



Les valeurs du sport - Fichier d'activités EMC en CE2 : leçon, exercices et évaluation

CE2

Difficulté ★★★

30 min

Objectif : Les valeurs du sport - Fichier d'activités EMC

Fiche complète + corrigé

Compétence visée (programme) : Adopter dans un jeu sportif des attitudes honnêtes qui respectent les règles et les autres joueurs.



Nino te résume l'essentiel

- ▶ Dans le sport, tu respectes les règles, les autres joueurs et l'arbitre.
- ▶ Tu peux vouloir gagner tout en restant honnête et gentil.
- ▶ Nino te rappelle que jouer ensemble est aussi important que le score.

La leçon

Le sport, un moment à partager

Faire du sport, ce n'est pas seulement courir vite ou marquer des points. C'est aussi jouer avec d'autres personnes. À l'école, tu peux faire une course, un jeu de ballon ou une danse. Dans un club, tu peux apprendre le judo, le basket ou la natation. Dans tous ces moments, chacun doit se sentir bien et en sécurité. Les valeurs du sport sont des idées qui aident les joueurs à bien vivre ensemble. Elles servent pendant le jeu, mais aussi après le jeu. Elles sont utiles à l'école, dans la cour et à la maison. Par exemple, attendre son tour pour utiliser la balançoire montre du respect. Encourager ta sœur pendant une course montre de la gentillesse. Accepter une règle de jeu montre que tu sais vivre avec les autres.

Un mot à connaître

Une valeur est une idée importante qui guide nos actions. Le respect, l'honnêteté, l'entraide et le courage sont des valeurs. Elles nous aident à choisir une bonne attitude.

Les valeurs à emporter sur le terrain

- Le respect : tu écoutes les autres et tu ne te moques pas d'eux.
- L'honnêteté : tu dis la vérité, même si cela ne t'aide pas à gagner.
- L'entraide : tu aides un camarade qui ne comprend pas une règle ou qui est tombé.
- Le courage : tu essaies, même si l'activité est nouvelle ou difficile.
- La persévérance : tu recommences calmement après un essai raté.
- L'esprit d'équipe : tu penses à ton équipe et pas seulement à toi.

Respecter les règles et les personnes

Les règles permettent à tous les joueurs de comprendre le jeu. Elles empêchent aussi les disputes. Avant de commencer, écoute la consigne. Si le maître dit de ne pas pousser, ne pousse pas, même si tu veux attraper le ballon. Si une ligne ne doit pas être franchie, reste derrière cette ligne. Une règle est la même pour tous. Tu respectes aussi les personnes. Tu salues les joueurs avant une rencontre. Tu écoutes l'arbitre ou l'adulte qui surveille. Tu ne cries pas sur un camarade qui fait une erreur. Tu n'utilises pas de surnom blessant. Si quelqu'un tombe, tu t'arrêtes si la règle le demande et tu vérifies qu'il va bien. Respecter ne veut pas dire être

toujours d'accord. Tu peux penser qu'une décision est injuste. Dans ce cas, parle calmement à l'adulte après l'action. Ne réponds pas par un geste violent ou par une insulte.

Choisis une attitude qui aide le jeu

Situation	Attitude qui respecte les valeurs
Tu touches le ballon en dernier, mais personne ne l'a vu.	Tu le dis et tu rends le ballon à l'autre équipe.
Ton équipe perd une manche.	Tu continues à jouer et tu encourages tes partenaires.
Un joueur débute et ne sait pas où aller.	Tu lui montres sa place avec des mots simples.
L'arbitre siffle une faute contre ton équipe.	Tu acceptes la décision et tu reprends le jeu.
Tu gagnes une course.	Tu es content, mais tu ne te moques pas des autres.

Gagner sans tricher

Vouloir gagner est normal. Tu peux courir de toutes tes forces, t'entraîner et chercher à faire de ton mieux. Mais tu ne dois pas tricher pour gagner. Tricher, c'est par exemple partir avant le signal, cacher une faute, prendre un raccourci interdit ou changer le score. Une victoire obtenue en trichant n'est pas une vraie réussite. L'honnêteté compte plus que le résultat. Imagine une partie de balle au prisonnier. Tu es touché, mais aucun joueur ne l'a remarqué. Tu dois sortir du terrain, car la règle le demande. Ce choix peut sembler difficile. Pourtant, il montre que les autres peuvent te faire confiance. Tu peux aussi perdre sans être nul. Tu as peut-être bien défendu, appris un nouveau geste ou aidé ton équipe. Après la partie, serre la main des autres joueurs ou dis : « Bien joué ! » C'est une façon simple de reconnaître les efforts de chacun.

Le tuyau de Nino

Avant d'agir, pose-toi cette question : « Est-ce que je trouverais cela juste si l'autre équipe le faisait ? » Si la réponse est non, choisis une autre action.

Jouer en équipe

Dans une équipe, chaque joueur a une place. Certains courent vite. D'autres observent bien. D'autres encore savent faire des passes précises. Une équipe réussit mieux quand ses joueurs s'aident. Tu peux passer le ballon à un camarade bien placé. Tu peux lui dire : « Je suis avec toi ! » Tu peux aussi l'encourager après une erreur. Dire « Tu n'y arrives jamais ! » fait de la peine et n'aide personne. Dire « Ce n'est pas grave, essaie encore » donne envie de continuer. L'entraide est importante aussi dans les jeux où chacun joue pour soi. Pendant une course, tu peux expliquer le parcours à un camarade. À la piscine, tu peux attendre calmement ton tour. En sport, tu apprends que réussir ensemble peut rendre fier. Tu n'as pas besoin d'être le meilleur pour être utile à ton groupe.

Réagir quand une émotion arrive

Le sport donne parfois de grandes émotions. Tu peux être très heureux après un but. Tu peux être déçu après une défaite. Tu peux être en colère si tu penses qu'une règle n'a pas été respectée. Toutes ces émotions existent. Ce qui compte, c'est ce que tu fais ensuite. Quand la colère monte, arrête-toi une seconde. Respire doucement. Éloigne-toi du jeu si l'adulte te le demande. Puis explique avec des mots simples : « Je suis déçu parce que je voulais continuer. » Ne lance pas le ballon par colère. Ne pousse pas un joueur. Ne casse pas le matériel. Tu peux demander de l'aide à l'adulte. Après un moment, tu peux revenir jouer plus calmement. Savoir se calmer est une force. Cela protège les autres et te permet de mieux réfléchir.

Attention piège !

Être fier de gagner ne donne pas le droit de rire des perdants. Dire « Nous avons bien joué » est différent de dire « Vous êtes mauvais ». Choisis des mots qui respectent tout le monde.

Avant, pendant et après le jeu

- Avant, écoute les règles, prépare ton matériel et accueille les autres joueurs.
- Pendant, joue sans tricher, fais attention aux autres et respecte les décisions.
- Après, range le matériel, félicite les joueurs et parle calmement du jeu.
- Si tu as fait une erreur, reconnais-la et essaie de faire mieux la prochaine fois.
- Si un camarade a réussi, félicite-le, même s'il est dans l'autre équipe.

Des valeurs utiles partout

Les valeurs du sport ne restent pas dans le gymnase. Le respect sert quand tu écoutes un camarade en classe. L'honnêteté sert quand tu dis que tu as oublié ton cahier. L'entraide sert quand tu aides à ranger les jeux. La persévérance sert quand un exercice semble difficile. Dans le sport comme dans la vie, tu peux faire des erreurs. L'important est de les reconnaître et de chercher une meilleure façon d'agir. Nino te propose de retenir cette phrase : je joue avec énergie, je parle avec respect et je reste honnête. Avec ces trois idées, tu aides ton équipe et tu grandis comme joueur et comme camarade.

Exemples résolus

Un ballon sorti du terrain

Énoncé. Pendant un jeu de ballon, Lina touche le ballon en dernier. Le ballon sort du terrain. Personne ne l'a vu. Que peut faire Lina ?

1. Lina se rappelle que les règles sont les mêmes pour tous.
2. Elle sait que dire la vérité est une attitude honnête.
3. Elle dit que le ballon a touché sa main en dernier.
4. Elle laisse le ballon à l'autre équipe, selon la règle.

Résultat : Lina respecte la règle et montre son honnêteté.

Une erreur dans l'équipe

Énoncé. Noé rate une passe. Son équipe perd le ballon. Que peux-tu lui dire ?

1. Tu évites les mots qui blessent ou qui se moquent.
2. Tu comprends que tout le monde peut faire une erreur.
3. Tu choisis une phrase qui donne du courage.
4. Tu peux proposer de rejouer ensemble.

Résultat : Tu peux dire : « Ce n'est pas grave, Noé. On essaie encore ensemble ! »

Une décision qui déplaît

Énoncé. L'arbitre siffle une faute contre ton équipe. Tu penses qu'il s'est trompé. Que fais-tu ?

1. Tu ne cries pas et tu ne fais pas de geste violent.
2. Tu acceptes que l'arbitre fasse respecter le jeu.
3. Tu reprends le jeu calmement.
4. Après le jeu, tu peux demander une explication poliment à l'adulte.

Résultat : Tu respectes l'arbitre et tu contrôles ta colère.

Les tuyaux de Nino



Le tuyau de Nino : la question du miroir

Imagine que les rôles sont inversés. Si tu n'aimerais pas subir cette action, ne la fais pas à un autre joueur.



Le tuyau de Nino : trois mots avant de jouer

Répète dans ta tête : « Règles, respect, équipe. » Ces trois mots t'aident à bien commencer le jeu.



Le tuyau de Nino : après une erreur

Dis « Je recommence » au lieu de « Je suis nul ». Une erreur peut t'aider à progresser.

Erreurs fréquentes

Erreur à éviter	Pourquoi	Le bon réflexe
Dire qu'il faut gagner à tout prix.	Gagner ne permet pas de tricher, de pousser ou de se moquer.	Fais de ton mieux et respecte les règles, même quand le score est serré.
Se moquer d'un joueur qui rate son tir.	Les moqueries peuvent faire de la peine et empêcher le joueur d'oser essayer.	Encourage-le avec une phrase comme : « Tu y arriveras au prochain essai. »
Répondre en criant à une décision de l'arbitre.	Les cris peuvent créer une dispute et arrêter le jeu.	Respire, reprends le jeu et parle calmement à un adulte après l'action.

Mes exercices

1 Les bons mots ★★★

Choisis la valeur qui convient à chaque situation.

1. Tu aides Inès à comprendre les règles du jeu.
2. Tu dis que le ballon a touché ta main.
3. Tu recommences un parcours après un essai raté.

2 Des attitudes justes ★★★

Écris vrai ou faux.

1. Je peux me moquer d'un joueur s'il rate un tir.
2. Je peux féliciter l'autre équipe après un match.
3. Je dois écouter les règles avant de jouer.

3 Que dirais-tu ? ★★★

Choisis la phrase la plus respectueuse.

1. Ton camarade rate son lancer.
2. Ton équipe perd la partie.

4 Les mots du sport ★★★

Complète chaque phrase avec le mot qui convient : règles, honnêteté, équipe, respect.

1. Je suis les _____ du jeu.
2. Je dis la vérité : je montre mon _____.
3. Je fais des passes pour aider mon _____.
4. Je parle poliment aux autres : c'est le _____.

5 Bien jouer ou mal jouer ★★★

Classe chaque attitude dans la bonne colonne : « Je respecte les valeurs » ou « Je ne respecte pas les valeurs ».

1. Je rends le ballon à l'autre équipe quand il est sorti.
2. Je pousse un joueur pour passer devant lui.
3. Je range les plots à la fin de la séance.
4. Je cache une faute pour que mon équipe gagne.

6 Une décision honnête ★★★

Explique ce que tu ferais si tu étais touché dans un jeu, mais que personne ne l'avait vu.

Écris une ou deux phrases.

7 Des mots qui encouragent ★★★

Transforme chaque phrase blessante en phrase encourageante.

1. « Tu es mauvais, tu rates tout ! »
2. « C'est de ta faute si nous avons perdu ! »

8 Mon engagement de joueur ★★★

Écris deux règles que tu t'engages à respecter pendant un jeu. Explique pourquoi elles sont importantes.
Écris deux phrases complètes.

Évaluation

Lis chaque situation et réponds avec soin.

Barème : 20 points

1. Cite deux valeurs importantes dans le sport. / 3
2. Tu touches le ballon en dernier et il sort du terrain. Que fais-tu ? / 3
3. Écris une phrase pour encourager un camarade qui a raté un tir. / 3
4. Pourquoi ne faut-il pas tricher pour gagner ? / 3
5. Que peux-tu faire si tu es en colère après une décision de l'arbitre ? / 3
6. Explique comment tu peux aider ton équipe pendant un jeu. / 3
7. Après le jeu, donne une action qui montre le respect. / 2

Quiz de révision

1. Quelle attitude montre l'honnêteté ?

- A) Cacher une faute B) Dire que le ballon est sorti C) Pousser un joueur D) Changer le score

2. Que fais-tu quand un camarade rate une passe ?

- A) Je me moque de lui B) Je crie sur lui C) Je l'encourage D) Je quitte le terrain

3. Pourquoi y a-t-il des règles dans un jeu ?

- A) Pour créer des disputes B) Pour que chacun puisse jouer ensemble
C) Pour choisir toujours le même gagnant D) Pour empêcher les joueurs de bouger

4. Que peux-tu faire après avoir gagné ?

- A) Rire des perdants B) Crier sur l'autre équipe C) Féliciter les autres joueurs D) Cacher le matériel

5. Quel mot parle du fait d'aider un camarade ?

- A) L'entraide B) La tricherie C) La moquerie D) La colère

6. Que fais-tu si tu penses que l'arbitre s'est trompé ?

- A) Je le pousse B) Je l'insulte C) Je reste calme et je reprends le jeu D) Je change la règle

7. Quelle attitude est une tricherie ?

- A) Attendre son tour B) Partir avant le signal C) Ranger les ballons D) Faire une passe

8. Que signifie persévérer ?

- A) Abandonner au premier essai B) Se moquer des autres C) Recommencer après une difficulté
D) Refuser les règles

9. Quel geste aide ton équipe ?

- A) Garder toujours le ballon pour soi B) Faire une passe à un camarade bien placé
C) Critiquer les autres joueurs D) Refuser de jouer

Guide pour les parents

Après un jeu ou une activité sportive, parlez quelques minutes de ce qui s'est passé.

- Demandez à votre enfant de raconter une attitude respectueuse qu'il a vue ou qu'il a eue.
- Inventez une petite situation, comme un ballon sorti ou une défaite, puis cherchez ensemble une réponse calme et honnête.
- Valorisez l'effort, l'entraide et le respect des règles, même si votre enfant n'a pas gagné.

Temps conseillé : ~10 min.

Questions fréquentes

Q. Est-ce que je peux être triste quand je perds ?

R. Oui. Tu as le droit d'être triste ou déçu. Tu peux le dire avec des mots et rester respectueux.

Q. Que faire si un joueur ne respecte pas une règle ?

R. Ne te venge pas. Préviens calmement l'arbitre, le maître ou un adulte.

Q. Est-ce qu'encourager une autre équipe est possible ?

R. Oui. Tu peux féliciter les autres joueurs tout en soutenant ton équipe.

Q. Pourquoi faut-il ranger le matériel après le sport ?

R. Ranger montre du respect pour le matériel et pour les personnes qui utiliseront la salle après toi.

Corrigé

Exercice 1 : Les bons mots

1. L'entraide. : *Tu aides un camarade.*
2. L'honnêteté. : *Tu dis la vérité.*
3. La persévérance. : *Tu continues tes efforts.*

Exercice 2 : Des attitudes justes

1. Faux. : *Il faut respecter les autres joueurs.*
2. Vrai. : *Cela montre du respect.*
3. Vrai. : *Les règles permettent de bien jouer ensemble.*

Exercice 3 : Que dirais-tu ?

1. « Ce n'est pas grave, essaie encore ! » : *Cette phrase encourage ton camarade.*
2. « Bravo à tous, nous avons fait de notre mieux. » : *Tu acceptes le résultat avec respect.*

Exercice 4 : Les mots du sport

1. règles : *Elles organisent le jeu.*
2. honnêteté : *Être honnête, c'est ne pas tricher.*
3. équipe : *Tu joues avec tes partenaires.*
4. respect : *Le respect se montre dans les paroles et les gestes.*

Exercice 5 : Bien jouer ou mal jouer

1. Je respecte les valeurs. : *Tu respectes la règle.*
2. Je ne respecte pas les valeurs. : *Pousser peut faire mal et ne respecte pas le jeu.*
3. Je respecte les valeurs. : *Tu respectes le matériel et les autres.*
4. Je ne respecte pas les valeurs. : *Cacher une faute est une tricherie.*

Exercice 6 : Une décision honnête

1. Réponse attendue : « Je dirais que j'ai été touché et je sortirais du jeu. Je le fais parce qu'il faut être honnête et respecter les règles. » : *Ta réponse doit dire l'action et expliquer l'honnêteté.*

Exercice 7 : Des mots qui encouragent

1. Réponse possible : « Ce n'est pas grave, tu peux essayer encore. » : *La nouvelle phrase doit encourager sans se moquer.*
2. Réponse possible : « Nous pouvons nous entraîner ensemble pour la prochaine partie. » : *Tu parles de l'équipe et d'une solution.*

Exercice 8 : Mon engagement de joueur

1. Réponse attendue : deux engagements possibles, par exemple : « Je vais écouter les règles pour que le jeu soit juste. Je vais encourager mon équipe pour aider mes camarades. » : *Chaque phrase doit donner une règle personnelle et une raison.*

Évaluation : corrigé

1. Réponse possible : le respect et l'honnêteté. / 3
2. Je dis que j'ai touché le ballon en dernier et je le rends à l'autre équipe. / 3
3. Réponse possible : « Ce n'est pas grave, essaie encore ! » / 3
4. Il ne faut pas tricher parce qu'il faut respecter les règles et les autres joueurs. / 3
5. Je respire, je reste calme et je peux parler poliment à un adulte après le jeu. / 3
6. Réponse possible : « Je peux faire des passes et encourager mes camarades, car une équipe réussit mieux quand les joueurs s'aident. » / 3
7. Réponse possible : je range le matériel ou je félicite les autres joueurs. / 2

Quiz : réponses

1. B) Dire que le ballon est sorti : *Dire la vérité montre l'honnêteté.*
2. C) Je l'encourage : *Encourager aide le camarade à continuer.*
3. B) Pour que chacun puisse jouer ensemble : *Les règles rendent le jeu plus juste et plus clair.*
4. C) Féliciter les autres joueurs : *Féliciter les autres montre du respect.*
5. A) L'entraide : *L'entraide consiste à s'aider les uns les autres.*

6. C) **Je reste calme et je reprends le jeu** : *Tu respectes l'arbitre et tu peux demander une explication calmement après le jeu.*
7. B) **Partir avant le signal** : *Partir avant le signal ne respecte pas la règle.*
8. C) **Recommencer après une difficulté** : *Persévérer, c'est continuer ses efforts.*
9. B) **Faire une passe à un camarade bien placé** : *Une passe peut aider toute l'équipe.*

Pour aller plus loin sur lecons-ce2.fr

- › **Toutes les fiches de Questionner le monde (EMC) CE2** · [/questionner-le-monde-ce2/](https://lecons-ce2.fr/questionner-le-monde-ce2/)
- › **Comprendre l'empathie en CE2** · [/questionner-le-monde-ce2/definition-de-l-empathie/](https://lecons-ce2.fr/questionner-le-monde-ce2/definition-de-l-empathie/)
- › **Devenir écocitoyen en CE2** · [/questionner-le-monde-ce2/vivre-ensemble-ce2/ecocitoyennete/](https://lecons-ce2.fr/questionner-le-monde-ce2/vivre-ensemble-ce2/ecocitoyennete/)