L'Education Physique en Mouvement
Revue professionnelle en ligne
Numéro 14 I Décembre 2025



LA PLACE DU JEU EN ÉDUCATION PHYSIQUE

Mots clés : Jeux vidéo actifs I École I Éducation physique I Croisement disciplinaire



Patrick Fargier
Professeur ordinaire, UER EPS, Haute École Pédagogique du canton de Vaud, Lausanne, Suisse.
patrick.fargier@hepl.ch



Chiara Morotti
Assistante doctorante, UER EPS, Haute École Pédagogique du canton de Vaud, Lausanne, Suisse.



Vanessa Lentillon-Kaestner
Professeure ordinaire, UER EPS, Haute École Pédagogique du canton de Vaud, Lausanne, Suisse.

JEU ET ÉDUCATION PHYSIQUE À L'ÈRE DU NUMÉRIQUE

LE PARADOXE DES JEUX VIDÉOS ACTIFS

Résumé : On peut imaginer, entre travail (notamment scolaire) et jeu, un cloisonnement cantonnant le jeu au champ du temps libre (des loisirs) contrebalançant le temps obligatoire consacré à travailler. Il est cependant possible d'insérer le jeu dans un contexte éducatif, de gamifier une situation d'apprentissage ou d'intégrer un contenu scolaire dans un jeu. Les jeux dansés, traditionnels ou sportifs sont ainsi régulièrement pratiqués en éducation physique. Les plans d'études, à l'instar du plan d'études Romand, tendent aussi à évoquer le cas des jeux numériques, sans cependant forcément fixer de cap précis en l'espèce. En appui sur la littérature relative aux jeux vidéo, cet article propose un point sur la pertinence du recours à ce type de jeux dans l'enseignement scolaire. Il s'enquiert ensuite de l'intérêt des jeux vidéo actifs pour l'éducation physique ou dans le cadre de croisements entre celle-ci et d'autres branches.

Jeu, travail et loisir au temps de la scolarité et du numérique

Jeudi : visite de stage 1 dans le canton de Vaud. Durant la leçon d'anglais observée, les élèves ont été regroupés en équipes pour pratiquer une activité intitulée Pictionary. Tour à tour, chaque membre d'une équipe devait dessiner pour faire deviner à ses coéquipiers un mot sur le thème des fairy tales. Vendredi : visite de stage 2 dans le canton de Vaud. En fin d'échauffement de la leçon d'éducation physique observée, des équipes de cinq ont été formées, leurs membres se voyant attribuer un numéro de 1 à 5. Deux équipes se faisaient face, un ballon étant placé sur une ligne à égale distance de celles-ci. À l'annonce d'un numéro, chacun des deux élèves auquel le numéro avait été attribué devait se déplacer pour arriver le premier au ballon et le ramener dans son camp. Il semble ainsi aller de soi que ce qu'on peut intuitivement dénommer le « jeu » fasse partie intégrante des activités pratiquées à l'École.

Pourtant, originellement, le jeu a été opposé au travail et cantonné dans le champ des loisirs, i.e., du temps libre censé contrebalancer le temps contraint du travail (Brougère, 2005). Le jeu serait une forme de loisir, finalisée par le plaisir procuré au joueur, et le travail, une activité pénible, visant à une production socialement prédéterminée. Le travail scolaire, comme on l'entend classiquement, vise à des acquisitions imposées et paraît ainsi ne guère s'accommoder du jeu. Dans les faits, le jeu a de longue date trouvé place en formation professionnelle et dans le monde du travail, par exemple dans le domaine juridique avec des jeux de rôles lors de procès fictifs, et les travaux en psychologie et en sciences de l'éducation ont montré les effets positifs possibles du jeu sur les apprentissages à l'âge scolaire (Dujarier & Le Lay, 2018).
Si le jeu est spontané chez l'enfant, il peut être inséré par l'adulte dans un contexte éducatif (Brougère, 2005). Une situation d'enseignement-apprentissage peut en outre être gamifiée, notamment en intégrant des défis interactifs et un système de scorage ; un jeu peut aussi être aménagé pour intégrer un contenu scolaire, devenant un jeu dit sérieux ou serious game (Brougère, 2005). En éducation physique, des jeux dansés, traditionnels et sportifs sont en tout état de cause pratiqués. Ce, en général pour développer la motricité des élèves, leur donner accès à un pan de la culture, l'envie et les moyens de s'engager dans un mode de vie sain. Le Plan d'Études Romand met ainsi en avant, outre l'axe thématique transversal « Condition physique et santé », trois axes, relatifs aux « Activités motrices et/ou d'expression », aux « Pratiques sportives » et aux « Jeux individuels et collectifs ».

Ce plan envisage aussi que les interactions en éducation physique puissent susciter un transfert « de valeurs […] dans un contexte numérique (fair-play dans la pratique sportive et le e-sport […]) », sans développer plus quant aux jeux numériques. Pourtant, les jeux vidéo ont pris une place notable dans la culture populaire et leur intérêt pédagogique a été peu à peu envisagé (e.g., Cole et al., 2024). En outre, la révolution numérique a suscité la création de jeux d'action à base de tir sur cibles virtuelles et de jeux actifs sollicitant la motricité de façon accrue. Or, si ces jeux ont acquis une popularité significative, ils restent en l'état peu pratiqués en éducation physique. Le présent écrit vise en conséquence à faire un point sur l'intérêt éventuel des jeux vidéo à l'École pour envisager in fine celui des jeux vidéo actifs dans le cas de l'éducation physique.

Jeux vidéo et apprentissages scolaires

Les jeux vidéo ont initialement suscité une certaine défiance dans le monde scolaire. Cela tient en partie à des représentations associant les jeux vidéo au loisir plutôt qu'au travail scolaire. Cela tient sans doute aussi à une crainte d'effets pervers propices au décrochage scolaire.

Il a cependant été montré qu'une pratique raisonnée de certains jeux vidéo de divertissement, notamment de jeux vidéo d'action, développe des ressources cognitives impliquées dans les apprentissages (e.g., Martinez et al., 2022). En outre des serious games ont été créés à des fins d'enseignement, qui se sont avérés favoriser l'apprentissage des contenus qu'ils intègrent ainsi que la capacité à apprendre en autonomie (Brandl & Schrader, 2024).

Une pratique bien conduite des jeux vidéo pourrait ainsi s'avérer pertinente à l'École. Encore s'agit-il que ce qui s'acquiert au travers d'un jeu vidéo puisse susciter un transfert au-delà du contexte de ce jeu. Selon Pasqualotto et al. (2023), de tels effets de transfert seraient favorisés par la pratique de jeux vidéo ayant pour attributs : (1) d'imposer un rythme et des prises de décision rapides, (2) de présenter des demandes en attention partagée et/ou soutenue ainsi qu'en précision et en attention focalisée, avec nécessité d'alterner entre attention partagée et attention focalisée, et (3) d'offrir des possibilités de correction d'un essai à l'autre tout en conservant une variabilité limitant le recours aux automatismes. Or, certains jeux vidéo actifs ont de tels attributs et pourraient valoir en éducation physique ou au sein de séquences d'enseignement croisant celle-ci avec d'autre branches.

Jeux vidéo actifs, éducation physique et activités interdisciplinaires

Des jeux vidéo actifs ont été créés à partir des années 1980, qui requièrent une locomotion ou des mouvements segmentaires ne se réduisant pas au maniement de claviers ou manettes, pour interagir avec un environnement virtuel (e.g., via un lancer de balle sur un écran).

Ces jeux pourraient avoir un intérêt en éducation physique en ce qu'ils favorisent l'implication des joueurs, y compris dans la durée moyennant certaines procédures (e.g., Andrade et al., 2019). Leur attractivité favorise ainsi la répétition, donc l'apprentissage des mouvements que leur pratique requiert. De fait, la pratique des jeux vidéo actifs s'est avérée contribuer au développement d'habiletés motrices fondamentales aidant à apprendre une variété d'activités physiques (e.g., Oppici et al., 2022). Plus généralement, il a été montré qu'ils favorisent la dépense énergétique des enfants, donc leur santé (França et al., 2024). Ces jeux pourraient ainsi constituer un complément aux activités classiquement pratiquées en éducation physique. En outre, les jeux vidéo actifs sont un aspect de notre culture, si bien qu'il ne serait pas aberrant que l'éducation physique contribue à éduquer à leur pratique.

Il est aussi envisageable que ces jeux sollicitent et développent des ressources cognitives, par exemple des capacités de traitement de l'information spatiale, utiles en éducation physique mais aussi dans d'autres branches. En outre, certains jeux vidéo actifs mobilisent des contenus d'autres branches que l'éducation physique et peuvent en favoriser la maîtrise[1]. Il peut s'agir, par exemple, d'effectuer un calcul mental affiché sur un écran et de lancer une balle pour indiquer le résultat, parmi divers résultats possibles proposés. Étonnamment, les études relatives aux jeux numériques tendent à opérer un clivage entre jeux vidéo classiques et jeux vidéo actifs, envisageant les effets des premiers sur l'apprentissage dans diverses branches et ceux des seconds, sur la santé et, dans une moindre mesure, la motricité (e.g., Prot et al., 2012). Or, cette tendance est discutable. Cece et al. (2025) ont ainsi montré, chez des élèves de 10 à 12 ans, les effets positifs de jeux vidéo actifs à base de lancer de balle pour désigner des points dans un système d'axes à partir de leurs coordonnées, sur : (1) le lancer de précision (éducation physique) et (2) le repérage dans un système de coordonnées cartésiennes (mathématiques).

Les jeux vidéo actifs pourraient ainsi trouver place à l'École comme complément aux jeux classiquement

[1] Des exemples de jeux de ce type peuvent être trouvés sur le site de la plateforme de jeux vidéo actifs Play Lü® au lien suivant : https://play-lu.com/fr/applications/

pratiqués en éducation physique mais aussi dans le cadre d'actions éducatives visant à des croisements entre différentes branches. Ils semblent en l'état dans une position voisine de celle des activités de fitness en France, dans les années 1980. A cette époque, celles-ci étaient mésestimées en éducation physique, voire rejetées, bien que constituant un fait de société notable. Depuis les années 2010, elles ont intégré les programmes scolaires, moyennant un travail de didactisation. Peut-être la réflexion à une intégration accrue des jeux vidéo actifs à l'École gagnerait-elle à être d'emblée impulsée pour limiter une telle latence…

Bibliographie

Andrade, A., Correia, C. K., da Cruz, W. M., & Bevilacqua, G. G. (2019). Acute effect of exergames on children's mood states during physical education classes. *Games for Health Journal, 8*(4), 250–256. https://doi.org/10.1089/g4h.2018.0083

Brandl, L. C., & Schrader, A. (2024). Serious games in higher education in the transforming process to education 4.0 – Systematized Review. *Education Sciences, 14.* https://doi.org/10.3390/educsci14030281. Article 281.

Brougère, G. (2005). *Jouer / Apprendre*. Paris : Economica.

Cece, V., Fargier, P., Roure, C., & Lentillon-Kaestner, V. (2025). Multidisciplinary teaching with an active video game: The effect on learning in mathematics and physical education. *Technology, Pedagogy and Education, 34*(1), 121–136. https://doi.org/10.1080/1475939X.2024.2407380

Cole, C., Parada, R. H., & Mackenzie, E. (2024). A scoping review of video games and learning in secondary classrooms. *Journal of Research on Technology in Education, 56*(5), 544–577. https://doi.org/10.1080/15391523.2023.2186546

Dujarier, M. et Le Lay, S. (2018). Jouer / Travailler : état des débats actuels. *Travailler, 39*(1), 7-31. https://doi.org/10.3917/trav.039.0007

França, C., Ashraf, S., Santos, F., Dionísio, M., Ihle, A., Marques, A., de Maio Nascimento, M., Gouveia, É. R. (2024). Estimated energy expenditure in youth while playing active video games: A systematic review. *Sports, 12.* https://doi.org/10.3390/sports12020039. Article 39

Martinez, L., Gimenes, L., & Lambert, E. (2022). Entertainment video games for academic learning: A Systematic Review. *Journal of Educational Computing Research, 60*(5), 1083–1109. https://doi.org/10.1177/07356331211053848

Oppici, L., Stell, F. M., Utesch, T., Woods, C. T., Foweather, L., & Rudd, J. R. (2022). A skill acquisition perspective on the impact of exergaming technology on foundational movement skill development in children 3–12 years: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine - Open, 8*. https://doi.org/10.1186/s40798-022-00534-8. Article 148.

Pasqualotto, A., Parong, J., Shawn Green, C., & Bavelier, D. (2023). Video game design for learning to learn. *International Journal of Human–Computer Interaction, 39*(11), 2211–2228. https://doi.org/10.1080/10447318.2022.2110684

Prot, S., McDonald, K. A., Anderson, C. A., & Gentile, D. A. (2012). Video games: Good, bad, or other?. *Pediatric Clinics of North America, 59*(3), 647–658. https://doi.org/10.1016/j.pcl.2012.03.016