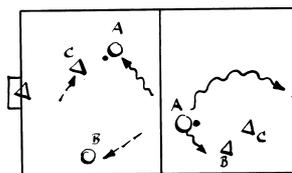


👉 Prendre des mesures tendant à régulariser le jeu. Veiller à intégrer les élèves moins habiles.

**Jouer en infériorité ou en supériorité numérique:**

Attaquer simultanément depuis la moitié du terrain sur les deux buts. Ajouter des tâches complémentaires en fonction des niveaux de compétence, p.ex.: les élèves expérimentés ne jouent qu'avec le pied le plus faible.

- Avec ou sans gardien de but. Les "buts" sont modifiés: couvercles de caisson, bancs suédois, tapis, démarcations, un ou plusieurs "buts", etc.
- Inversion des fonctions d'attaque et de défense, p.ex.: au terme de chaque attaque, après une réussite, une défaite, un certain temps donné, etc.
- Attaque 2:1: les attaquants (A+B; A est en possession du ballon) ne doivent pas se côtoyer de trop près, sans quoi C pourrait les couvrir tous les deux. B (sans balle) se démarque dans une position de tir adéquate.
- Attaque 1:2: l'attaquant A pénètre la défense (après une feinte) à vive allure (effet de surprise).
- Défense 2:1: A attaque. B défend près du ballon et essaie de l'intercepter, C soutient B dans son action.
- Défense 1:2: C défend et essaie de contraindre B (en possession du ballon) à jouer sur le côté (Tacle), de manière à l'empêcher de passer à A.



🕒 Une bonne organisation permet une grande intensité.

👉 Transdisciplinarité! Reprendre les mêmes exercices et les transférer au handball, basket-ball et hockey. Aider, conseiller, corriger aussi les bons joueurs.

## 2.6 Football: jouer sur un petit terrain

Les participants apprennent et expérimentent les bases tactiques du jeu sur un petit terrain. On améliore ainsi la faculté de jeu. Des accents sont placés (p.ex. rythme de jeu, tempo, occupation de l'espace, etc.). 🎯 Jouer aussi en plein air à chaque fois que cela est possible.

**Essayer diverses positions de base:** Par diverses dispositions, on sollicite la compréhension du jeu et l'on découvre différentes variantes de jeu. Exemples:

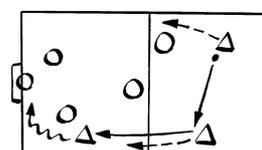
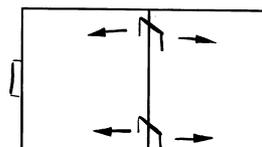
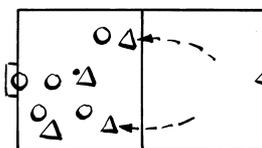
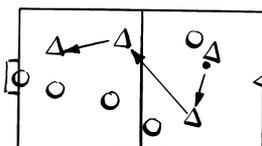
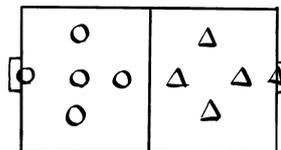
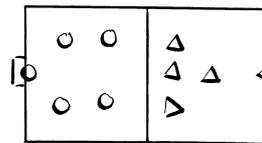
- 2 attaquants, 2 défenseurs (= forme de base; bonne occupation de l'espace; les attaquants sont couverts de manière optimale).
- 1 défenseur, 3 attaquants (= forme offensive comportant une prise de risque accrue; le défenseur est fortement sollicité).
- 3 défenseurs, 1 attaquant (= forme défensive; idéale pour la contre-attaque contre des équipes fortes).
- 1-2-1: avantages, inconvénients?

"Règles du jeu et de conduite":

- Chaque position doit être occupée en tout temps.
- Chaque joueur doit occuper successivement chaque position (changer les positions).
- Déplacement compact de l'équipe en direction du côté où se trouve le ballon.
- Bonne répartition dans l'espace défensif.
- Attaque précoce sur tout le terrain (ou seulement depuis la ligne centrale; avantages, inconvénients?)
- Construction du jeu par les côtés.
- Jouer en forme de W en cas de contrainte adverse dans le camp défensif (pas de passes en diagonale!).

**Variantes tactiques:** Diverses variantes de jeu sont exercées séparément, automatisées puis appliquées dans le jeu de manière ciblée.

- Augmenter la vitesse: jeu à 5:5. Le nombre de contacts avec la balle est limité jusqu'au jeu direct. Exercer le one-deux, d'abord de manière isolée, puis dans des formes de jeu simples. But: éviter le jeu individuel et solliciter la capacité de perception et de prise de décisions. Cette forme se prête à un entraînement de la condition physique intégrée au jeu.
- Occuper un espace: jeu à 5:5. Le but ne compte que si tous les attaquants se trouvent dans le camp adverse. But: l'équipe toute entière est impliquée dans l'attaque de manière "compacte" (haute intensité).
- Décentraliser le jeu: jeu à 5:5. Pour parvenir dans le camp adverse, la balle doit franchir l'un des deux buts (p.ex. haies d'exercice, piquets ou autres) placés sur les deux côtés de la ligne centrale. But: attaque par les deux côtés, décentralisation du jeu vers des espaces libres.
- Déclenchement rapide de l'attaque: jeu à 5:5. Seul le jeu direct est autorisé dans la partie défensive. Le jeu est libre dans le camp offensif. But: sortie et progression rapide du ballon du camp défensif vers le camp offensif.



**Petites équipes:  
beaucoup de touchers  
de balle; chaque élève  
compte; grands  
progrès.**

➔ Les bons joueurs mettent leur expérience à disposition. Comparer avec les bases tactiques d'autres jeux sportifs.

➔ Définir les règles du jeu avec les joueurs. On peut provoquer certains comportements tactiques par diverses limitations et consignes.

➔ Développer les formes de jeu, essayer des variantes; trouver des avantages et des inconvénients.

➔ Analyse du jeu: auto-évaluation des joueurs (comparer les impressions, commenter des prises de vue vidéo, évaluer des tâches d'observation, etc.).

🏆 Championnat d'établissement, tournoi de jeu ou autres.

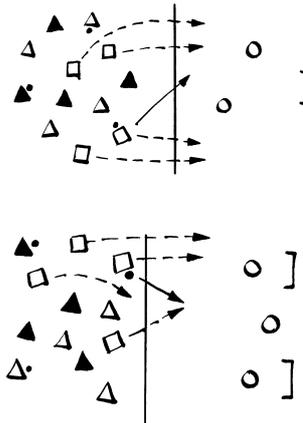
## 2.7 Hockey: améliorer la vision du jeu

Un jeu rapide et réfléchi exige une bonne vision du jeu et une bonne technique. Nous essayons d'améliorer la vision du jeu en ajoutant des règles complémentaires régissant l'occupation de l'espace.

**Faciliter la vision du jeu au moyen de règles complémentaires.**

**Jeu dans toute la salle:** Jeu à 4:2. Plusieurs groupes de 4 élèves se passent leur objet de jeu dans une moitié de salle. Au signal de l'enseignant, le groupe désigné déclenche une attaque contre le but opposé. 2 joueurs défendent depuis la ligne centrale et essaient d'empêcher l'équipe attaquante de marquer un but. Au terme de chaque attaque, le groupe de 4 retourne dans sa moitié de terrain avec son objet de jeu.

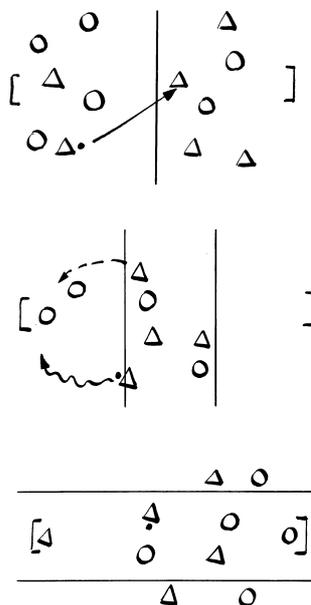
- Les deux défenseurs sont remplacés par deux attaquants s'ils réussissent à éviter un but adverse.
- Les défenseurs tiennent leur canne à l'envers.
- 4:3 (avec un gardien de but)
- Attaques sur deux buts.
- Le tir au but doit être réalisé sur une reprise directe.



⚠ Ces formes de jeux de hockey peuvent aussi être appliquées aux autres jeux sportifs (football, basket-ball, handball).

**Jeux de zones:** Différents dessins de terrains de jeu servent à subdiviser le terrain de hockey en diverses zones. Les jeux de zones suivants améliorent le jeu direct, la vision du jeu, le raisonnement tactique et le démarquage dans des espaces libres.

- Jeu à 6:6 dans 2 zones transversales: la ligne centrale partage le terrain de jeu en deux zones. 4 attaquants se détachent de 2 défenseurs. En surnombre, ils tirent sur le but vide. Les défenseurs essaient d'entrer en possession de la balle et de passer la balle à leurs attaquants se trouvant au-delà de la ligne centrale.
- Jeu à 4:4 dans 3 zones transversales: tous les joueurs peuvent se tenir dans la zone centrale. Les deux autres tiers de terrain sont occupés par respectivement 2 joueurs par équipe, au maximum (2 attaquants et 2 défenseurs). L'un des deux défenseurs est gardien de but et doit garder au moins une partie de son corps dans la surface de but.
- Jeu à 5:5 dans 3 zones transversales: 3 joueurs, dont 1 gardien de but, évoluent dans la large zone centrale. 1 élève par équipe joue dans une zone latérale.



⇒ L'évaluation collective des séquences de jeu suscite une prise de conscience quant à l'occupation de l'espace et la vision du jeu.

*Variantes de jeu:*

- Modifier le nombre de joueurs, p.ex. celui des attaquants par rapport à celui des défenseurs.
- Respecter scrupuleusement les zones, avec ou sans franchissement autorisé des lignes avec la canne.
- Changement de zone "volant". P.ex.: Le porteur de la balle change de zone. Spontanément, un coéquipier passe dans la zone sous-occupée.
- Les élèves se répartissent les zones en fonction des préférences et des savoirs de chacun.
- Les élèves définissent eux-mêmes des zones et décrivent les répercussions observées dans le jeu.

⇒ Développer et adapter ensemble les règles (définition des zones).

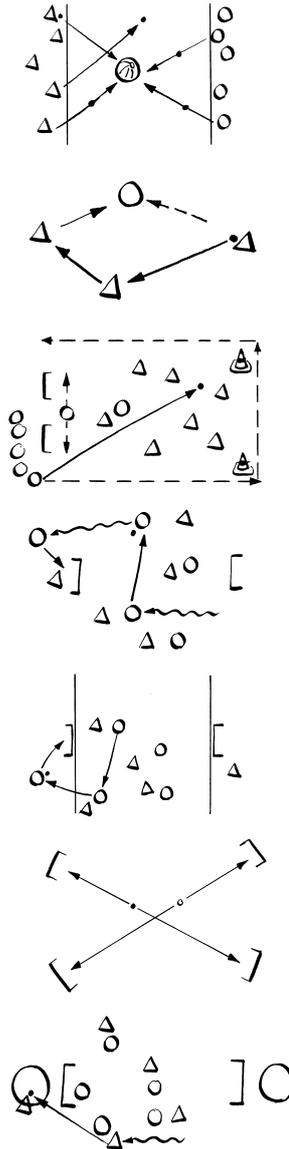
## 2.8 Hockey: variantes de jeu

Les enseignants et les élèves développent ensemble des formes de jeu de hockey motivantes. Des tâches tactiques et techniques accentuent l'idée directrice. Les conditions de jeu modifiées exigent des règles adaptées et précises.

**Nous varions le jeu du hockey et améliorons ainsi la technique et la tactique.**

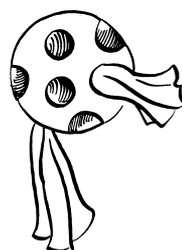
**Variantes de hockey:** Des idées de jeu connues et adaptées peuvent donner des formes de jeu de hockey attrayantes.

- Hockey-rollmops: grâce à des tirs habiles, deux équipes essaient d'atteindre une balle légère (ballon de plage gonflable) et de la propulser au-delà de la ligne adverse depuis leur ligne respective.
- Hockey-chasseur: l'équipe A représente les lièvres. Ils se déplacent en gardant leur canne au sol. Les chasseurs de l'équipe B essaient, après plusieurs passes habiles (une ou plusieurs balles), d'atteindre les palettes ou les pieds des membres de l'équipe A.
- Hockey brûlé: l'équipe A est composée de coureurs. 1 élève frappe la balle dans le terrain, réalise un tour de salle en courant et franchit la ligne d'arrivée. Les joueurs de l'équipe B sont répartis sur le terrain et essaient, le plus rapidement possible, d'atteindre l'un des deux buts placés sur la ligne de départ. 1 membre de l'équipe A peut intervenir comme défenseur, un autre comme gardien des deux buts pour freiner l'action adverse, voire éviter un but. La course du coureur A est interrompue dès qu'un but a été marqué. Les tours achevés donnent des points pour l'équipe A, les buts sont comptabilisés pour l'équipe B. Changement de rôles après un temps donné.
- Hockey-éclair: les conducteurs de balle ne peuvent se déplacer qu'en avant, les passes ne peuvent être réalisées qu'en arrière. Le tir au but est lui aussi effectué en arrière (depuis derrière la ligne de fond) sur des buts tournés de 180°.
- Hockey-marqueur: les buts sont tournés de 180°. Un attaquant se trouve derrière chaque ligne de but. Ce "marqueur", à qui l'on attribue une passe depuis le terrain, essaie d'atteindre le but vide d'un tir direct.
- Jeu mixte: 2 groupes (4 équipes) jouent simultanément sur des buts placés dans les quatre coins d'un terrain avec des balles de couleurs différentes.
- Jeu avec buts complémentaires: l'équipe attaquante marque un point supplémentaire si elle réussit à arrêter la balle dans un cerceau placé derrière le but adverse.



⇒ Essayer d'appliquer ces formes à d'autres jeux sportifs.

**Diversité du hockey:** Le hockey en salle, le unihockey, le hockey sur terre, le street-hockey, le roll-hockey, le hockey sur glace sont autant de variantes de ce jeu passionnant. Le hockey sur glace et le roll-hockey nécessitent, en plus d'un matériel de jeu spécial (balles spéciales, pucks), un équipement de protection adéquat. La technique, la tactique, le fair-play et le respect des règles sont des éléments incontournables.



⚠ La balle idéale pour toutes les formes de jeu de hockey: la balle de unihockey contenant un sautoir.

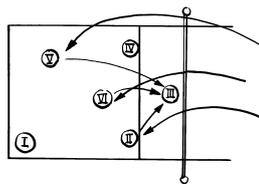
⇒ Le fair-play est plus efficace que le meilleur équipement de protection.

## 2.9 Volley-ball: exercer la tactique d'équipe

Pour pouvoir jouer au volley-ball avec des joueurs de niveaux différents, la tactique d'équipe doit être le plus simple possible. Les connaissances tactiques peuvent être appliquées au jeu et automatisées au travers d'exercices tactiques proches de la réalité.

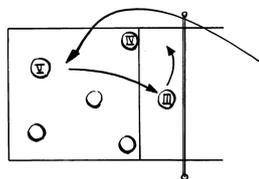
**Une tactique simple nous conduit au succès: réception – passe – smash – point!**

**Réception du service:** Les positions I et V réceptionnent les services longs, les II et IV les services courts près des lignes latérales et le VI se préoccupe des réceptions des services courts dans la zone centrale. Une balle haute est adressée en avant au passeur III. Si III n'est pas en mesure de passer la balle, un joueur se trouvant sur une position voisine s'en charge.

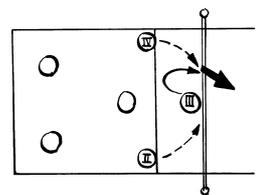


➔ La numérotation des positions débute avec la position du serveur et se poursuit dans le sens contraire des aiguilles de la montre. Des positions de bases correctes doivent être prises au moment du service adverse.

**Construction:** Le passeur III observe le service, se tourne en direction du joueur qui réceptionne la balle, observe la réception et se place sous la balle. Il s'oriente en direction de la position d'attaque et passe la balle en hauteur et près du filet. Si III reçoit la balle depuis le côté gauche, il la passera plutôt à l'attaquant IV et vice-versa.



**Attaque:** Les positions II et IV sont les 2 possibilités d'attaque à disposition. Après la réception du service, tous deux se tiennent prêts à attaquer la balle adressée par III. La position d'attaque idéale se trouve à environ 3 m du filet, près de la ligne latérale.

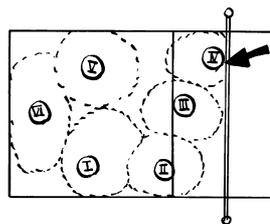


⚠ La ligne d'attaque sépare les joueurs avant des joueurs arrière. Ces derniers ne peuvent ni bloquer, ni smasher dans la zone d'attaque.

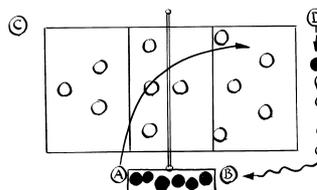
**Bloc:** Si l'attaque est effectuée au moyen d'un smash, les positions défensives contiguës à la position attaquante contrent l'attaque au moyen d'un bloc.

⚠ Prudence lors des prises d'élan et des réceptions!

**Défense:** Les positions non impliquées au bloc s'éloignent du filet de 2–3 m et essaient d'intercepter les balles courtes pour les remettre au passeur (balle haute et en avant). Les positions I et V sont à 4–5 m du filet et à 2 m de la ligne latérale. Elles se chargent des balles mi-longues. La position VI se tient à 2 m de la ligne de fond et réceptionne toutes les balles longues jouées au fond du terrain.

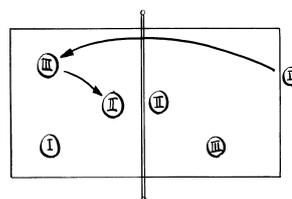


**Jouer intelligemment:** A et B se tiennent près d'une caisse contenant des balles située sur le côté du terrain. En cas de faute, A ou B lance respectivement une balle haute par-dessus le filet; le jeu se poursuit. C et D ramassent les balles jouées.



⚠ Interrompre la partie si des balles roulent sur la surface de jeu!

- Une passe haute et longue remplace le service.
- Aides: marquer les positions (p.ex. au moyen de papier collant); se parler (crier "oui!").
- Sans rotation; avec changement de position ciblé; avec rotation dans le sens des aiguilles de la montre.
- Interruptions permettant des analyses du jeu.
- 1 point par action offensive en trois temps réussie.
- Une faute commise octroie un point à l'adversaire.
- Transposer ces connaissances tactiques au beach-volley: 4:4 / 3:3 / 2:2.

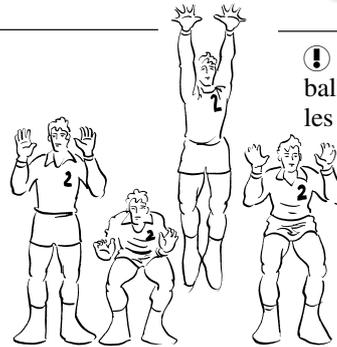


➔ Beach-volley: voir bro 5/5, p. 41. Au début, essayer de faire jouer les autres, p.ex. en instaurant la règle suivante: ceux qui renvoient une balle inatteignable obtiennent un point de pénalité. Par la suite, de petites formes compétitives sont réalisables.

## 2.10 Volley-ball: améliorer le bloc

Pour pouvoir contrer efficacement un smash adverse, nous apprenons le *Bloc*. Les attaquants tenteront donc de frapper la balle à côté du bloc. Comme cela est difficile, les chances de succès de la défense arrière s'en trouvent sensiblement accrues.

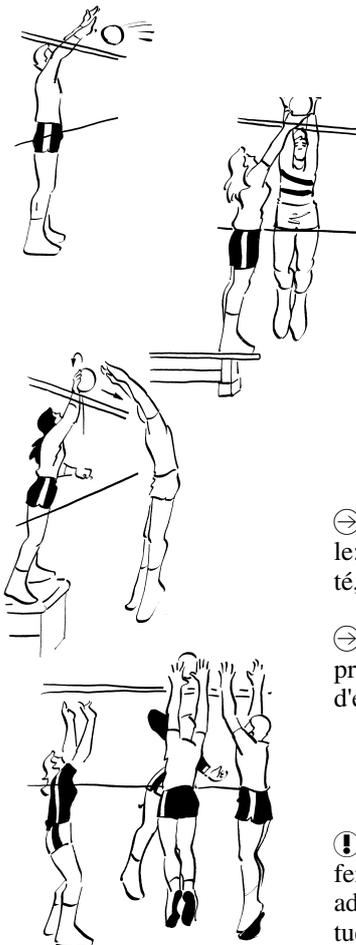
**Le bloc:** Position de base: mains légèrement au-dessus, à côté et devant les épaules. Distance par rapport au filet: env. 50 cm, genoux légèrement fléchis. De la position genoux fléchis, sauter en extension. Les bras sont tendus. Les doigts sont écartés et tendus, les pouces sont pointés l'un vers l'autre et se touchent presque. Les mains vont légèrement à la rencontre de la balle et sont tournées en direction du terrain adverse. Les articulations des mains s'abaissent au moment de l'impact avec la balle. La réception est douce et amortie.



⚠ Le bloc est appliqué pour les balles à trajectoire plate et les balles attaquées au ras du filet.

### Apprentissage structuré du bloc:

- Position des doigts, des mains et des bras: A se tient devant le filet tendu à la hauteur de la tête en position de bloc. B est à 2–3 m du filet et lance des balles en direction du bloc A. D'abord lentement puis de plus en plus vite. La balle heurte le bloc et rebondit dans le terrain de B.
- Sauter au bloc: B est debout sur un banc suédois et tient une balle au-dessus de la bande du filet. A saute en extension, presse avec ses deux mains sur l'hémisphère supérieure de la balle puis se réceptionne en équilibre et en douceur.
- Léger déplacement latéral avant le saut au bloc: B est debout sur un banc suédois et tient la balle au-dessus de la bande du filet, à divers endroits. A se déplace sous la balle au moyen de 1–2 pas latéraux croisés et bloque la balle stationnaire.
- Sauter au bon moment: B (debout sur un caisson suédois) lance la balle au-dessus de sa tête et la frappe contre le bloc de A. A bloque la balle peu avant ou au point culminant du saut en extension.
- Exercer la forme finale: B se tient près du filet et lance des balles verticalement à 2–3 m de hauteur. 3 joueurs frappent la balle à tour de rôle. A et A' sautent simultanément au bloc pour couvrir une zone de bloc supérieure. Ceci leur permet d'intercepter davantage de balles d'attaque (forte dispersion). Ils sautent en extension peu après l'attaquant.
- Application au jeu: au moins 1 joueur bloque à chaque fois que la balle passe le filet. Bilan: le bloc n'a de sens que si l'adversaire attaque la balle après un saut en extension ou près du filet.



⇒ La mise en place de méthodes d'apprentissage structurées est recommandée pour l'apprentissage d'éléments techniques et tactiques, aussi dans les autres jeux sportifs.

⇒ Organiser de manière optimale: circulation de la balle, intensité, corrections.

⇒ Le bloc prend position dans le prolongement de la trajectoire d'élan de l'attaquant.

⚠ Mise en place du bloc à 2 défenseurs seulement si les smashes adverses sont fréquents et fructueux.

**Technique individuelle:** Durant les pauses, les élèves améliorent leur technique de base. Exemple:

- Une balle par élève; jouer contre le mur: service par en-bas – réception sur soi-même – smash – réception... et ainsi de suite.



Ⓣ Evaluation périodique de la technique de base individuelle. Des prises de vue vidéo facilitent l'autoévaluation.

## 3 Jeux de renvois

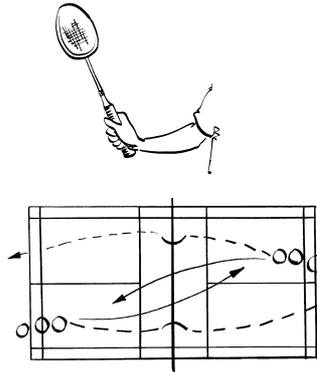
### 3.1 Du jeu du volant au badminton

Savoir jouer *ensemble* au volant est une condition préalable à l'apprentissage. A partir de là, nous construisons les bases techniques du badminton. Leur application au jeu *les uns contre les autres* motive beaucoup les jeunes à améliorer leur technique individuelle.

#### Du volant sur gazon au jeu sportif badminton.

**Petits concours:** Avant de jouer, il faut sensibiliser les élèves à la prise, au timing et au dosage de la force.

- Jeu tournant: 2-4 joueurs forment une colonne de chaque côté du terrain, près de la ligne de fond. Le premier du groupe le plus nombreux engage (jeu diagonal continu dans les carrés de service), change de côté et se place en queue de la colonne opposée...
- Qui manque le moins de balles en un temps donné?
- Quel groupe de 2 peut jouer avec 2 balles simultanément?
- A et B jouent avec (contre) B et C. Chaque paire ne dispose que d'une seule raquette. Un joueur la transmet à son partenaire après chaque coup joué.

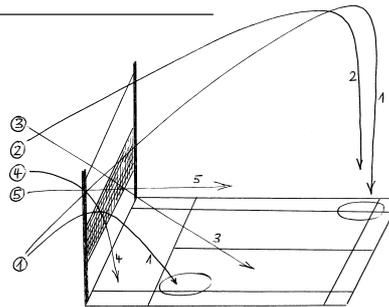


☉ Aussi en plein air si le vent est nul.

⚠ Comparer le principe de la prise de la raquette avec ceux des autres jeux de renvois (p.ex. la prise universelle du tennis).

**Jeux de trajectoires de vol:** Par groupes de 2, les élèves exercent des trajectoires de vol imposées:

- 1 Depuis le carré de service, servir entre le filet et un cordeau tendu dans des cerceaux plus ou moins éloignés.
- 2 Jouer haut au-dessus du cordeau (clear).
- 3 Jouer énergiquement vers le bas entre le filet et le cordeau (smash; le partenaire renvoie à mi-hauteur).
- 4 Jouer court au-dessus de la bande du filet (drop).
- 5 Tir à l'horizontale entre le filet et le cordeau (drive).



⚠ Les trajectoires doivent être visualisées par les participants (démonstrations). Un cordeau tendu à env. 1 m au-dessus de la bande du filet est une aide pour l'orientation.

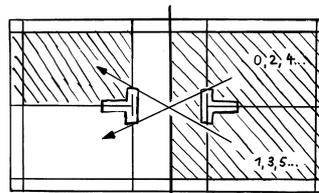
#### Concours individuel:

**Terrain de jeu:** "allongé et étroit".

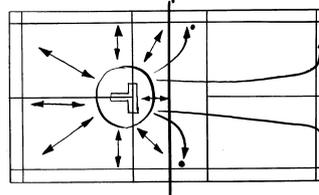
**Service:** En diagonale. Service depuis la droite en cas de points individuels pairs, depuis la gauche dans le cas contraire.

**Durée du jeu:** deux sets gagnants. Chez les hommes, jusqu'à 15, chez les dames, jusqu'à 11 points. Les points ne comptent que si le service est gagnant.

- Jeu de rôles: A tire au sort un billet décrivant le "type de joueur" et sa tactique. B essaie de reconnaître le rôle de A; exemple: A joue toujours sur le revers de B pour exploiter la faiblesse de son revers ou A joue souvent court, recherchant la faute au filet de B, etc.



➞ Changement de service comme au volley-ball. Tactique de base: Après chaque coup, retour à la position centrale du T!



➞ Introduire des "jeux de rôles tactiques" aussi dans d'autres jeux; laisser les élèves définir eux-mêmes les rôles!

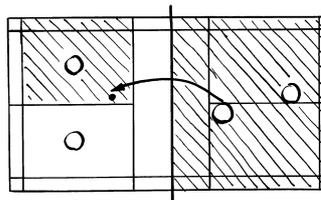
⚠ Les élèves soulignent les progrès individuels de chacun.

#### Jeu du pari double:

**Terrain de jeu:** "Allongé et large" (carré de service: "court et large").

**Service:** changement de service seulement après que A et B aient servi (exception: en début de partie).

- Système de "l'aiguille de la boussole": A et B sont l'un derrière l'autre en attaque, et l'un à côté de l'autre en défense. Cette répartition sur le terrain est utilisée en fonction de la situation de jeu.



⚠ Position d'attaque: avant un smash ou un drop; position de défense: avant une reprise de service, ou un clear.

## 3.2 Du ping-pong au tennis de table

Pour pouvoir disputer des parties fluides, des formes ludiques de renvois simples sont exercées en premier lieu. Celles-ci nous mèneront à la découverte progressive du tennis de table et de ses techniques de base.

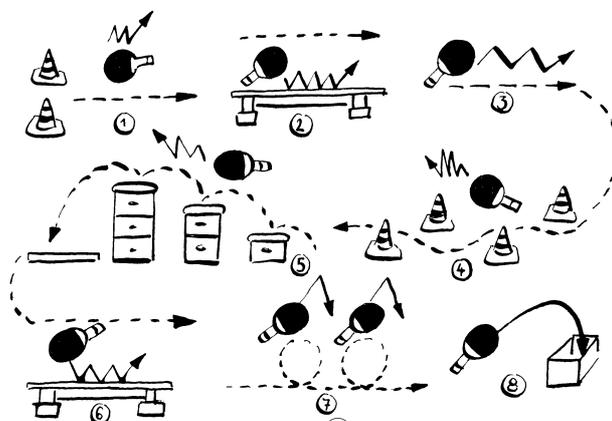
Qui réussit la transition du ping-pong au tennis de table ?

**Jeux sans table:** La prise du manche, la position de la raquette, la sensation de la balle, la réaction, l'anticipation, la coordination ... sont des éléments-clés du tennis de table et sont exercés au travers d'une multitude de contacts avec la balle.

- Renvois directs, à deux: A et B font rebondir chacun une balle sur leur raquette en coup droit et en revers (haut, bas). Au signal, ils échangent leur balle.
- Volley: A et B se renvoient la balle directement en variant la distance qui les sépare.
- Squash: A et B jouent la balle contre un mur en effectuant des reprises directes ou indirectes.
- Parcours d'obstacles avec rebonds ou dribbles (suffisamment d'espace entre les joueurs); 1: rebonds sur la raquette en marchant en arrière; 2: dribbler la balle et avancer sur un banc; 3: renvois directs contre un mur en se déplaçant latéralement; 4: slalom avec rebonds; 5: franchir un escalier de caissons avec rebonds; 6: dribbler en arrière sur un banc (banc entre les jambes); 7: rebond et tour complet sur soi-même; 8: tir de précision final dans un récipient.



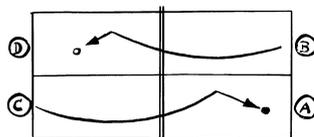
⚠ Une prise de manche correcte facilite un jeu contrôlé.



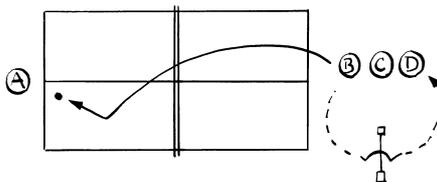
Ⓜ Nombre de fautes? temps ?

**Jeux par groupes de 4:** Formes de jeux sur une table.

- Jeu avec 2 balles: A et B jouent avec C et D et essaient de garder en jeu 2 balles le plus longtemps possible. Changer: A avec D; C avec B.
- Jeu en diagonale: A et D, B et C jouent simultanément en diagonale (coup droit et revers). Quelle paire obtient le plus grand nombre d'échanges?
- Américaine-obstacle: A joue des balles faciles pour B, C et D qui se déplacent. B renvoie la balle, exécute une tâche complémentaire (p.ex. franchir une haie) et se place derrière D.
- Jeu en double: A/B : C/D. service en diagonale (B sert sur C). Les élèves jouent ensuite à tour de rôle (exemple: B - C - A - D - B ...).



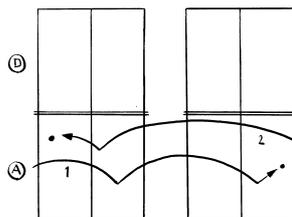
⊕ Renvois d'abord en revers puis en coup droit. Topspin en coup droit puis, plus tard, en revers.



⊕ Renvois en coups droits et revers en mouvement.

**Jeu avec partenaire sur une table:** Pour les groupes de 3: C remplace B à chaque balle manquée.

- Tennis de table-fossé: A et B jouent sur une table sans filet dont les deux moitiés sont séparées d'env. 30 cm (ou sur deux moitiés serrées, mais décalées sur les deux côtés).
- "Accordéon": 1 élève s'éloigne pas à pas de la table et se rapproche à nouveau (de la même manière). Un changement volant est-il possible?
- Match-handicap: A donne un avantage à B, p.ex. 0:5.



⊕ Variations multiples de coups droits et de revers dans des combinaisons de tennis de table inventées par les élèves.

⊕ Tirs coupés (slice) en coup droit puis en revers.

⊕ Définir des handicaps individuels.

### 3.3 Du minitennis au tennis

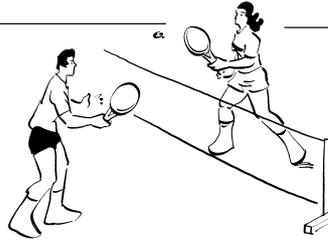
Les touchers de balle et les placements précis exigent un entraînement durable et régulier. La prise, le jeu de jambes, le mouvement de préparation, la distance par rapport à la balle, le dosage de la force, l'estimation de la trajectoire de la balle, etc. doivent sans cesse être réadaptés en cours de jeu.

Lieux d'entraînement: salle, place bétonnée, terrain ou salle de tennis.

**Placer juste, varier les coups et combiner des scénarios de jeu!**

**Echauffement:** L'un des buts principaux de l'échauffement est de trouver rapidement la concentration.

- A et B jouent en coup droit et en revers par-dessus un obstacle (p.ex. cordeau, élément de caisson ...).
- Record: A, B et C essaient de jouer la balle en volée sans commettre de faute (ou A et B au filet).
- Exercice à 10: A joue avec B et essaie de réussir respectivement 10 coups droits, revers, volées, smashes consécutifs (ou seul contre un mur).

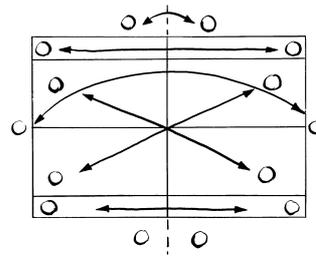


⚠ Prise "universelle" (comme un marteau). Des balles en mousse permettent à tous les participants d'expérimenter la réussite!

👤 L'enseignant évalue la qualité du mouvement.

**Placer:** Répartir des cibles selon les niveaux: cerceaux, feuilles de journal, morceaux de tapis, pyramides de balles, etc.

- Seul: atteindre différentes cibles contre le mur.
- Atteindre des cibles placées sur le sol après un rebond contre le mur.
- A deux: A et B essaient de multiplier les échanges de balles courtes ou longues (ou A enseigne à B).
- Figures: triangle; A et B jouent alternativement en croisant la balle (crossline) et en longeant la ligne (longline). Huit: A joue cross, B toujours longline.

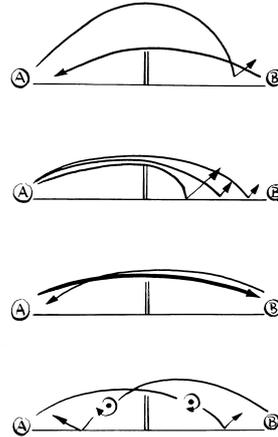


⚠ Tous les coups (coup droit, revers, volée, service, lob, smash) doivent pouvoir être joués de manière placée.

➡ Choisir des formes de circuits permettant à plusieurs joueurs de jouer sur un terrain; intégration d'exercices de tennis, p.ex. dans un circuit -training (valable aussi pour les autres disciplines sportives).

**Varié:** A deux, au filet ou seul contre le mur: varier la trajectoire, la vitesse, la force de frappe, le rebond...

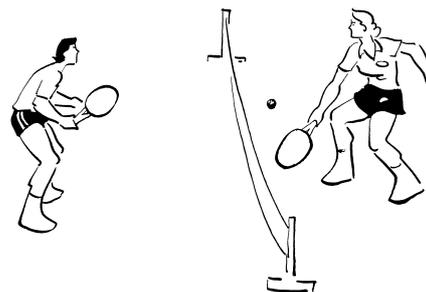
- Trajectoire: A joue des balles hautes, B renvoie des balles plates. Si A renvoie une balle plate, B réplique d'une balle haute. Ou encore: A indique à B si ce dernier doit lui retourner une balle haute ou une balle plate.
- Vitesse: A enseigne à B. B essaie de jouer alternativement très tôt (demi-volée) ou très tard (ou en fonction de la longueur de la balle).
- Force de frappe: A envoie une balle forte à B. B renvoie une balle amortie. Ou A et B augmentent progressivement la force de frappe jusqu'à la faute.
- Rebonds: A et B jouent des balles liftées (topspin) ou des balles coupées (slice), selon la situation.



➡ Apprentissage par expérimentation des contraires.

**Combiner:** Des situations proches de la réalité du jeu obligent les élèves à utiliser des combinaisons de techniques de frappe complexes. Exemples:

- Attaquer et défendre: de l'échange, A joue une balle courte; B l'attaque.
- A et B défendent contre C qui essaie, après un service, de conclure à chaque reprise.
- A contre B: chaque point marqué suite à une volée compte double. Ou: chaque balle que l'adversaire ne peut intercepter vaut trois points.
- Double: la paire A/B sert et attaque. La paire C/D défend sur la ligne de fond.



➡ Jouer sous pression. Apprendre à prendre des décisions.

⚠ Ne joue pas au-delà de tes possibilités!

### 3.4 Du jeu contre le mur au squash

Une brève introduction (formes préparatoires en salle de gymnastique avec matériel de tennis) permet déjà un jeu intensif, semblable au squash de compétition. Un entraînement ciblé de la frappe ainsi que des conseils tactiques sont indiqués selon le niveau et les besoins des participants.

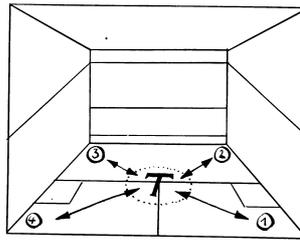
**Le squash est un jeu qui se joue dans un espace réduit. Il est toutefois très éprouvant.**

**Perception de l'espace et déplacements:** 3 élèves jouent sur 1 court; A crie les positions (1-4) à B. B se déplace du **T** à la position correspondante puis retourne sur le **T**. Changement: C guide A, B se repose ...

• Orientation et mouvement de frappe: A réalise un mouvement de frappe à chaque position atteinte.

*Coup droit:* placer le poids du corps sur le pied antérieur gauche (droitiers). Maintenir son équilibre puis retourner rapidement se placer sur le **T**.

*Revers:* placer le poids du corps sur le pied antérieur droit. Au moment de l'impact, le bras se trouve à la hauteur du genou droit (droitiers).

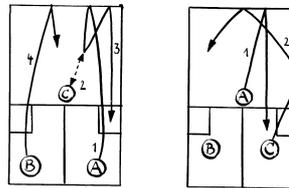


⚠ Le fair-play fait partie intégrante du jeu: il s'agit de libérer le champ de vision de l'adversaire afin qu'il puisse voir la balle et, en même temps, de lui laisser suffisamment de place pour pouvoir la frapper. Retourner se placer sur le **T** après chaque coup.

⚠ Attention aux mouvements de raquette, pas de coups dangereux pour l'adversaire!

**Entraîner la frappe par groupes de 3:** A, B et C tentent de longs échanges, effectuent des rotations de manière autonome et se corrigent mutuellement.

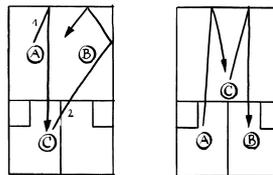
- Drives en coup droit et en revers: A et B (chacun 1 balle) jouent des balles courtes en av. depuis le fond du terrain. C effectue des drives en coup droit en direction de A et des drives en revers à B depuis le **T**.
- Longline-boast: A effectue des longline-drives alternativement en coup droit et en revers. B et C renvoient la balle en effectuant des boasts (= la balle rebondit au moins sur 2 murs).



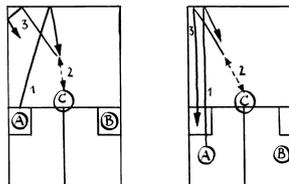
⚠ La technique de frappe peut aussi être entraînée contre les murs de la salle de gymnastique (coin de la salle).

⇒ Le point en couleur figurant sur la balle de squash désigne ses propriétés de rebond allant de la balle de débutant à celle de compétition. La progression est la suivante: bleu, rouge, blanc, jaune. Frapper la balle jusqu'à ce qu'elle soit chaude pour obtenir un rebond optimal.

- Boast après un drive ou cross: A et B jouent droit ou en cross. C (sous pression) joue en boast contre le mur droit ou gauche.
- Volée: A et B jouent des balles hautes contre le mur frontal. C les renvoie en volée contre le mur frontal depuis le **T**.



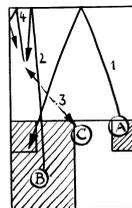
- Drop (balle amortie) dans le coin (nick): A et B lancent la balle contre le mur frontal. C se déplace en avant depuis le **T** et réplique d'un drop dans un coin.
- Lob: A et B jouent des balles courtes en longline. C effectue des lobs en coup droit et en revers en longline depuis le **T** en longline dans les coins postérieurs. (crosscourt-lob: A à C à B).



⇒ *Conseils tactiques:* dans chaque phase de jeu, observer la balle et l'adversaire. Si l'on mène, ne jamais changer la tactique; si l'on est en retrait, modifier la tactique, Exemples:

- Jouer des balles longues,
- Maintenir la position sur le **T**,
- Varier la vitesse de jeu.

- Service et retour: A sert (avec au moins un pied dans le carré de service) contre le mur frontal (entre la ligne de service et la ligne du dehors) dans le carré de service. B renvoie en longline et C conclut (en partant depuis le **T**) avec un drop.



Ⓣ Chaque groupe de 3 choisit trois exercices-test pour l'évaluation.

## 4 Autres jeux

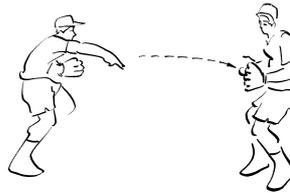
### 4.1 Baseball

L'idée de jeu du baseball est vécue de manière globale dans des formes simplifiées. Au cours du processus, la complexité des règles, de la technique et de la tactique s'accroît jusqu'à la forme finale.

**Travailler le baseball par des variantes de jeu toujours plus complexes.**

**Tagging:** 4 contre 1: 4 élèves se passent la balle dans un terrain limité de telle manière et jusqu'à ce que le porteur de la balle puisse toucher le 5ème joueur.

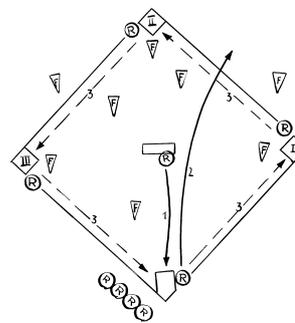
- Fielders (joueurs sur le terrain) contre runners (coureurs) sur tout le terrain: les runners touchés sont éliminés et exercent la frappe sur une balle lancée.



- ⊙ Exercer les mouvements élémentaires de base: technique de lancer, attraper et anticipation.

#### Baseball pour débutants:

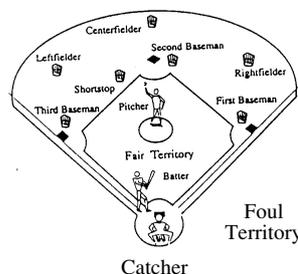
- Dimensions, en plein air: dist. entre les bases: 18 m. Dist. entre le homeplate (batter) et le pitcherplate (pitcher): env. 12 m (selon la capacité des élèves!).
- 1 élève parmi les runners lance la balle au batter par en-bas. Les runners ne peuvent courir que si le frapper est réussi. Au terme de l'action, on redonne la balle au lanceur (pitcher).
- *Out du batter:* S'il n'atteint pas la 1ère base après son frapper ou en cas de trois frappers non valables.
- *Out des runners:* Si 2 runners se trouvent sur la même base et si un runner, tentant d'éviter cela, est touché par le fielder porteur de la balle sur le chemin de retour en arrière (tagging); si un fielder touche la base avec la balle avant que le runner ne l'ait atteinte; si le runner quitte la trajectoire de course; si la balle est interceptée avant qu'elle ne touche le sol (flyball). Changement après 3 (4/5) outs.
- *In- et outfield:* Le terrain est prolongé d'env. 50 m. Les receveurs se répartissent en infielders et outfielders. Les fielders échangent leurs positions au terme de chaque inning (échange des rôles fielder-runner). *Foulball:* Une balle n'est pas valable si elle retombe en-dehors des limites du terrain, si elle retombe dans l'infield puis quitte le terrain en roulant. Les balles retombant dans l'outfield peuvent sortir du terrain.



- ⊙ Il est avantageux de développer l'idée de jeu en salle, sans outfield.

- Utiliser des balles mi-dures de la grandeur d'une balle de soft-ou de baseball et des gants de baseball.

Sanctionner les joueurs qui lancent la batte après le frapper d'un out!

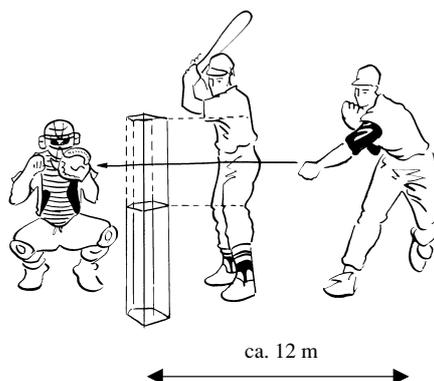


- ⊙ Les règles des outs définissent les possibilités tactiques du jeu et doivent être claires pour tous les joueurs.

- ⊙ L'utilisation des zones in- et outfield n'est sensée que si les joueurs sont capables de frapper loin.

**Baseball:** Le rôle du lanceur (pitcher) est repris par un fielder. On ajoute aussi un fielder bloqueur de balle (catcher). Le pitcher essaie de lancer la balle au catcher à travers la zone du strike (distance entre la hauteur des genoux et des épaules du batter et largeur du homeplate). Le batter essaie de frapper la balle et de l'envoyer dans le terrain.

- Si le pitcher manque 4 fois la zone du strike, le batter peut avancer jusqu'à la 1ère base.
- Out des runners: lors d'un flyball (les runners déjà partis doivent revenir à leur base de départ), suite à un tagging ou si la base d'arrivée est touchée par la balle.
- Stolen base (= courir avant la frappe): un runner peut quitter sa base avant la frappe. Les fielders essaient d'obtenir un "out" au moyen d'un tagging.



- ⊙ Adaptations individuelles des règles: le batter définit le lancer du pitcher (lancer par en-haut ou par en-bas). Il peut frapper sa 3ème balle posée sur un "batting-T" (balle immobile surélevée à hauteur de hanches, p.ex. sur un grand cône de signalisation, sur le couvercle d'un caisson ...) improvisé.

## 4.2 Tchoukball

Le tchoukball est un jeu non agressif qui ne comporte pas de contacts physiques. Il est issu des jeux de la pelote basque et du handball et s'adresse autant aux garçons qu'aux filles, jeunes et moins jeunes (Le jeu a été conçu en Suisse: Hermann Brandt, Genève, 1970).

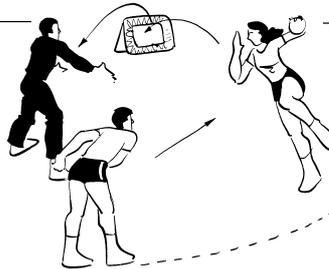
**Le tchoukball est un jeu de balle avec les mains très attrayant!**

**Idée du jeu:** Sans se gêner mutuellement, deux équipes lancent successivement la balle sur l'un des deux cadres de manière à ce que l'équipe adverse ne puisse intercepter le rebond.

🕒 Jouer aussi sur gazon ou sur une place en dur!

**Passer – attraper – tirer:** Le jeu est animé de passes surprenantes et de toutes sortes de tirs feintés.

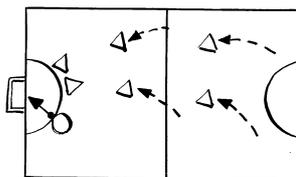
- A tour de rôle, les élèves effectuent différents tirs (p.ex. tir en suspension) sur le cadre après une passe. L'angle du tir définit l'angle du rebond.
- Quelle équipe atteint en premier toutes les cibles placées par les adversaires (tapis, éléments de caisson, piquets, etc.)?



📺 Une démonstration sur vidéo éveille l'enthousiasme des élèves et montre l'éventail de possibilités tactiques. Pour préparer l'idée, il est possible de jouer au "tchoukball" contre un panneau de basket ou un mur.

**Défendre et attaquer:** Au terme d'une interception réussie, on procède à une attaque-surprise.

- Intercepter le rebond: B pose un ou les deux genoux sur un tapis. A essaie d'atteindre le tapis d'une distance d'env. 3 m. B essaie d'attraper la balle ou de l'intercepter en manchette (volley-ball).
- Tactique défensive: les joueurs se répartissent de manière à couvrir la zone prévisible de rebond (2 élèves près du demi-cercle, 2 au centre et 2 au fond).
- Tactique offensive: une 1ère passe adressée à un joueur du centre permet diverses variantes d'attaque.



📺 Introduire les règles progressivement!

📺 Utiliser les cadres de tchoukball aussi comme engins d'entraînement des tirs et des passes.

⚠️ Veiller à une bonne couverture de l'espace défensif!

### Apprendre les règles du jeu:

*Terrain, équipes:*

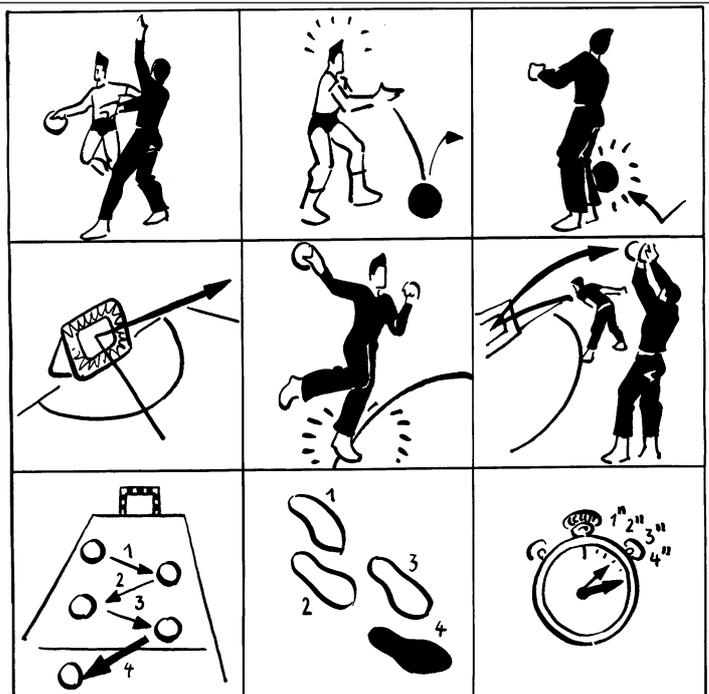
- Deux cadres, zone de tir de 3 m de rayon.
- 7:7 sur un terrain de basket-ball / 9:9 sur un terrain de handball.
- Dimensions du terrain, nombre de joueurs: adapter selon la situation.

*Points:*

- Pour les lanceurs, si l'équipe adverse n'est pas parvenue à rattraper la balle tirée.
- Pour les receveurs si la balle rebondit dans la zone de tir, manque le filet ou sort du terrain, si le rebond atteint le lanceur ou au terme du 4ème tir consécutif.
- Après un point: remise en jeu depuis la zone de tir.

*Coup franc:* il a lieu à l'endroit de la faute commise.

- Si l'adversaire est gêné d'une quelconque manière. Expulsion après 3 fautes intentionnelles.
- Si la balle touche le sol, le pied, la jambe d'un joueur ou si elle quitte le terrain.
- Si le porteur du ballon empiète sur la zone de tir.
- Si l'équipe lanceuse intercepte le rebond.
- S'il y a eu plus de 3 passes (la remise en jeu ne compte pas pour une passe).
- S'il y a eu plus de 3 contacts au sol (porteur).
- Si la balle a été tenue plus de 3 secondes.



### 4.3 Jongler

Toutes les variations présentées sur cette page reposent sur des bases solides. Un exercice régulier de formes simples et variées apporte l'assurance nécessaire et bientôt aussi la maturité qui permettront aux jeunes de présenter un petit numéro simple à l'occasion d'une manifestation scolaire, sportive ou lors d'une fête privée.

**Jongler avec différentes variantes, p.ex. avec 2 / 3 / 4 ... foulards, balles, anneaux, quilles ...**

**Jongler avec 2 objets:** Lancer la balle A de la main droite (d.) à la hauteur de l'oeil gauche (g.). Faire passer la balle B sous la balle A qui redescend en la lançant de la main g. Rythme du mouvement: lancer main d. - lancer main g. - attraper main g. - attraper main d.

- Alternier en commençant de la main d. puis de la g.
- Mouvements complémentaires avec la 1ère main de lancer: tendre le bras de côté, se passer le dos de la main sur le front, taper sur une cuisse, se pincer le nez. Essayer aussi d'autres formes.
- Varier les objets: grande balle – petite balle, anneaux, quilles (tourner la quille en oblique vers l'extérieur, de manière à ce que le manche soit tourné vers l'intérieur au moment de la réception), mélanger les objets (commencer év. avec un objet).
- Varier les trajectoires de vol: lancer la première balle sous un genou, etc. et la rattraper de l'autre main. Lancer la seconde balle en la faisant passer sous le bras opposé. Modifier la distance entre les mains (accordéon). Modifier la hauteur de lancer.



⇒ Un accompagnement rythmique (compter, frapper, parler et surtout jouer sur une musique rythmée) facilite la fluidité du mouvement.

**Jongler avec 3 objets:** Lancer alternativement 3 balles en cascade (deux balles dans la main d.): lancer main d. - lancer main g. - attraper main g. - lancer main d. - attraper main d. - attraper main g.

- Faire rouler les balles contre un mur ou sur un plan incliné (p.ex. sur la porte du garage).
- A deux, face à face: A en position de base, une balle dans chaque main. B place ses deux mains à la hauteur des yeux de A et tient une balle dans sa main g. A lance une balle de la main d. dans la main d. de B, ce dernier laisse tomber sa balle dans la main désormais vide de A, etc. Rechercher progressivement la fluidité du mouvement.
- Réussir ce déroulement seul, avec 3 balles (aussi avec des anneaux ou un mélange d'objets).



⇒ C'est l'heure du spectacle! Tous les élèves démontrent leurs tours d'adresse, seul, en groupes, tous ensemble. Exemple: jongler avec 2 balles et 1 pomme. Essayer de croquer successivement dans la pomme durant le mouvement et la manger.

**Jongler avec 3 objets et 1 partenaire:**

- A jongle avec 3 balles, B prend sa relève depuis le côté ou depuis l'avant.
- A jongle et lance successivement 3 balles à B (commencer de la main d.), lequel continue de jongler.
- A et B jonglent (commencer de la main d.) selon le même rythme et échangent leurs balles par la d.



⇒ Avec le temps, ne plus fixer chaque balle des yeux. Le mouvement de jonglerie est perçu comme un tout. Le regard se détache et peut se concentrer sur d'autres objets ou d'autres personnes.

**Jongler avec 4 objets:**

- Jongler avec 2 balles, en cercle: de l'intérieur vers l'extérieur et inversément.
- Jongler avec deux balles dans chaque main selon le rythme d. g. d. g., sans les croiser.



⇒ Au début, exercer les deux côtés séparément, spécialement le côté le plus faible. Les deux côtés doivent devenir entièrement indépendants l'un de l'autre.

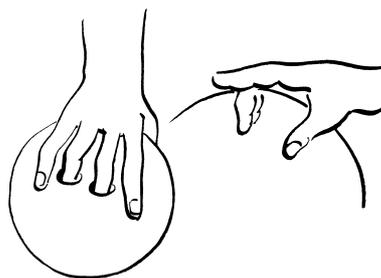
## 4.4 Bowling

Ce jeu ancestral a été exporté aux Etats-Unis au 17<sup>ème</sup> siècle par des immigrants européens et fut interdit par la loi. Comme le jeu sur 9 pins (quilles) était expressément défendu, un petit plaisantin inventa le jeu sur 10 pins. C'est ainsi que le bowling vit le jour. Plus de 100 millions de personnes s'adonnent aujourd'hui à cette activité.

Dix d'un coup,  
"Strike"!

### L'équipement de bowling:

- Pour pratiquer le bowling, il faut des chaussures à semelles spéciales; elles peuvent être empruntées.
- Les 10 pins (pesant en tout entre 14,5 et 17,2 kg) sont situés au bout de la piste, longue de 18 m .
- Toutes les boules ont le même périmètre (68,6 cm). Le poids peut varier entre 6 et 16 pounds (2,721 à 7,257 kg). Les trois perforations de la surface de la boule sont décisives: elles doivent être adaptées à la main pour permettre une bonne prise et un mouvement pendulaire sûr de la boule. Pour les débutants et les amateurs, les *perforations normales* conviennent parfaitement. Le pouce, l'annulaire et le majeur sont enfilés dans les trous.



➔ Le bowling est la seule discipline du genre à être reconnue par le CIO.

⚠ Si l'on rencontre des difficultés à tenir la boule de manière sûre lors du mouvement pendulaire, choisir une boule plus légère ou un écartement supérieur des perforations!

### Le mouvement de lancer de boule correct:

- *Le point de départ* se situe à bien quatre pas de la ligne de la faute (limite de lancer), env. au milieu de la surface d'élan.
- *Lors du premier pas* (d.), la boule est portée en avant pour amorcer le mouvement pendulaire.
- *Lors du second pas* (g.), la boule est balancée en arrière à bout de bras et passe tout près du corps.
- *Lors du troisième pas* (d.), basculer le haut du corps légèrement en avant et laisser la boule balancer jusqu'au point culminant de sa trajectoire (pas au-dessus de la hauteur des épaules!).
- *Lors du quatrième pas* (g.), accélérer légèrement l'élan et fléchir le genou antérieur.
- *Le lâcher* de la boule est effectué d'une position parfaitement équilibrée. La boule touche la piste au-delà de la ligne de la faute. Garder le spot (marquages sur la piste) visé bien en vue!
- *Le bras de lancer* continue son mouvement pendulaire vers le haut après le lâcher; le mouvement d'accompagnement du bras ne doit pas être stoppé.
- *L'autre main* est située derrière et légèrement au-dessous de la boule durant le mouvement pendulaire, le poignet est raide et tendu.



### Les points (souvent comptabilisés par ordinateur):

- *Strike*: tous les pins renversés du premier coup donnent 10 p., plus le nombre de points obtenus lors des 2 lancers suivants (max. 30 pins).
- *Spare*: Tout renverser après 2 lancers = 10 p., + les p. obtenus lors du coup suivant (max. 20 pins).
- *Miss*: moins de 10 pins après 2 lancers. On obtient le nombre de pins qui sont tombés.
- *Ecriture* (de g. à d.): strike, spare, split (disposition restante difficile), miss.



## Sources bibliographiques et prolongements

ADAM, R.:	Education physique et créativité par le jeu. Editions d'Arc. Ottawa 1991.
BACHMANN, E. et M.:	1000 exercices et jeux de volley-ball. Vigot. Paris.
BAUMBERGER, J.:	Apprendre à jouer au handball. Fédération suisse de handball. 1993.
BAYER, C.:	L'enseignement des jeux sportifs collectifs. Vigot. Paris.
BRUGGER, L.:	1000 exercices et jeux d'échauffement. Vigot. Paris 1994.
BRUGGMANN, B.:	1000 exercices et jeux de football. Vigot. Paris.
BUCHER, W.:	1000 exercices et jeux sportifs par spécialité. Vigot. Paris 1989.
BUCHER, W.:	1000 exercices et jeux de tennis de table. Vigot. Paris.
BUCHER, W.:	1000 exercices et jeux de tennis. Vigot. Paris.
CAILLOIS, R.:	Jeux et sports. Collection de la Pléiade. Gallimard. Paris 1967.
CARTERON, D.:	Jeux de hockey (gazon, salle, glace ...). Editions EP.S. Paris 1996.
COLLECTIF D'AUTEURS:	Faites vos jeux: recueil des annexes pratiques de la brochure "Education physique à l'école". ASEP. Berne 1996.
DE GRANDMONT, N.:	Le jeu éducatif, conseils et activités pratiques. Editions LOGIQUES. Montréal 1994.
DENIS, D.:	L'art de la jonglerie (2 tomes). Editions du spectacle. Strasbourg 1987.
FEDERATION FRANCAISE DE BASKET-BALL:	Basket-ball: dossier technique et pédagogique. Editions EP.S. Paris.
FEDERATION FRANCAISE DE VOLLEY-BALL:	A la découverte du volley-ball. Editions EP.S. Paris.
FLURI, H.:	1000 exercices et jeux de plein air. Vigot. Paris
GREHAIGNE, J.-F. et coll.:	L'enseignement des sports collectifs à l'école. De Boeck Université. Paris 1999.
LE MERCIER, F.:	Baseball: formes jouées. Editions EP.S. Paris.
RAFFY, G.:	Jeux sportifs collectifs. Nathan. Paris.
REVUE:	EPS, paraît 5 fois par an. Editions EP.S. Paris.
ROLLET, M.:	Les thèmes transversaux en éducation physique. Editions EP.S. Paris.
VARY, P.:	1000 exercices et jeux de basket. Vigot. Paris.

### CASSETTES VIDEO

OFFICE FEDERALE DU SPORT MACOLIN:	Série de cassettes vidéo sur divers jeux et sports collectifs. OFSPO. Macolin.
FEDERATION SUISSE DE TCHOUKBALL:	Tchoukball. Présentation du jeu.

La bibliographie de référence peut être consultée dans le manuel paru en allemand



**Editions ASEP**

Littérature spécialisée: brochures, manuels, vidéo, cassettes audio, moyens didactiques, compléments aux manuels officiels