Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

Band: 6 (2004)

Heft: 2

Artikel: Unis dans l'effort

Autor: Kleinmann, Andreas / Bignasca, Nicola

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995391

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: 01.07.2025

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

Photo: Daniel Käsermann

Sport scolaire

Unis dans l'effort

Peut-on développer l'esprit d'équipe de façon systématique, notamment dans le sport à l'école? Le pédagogue allemand du sport Andreas Kleinmann s'est penché sur ce problème. Il a mis au point une démarche en quatre étapes, axée sur l'emploi d'une «fiche d'équipe».

Andreas Kleinmann, Nicola Bignasca

Pour développer l'esprit de coopération au sein d'une équipe, il faut exploiter les capacités des joueurs tout en les incitant à approfondir la problématique de manière autonome. La «fiche d'équipe», qui s'adapte en principe à tous les sports collectifs (voir pages suivantes), constitue le principal outil. Elle accompagnera régulièrement le groupe et l'entraîneur – ou le maître de sport – dans le processus de développement de l'équipe.

Théorie et pratique de concert

Idéalement, on devrait consacrer au moins dix heures de cours ou dix unités d'entraînement de 90 minutes à ce processus. Expérience faite, on peut même y consacrer plus de temps sans susciter l'ennui, surtout si, dans le cadre du sport scolaire, on varie les sports pratiqués en gardant les mêmes équipes. Le but est en effet d'appréhender l'aptitude à jouer en équipe de façon globale et interdisciplinaire. Avec des classes de 15 à 27 élèves, la meilleure solution consiste à former trois équipes. Avec ce système, il y a toujours un groupe qui peut travailler – dans le local de rangement, par exemple –, sur la partie théorique.

Dans la mesure du possible, les équipes devraient jouer sans arbitre. Le maître ou l'entraîneur aide l'équipe qui travaille sur sa fiche ou observe le jeu collectif des deux équipes sur le terrain.

Découverte & expérimentation

Naissance d'une équipe

Une bonne introduction favorisera la réussite du projet. Au cours de la première leçon, on explique l'objectif visé. On présente les moyens et outils à disposition pour y parvenir. Les élèves prennent connaissance ensuite de la fiche d'équipe qui les accompagnera au fil des cours suivants. Le maître ou l'entraîneur forme ensuite les équipes et les laisse jouer les unes contre les autres. Durant cette phase initiale, il est encore possible de procéder à des changements au niveau des joueurs: les équipes devraient être à peu près de force égale et rester telles quelles les semaines suivantes.

Echauffement en commun

Les deux leçons suivantes sont consacrées à la réalisation d'un programme d'échauffement par équipe. Cette mise en train, composée de différents jeux de course, étirements et exercices de renforcement musculaire, s'effectue sur la base de la fiche d'équipe, avec l'aide plus ou moins marquée de l'enseignant selon les connaissances et l'expérience des joueurs. Ceux-ci doivent discuter entre eux et s'accorder pour établir un programme d'échauffement qui comporte les exercices requis. Les joueurs malades ou blessés peuvent se charger de consigner par écrit le programme prévu. Ils restent ainsi intégrés dans l'équipe, alors que leurs camarades peuvent se consacrer à peaufiner leurs exercices. Bien qu'il joue un rôle important, le travail théorique ne doit pas se faire au détriment de la partie pratique, c'est-à-dire du jeu proprement dit.

Consolidation & cohésion

Pour être encore plus forts, nous devons...

Durant la phase suivante, on met au point les formes d'entraînement spécifiques à la discipline pratiquée et les étapes pour réaliser les objectifs choisis. Le tout en indiquant la méthode utilisée, le matériel et le temps nécessaires pour y parvenir. Les équipes devraient autant que possible planifier et réaliser les exercices de manière autonome, en s'aidant avec des schémas. Elles mettront par exemple au point une tactique ou un système de jeu, diverses variantes offensives et défensives, des exercices pour affiner leur technique ou encore des stratégies pour améliorer l'organisation collective.

Collaboration & performance

Relever les progrès

Au cours de la quatrième étape, les joueurs doivent de plus en plus prendre conscience de leurs points forts, de leurs points faibles et des réussites enregistrées pendant les matchs qu'ils disputent; pour cela, ils notent leurs observations sur la fiche d'équipe. Les joueurs malades ou blessés peuvent par exemple observer leur propre équipe en gardant à l'esprit les caractéristiques liées au jeu d'équipe; à l'aide de la liste à cocher de la fiche, ils tiennent une petite statistique des passes réussies ou manquées. Ces notes serviront de base à l'élaboration de nouveaux exercices en vue d'améliorer le jeu collectif.

Bibliographie:

■ *Kleinmann, A.: Systematische Teamentwicklung in allen Mannschaftssportarten. In: Betrifft Sport, 4/03, p. 5–14.*

Confrontation & conflits

Une vraie équipe, c'est...

Durant les phases de jeu des trois heures ou unités d'entraînement suivantes, les élèves continuent à travailler avec la fiche d'équipe. Après réflexion, les jeunes notent au moins cinq éléments qui, selon eux, caractérisent une bonne équipe. Ils choisissent ensuite un ou deux de ces éléments, la coopération entre les différents joueurs par exemple. Ce processus s'effectue une fois encore pendant la période «d'attente» où l'équipe en question ne joue pas. L'atmosphère plus intime du local où le groupe travaille permet de tisser entre les joueurs des liens bien plus étroits que s'ils restaient simplement assis sur le banc à observer les autres équipes en train de s'affronter.

Dans le sport comme dans la vie

- Vouloir et pouvoir établir le contact et communiquer avec tous les membres de l'équipe.
- Tenir compte des joueurs qui restent à l'écart et les intégrer dans l'équipe.
- S'organiser soi-même au sein du groupe.
- Se plier aux exigences d'une collaboration régulière et noter tout ce qui a été fait.
- Elaborer de manière autonome des exercices spécifiques pour l'équipe en mettant l'accent sur la résolution des problèmes.
- Coopérer en profitant des synergies.
- Reconnaître sa propre aptitude à collaborer au sein de l'équipe et celle du groupe.

Nous formons une équipe!

Discipline

Nom de l'équipe

Classe

Date

Membres de l'équipe

Découverte & expérimentation

Echauffement en commun

a > Jeux de course pour se mettre en train/s'échauffer
b > 4 exercices de stretching (phases d'étirement: maximum quatre secondes).

Exercice 1 Muscle cible

Exercice 2 Muscle cible

Exercice 3 Muscle cible

Exercice 4 Muscle cible

c > 4 exercices de renforcement musculaire

Exercice 1 Muscle cible

Exercice 2 Muscle cible

Exercice 3 Muscle cible

Exercice 4 Muscle cible

Confrontation & conflits

Pour gagner, une équipe doit...

1

2

3

4

5

Points à améliorer au sein de l'équipe

(citer un point)

Consolidation & cohésion

Pour être encore plus forts, nous devons...

Le point choisi doit être amélioré par le biais des exercices suivants: (détailler les exercices en les illustrant par des schémas. Utiliser des feuilles supplémentaires si nécessaire).

Collaboration & performance

Relever les progrès

Analyser le jeu – Observer et contrôler, à l'aide de la liste, que les critères retenus pour arriver au point choisi soient bien respectés:

Date

Nombre de passes réussies

☐ Jusqu'à 3

☐ Jusqu'à 5

☐ Jusqu'à 7

☐ >7

Nombre de passes ratées/de fautes

Nombre de tirs au but/de tirs au panier/d'attaques

Buts/paniers/points marqués

Les différentes catégories peuvent être définies et affinées en fonction de la discipline concernée.

CURAVIVA hsl

HAUTE ECOLE SPÉCIALISÉE EN PÉDAGOGIE SOCIALE LUCERNE

Cours post-grade en pédagogie du vécu

La pédagogie du vécu comprend une variété de formes d'accompagnement qui passent par l'expérience de la nature. L'heure n'est plus au recours systématique des expériences venues de l'étranger. Une grande diversité de formes de travail en matière de pédagogie du vécu, qui visent l'intégration des personnes en difficulté, est désormais à disposition «sur le pas de la porte».

Le diplôme post-grade sert à élargir les compétences en matière de programmation, gestion et évaluation des projets en pédagogie du vécu dans le domaine de la pédagogie sociale et sportive.

Début du prochain cours: 23 août 2004

Le cours, conçu en coopération avec planoalto (autrefois l'école Wildniss) et la Haute Ecole Spécialisée des deux demi-cantons de Bâle FHS-BB, vise la garantie d'une qualité durable de la pédagogie du vécu en Suisse

Information, inscription, programme:
CURAVIVA Weiterbildung téléphone 041 419 01 72 wb.sozialpaedagogik@curaviva.ch www.hsl-luzern.ch

DARTFISH DartTrainer
Le logiciel d'analyse vidéo pour les sports collectifs

TeamPro

Au service de votre communication, sans perte de temps
Enregistrez et cataloguez simultanément les actions de jeux pendant ou après le match. Visualisez instantanément les séquences vidéo de votre choix!

Analyses approfondies
Analysez la rencontre tant sur le plan individuel que collectif en fonction des besoins de chacun. Profitez d'outils évolués pour présenter les séquences d'un match directement depuis votre ordinateur.

Partage sur différents médias
Distribuez les séquences vidéo des actions, vos remarques, analyses et conclusions sur CD, DVD, VHS ou sur Internet.

La solution, le logiciel DartTrainer TeamPro

Votre contact: Olivier Volery,
Country manager, Switzerland
Tél: 026 425 48 66
Fax: 026 425 48 59
olivier.volery@dartfish.com

DARTFISH
Dartfish, Rte de la Fonderie 6
CP 53 - 1705 Fribourg, Switzerland
Tel: +41 26 425 48 50
info@dartfish.com
www.dartfish.com