



## Fiche pédagogique

## Les super-héros et moi

**Public concerné :** 5-12 ans

**Disciplines et objectifs du PER concernés :**

**Education numérique**

**EN 11 :** "S'initier à un regard sélectif et critique face aux médias"

**EN 21 :** "Développer son esprit critique face aux médias"

**Langue 1, Français**

**L1 13-14 :** "Comprendre et produire des textes oraux d'usage familial et scolaire... en adaptant sa prise de parole à la situation de communication"

**L1 24 :** "Produire des textes oraux variés propres à des situations de la vie courante... en mobilisant ses connaissances lexicales, grammaticales et phonologiques"

**Temps nécessaire :**

3-4 périodes

**Matériel nécessaire :** Une dizaine d'images ou plus de super-héros issus du cinéma, de la BD et de jeux vidéo permettant de travailler les objectifs spécifiques.

**Mots-clés :** super-héros, cadrage, couleurs, publicité

## Introduction

Les super-héros (S-H) sont dans notre monde et surtout celui des enfants : au cinéma, sur les écrans, sur les habits, dans les jeux vidéo. Dans notre société super organisée, dominée par la technique, les super-héros, tout comme les super-héroïnes, introduisent un peu de magie et d'imaginaire. Comme les personnages de contes et de mythes dont ils sont souvent une réinterprétation, ils offrent la possibilité aux enfants de s'interroger sur leurs capacités (force, intelligence, handicap, ...), le sens de la vie (vivre, mourir, aider, sauver, vaincre le mal, ...) et de se projeter dans ce qu'ils imaginent de la vie d'adultes :

conduire une super voiture, avoir de la force, aller vite et loin, voler, aider les enfants... Rêver de super-héros ou de super-héroïnes, c'est aussi rêver d'être protégé dans un monde incertain où les difficultés et obstacles sont nombreux.

N'oublions cependant pas que les super-héros sont créés et distribués par divers acteurs économiques et médiatiques et qu'ils représentent indirectement des enjeux économiques, sociaux et politiques pouvant également générer des comportements excessifs (violence, consommation, dépendance aux jeux vidéo...). Portons un regard critique sur les super-héros qui nous entourent !

## Objectifs

Education aux media

- Définir les bénéfices qu'ont les divers acteurs de la communication (médias, agences de publicité) à utiliser l'image de super-héros pour répondre aux demandes des entreprises commerciales, associations, communes, mais aussi parents et enseignants.
- Observer et décrire des images de héros et super-héros en utilisant un vocabulaire spécifique aux images (angles de prises de vue, cadrage, couleur, lumière, composition, mise en scène)
- Distinguer une image artistique d'une image publicitaire

Formation générale

- Après avoir choisi un super-héros (Batman, Superman, Spiderman, etc...) ou une super-héroïne (Wonder Woman, Barbarella, Catwoman, Lara Croft, Black Widow, etc...) identifier ses qualités, ses valeurs et ses actions positives et négatives. Déterminer la part de réel de la part d'imaginaire.
- Identifier les comportements attendus des spectateurs-consommateurs de super-héros et de leurs produits dérivés.
- Repérer les symboles et significations des gestes, comportements ou situations exagérées des super-héros

## Définition

Le terme super-héros et super-héroïnes désigne un type de héros fictif que l'on retrouve principalement dans les *comics* (bandes dessinées américaines) ou dans leurs adaptations audiovisuelles. Un super-héros est généralement un type de justicier, se distinguant par des capacités dites extraordinaires, pouvant dériver de pouvoirs surhumains ou surnaturels. La super-héroïne est tout autant surhumaine, puissante et active.

Un super-héros possède au moins deux des quatre caractéristiques suivantes (les deux dernières étant très souvent liées) :

- des capacités extraordinaires (force physique surhumaine, rapidité hors du commun, résistance à la douleur...) appelées super-pouvoirs
- un équipement lui permettant de rivaliser avec des êtres dotés de super-pouvoirs et d'accomplir des exploits a priori surhumains
- une double identité : celle d'une personne normale et celle, secrète, de super-héros
- le port, dans le cadre de ses aventures, d'un costume distinctif (le plus souvent collant au corps), qu'il abandonne quand il reprend ses activités d'individu ordinaire

(Source : <http://fr.wikipedia.org/wiki/Super-héros>)

---

## Exercice 1

### « Les super-héros et moi » Cycles 1 et 2

*Cet exercice propose à l'élève de se comparer à un-e S-H. Il va devoir le décrire, le définir, puis expliquer ce qu'il aime ou pas chez lui et pourquoi.*

Rassembler des images dans un lieu précis de la classe pour constituer le "coin des images de super-héros et de super-héroïnes".

**Partie 1** - En groupe, au besoin à l'aide d'images ou de vidéos, l'enseignant-e demande aux élèves de définir ce qu'est un super-héros.

Réponses possibles :

- c'est un justicier ou une justicière, un héros positif qui a des valeurs
- il ou elle a des super-pouvoirs ou un équipement particulier qui lui en donne
- il ou elle a une double identité : celle d'une personne normale et celle, secrète, de super-héros, super-héroïne
- il ou elle porte un costume distinctif (le plus souvent collant

au corps), souvent aussi une cape ou un masque

**Partie 2** - L'enseignant-e demande aux élèves de s'identifier à un super-héros dont ils se sentent proches. Les élèves doivent motiver leurs réponses. Puis chacun remplit la fiche « Je suis un Super-Héros » ou « Je suis une Super-Héroïne » (proposées en annexe 1). Les élèves découvrent ainsi les caractéristiques corporelles, magiques, techniques d'un super-héros, ses relations familiales, la motivation à ses comportements (pourquoi il/elle sauve, aide ou tue...), la manière de gérer sa double identité. (Cycle 1 : utiliser uniquement la page 2 – dessin, Cycle 2 : faire toute la fiche).

Une mise en commun sera faite pour identifier les aspects positifs (et négatifs) de ces super-héros et identifier les comportements et situations exagérés.

**Prolongement** : en fonction du climat scolaire, l'enseignant-e peut profiter de cet exercice pour discuter avec les élèves de leur comportement dans la cour et/ou avec les autres. Les comportements ou valeurs positives des super-héros peuvent encourager les élèves à aider les plus petits ou à être attentifs aux autres.

## Exercice 2

### « Lecture de l'image »

#### fin du Cycle 1 et Cycle 2

*Cet exercice invite les élèves à observer attentivement des images de super-héros et de super-héroïnes, à les "lire" (ce qui a été compris, interprété) puis à les décrire (ce qui est vu, identifié, représenté) et à utiliser un vocabulaire de l'image approprié*

### Partie 1

Mettre les élèves en activité pour qu'ils s'approprient les notions suivantes :

**a) cadrage** : les pages 31 à 33 de ce document consacré au court-métrage Animatou expliquent les divers cadrages. Les élèves choisissent celui qui leur paraît le plus valorisant.

**b) couleurs** : par groupe ou seuls, les élèves définissent les couleurs propres à chaque super-héros et super-héroïne (bleu, rouge et jaune pour Superman, noir et jaune pour Batman, bleu et rouge pour Spiderman, noir et blanc pour Barbarella, noir pour Lara Croft et Catwoman, etc...). En commun, les élèves classent les couleurs entre couleurs chaudes et couleurs froides. Faire relever éventuellement la symbolique des couleurs : noir comme la mort, bleu comme...

Par groupe, les élèves classent les images en deux ensembles : noir/blanc et couleur (en règle

générale les images noir/blanc sont celles du super-héros en difficulté, celles en couleur quand le ou la S-H est mis-e en valeur : quelle manière de présenter les hommes et les femmes ?). Puis ils étiquettent chaque groupe ou chaque photo avec le sentiment qu'ils ressentent en voyant cette photo. Faire une mise en commun finale pour échanger les résultats. Faire remarquer aux élèves que les sentiments ressentis sont propres à chacun, mais que le dessinateur utilise les couleurs pour faire passer un sentiment général.

**c) texte** : les élèves définissent les différents lettrages visibles dans les images : grosses lettres, petites, déformées, colorées etc. Ils lisent à haute voix les textes des bulles, en donnant l'intonation qu'ils pensent correspondre au lettrage. Ils définissent quel est l'émetteur du message lu (le narrateur, le super-héros etc...). Faire une mise en commun finale pour échanger les résultats et établir des catégories.

### Partie 2

Chaque élève choisit une image qui lui plaît et/ou une qui lui déplaît et donne les raisons de son choix. Pour l'aider il/elle utilise le vocabulaire de la première partie de l'exercice, et/ou des émoticônes (emojis).

Variante : cet exercice peut aussi être fait en comparant des images fixes avec des images animées (film, dessin animé).

## Exercice 3

### « Comment les super-héros poussent à la consommation / Le rôle des super-héros dans la publicité »

#### Cycle 2

*Cet exercice invite les élèves à réfléchir aux bénéfices que peuvent retirer les divers acteurs de la communication à utiliser l'image des S-H.*

**Partie 1** - Les élèves énumèrent les endroits où ils voient des objets marketing qui viennent à l'origine de comics de super-héros (par exemple

films, jeux vidéos, objets de décoration, habits...)

L'enseignant-e projette les publicités suivantes :

- [publicité « Spiderman »](#)
- [publicité « Hero Factory »](#)
- [publicité "Lara Croft"](#)

**Partie 2** – Susciter une réflexion sur les intentions commerciales : les élèves définissent « qui gagne quoi » à faire des campagnes de communication ou des produits dérivés en recourant à l'image des super-héros et des super-héroïnes. [Un exemple sur YouTube](#) (1 min 40).

**Partie 3** - Mise en commun : définir les critères utilisés pour fabriquer une pub.  
avec les élèves l'objectif d'une publicité (faire acheter un produit) et

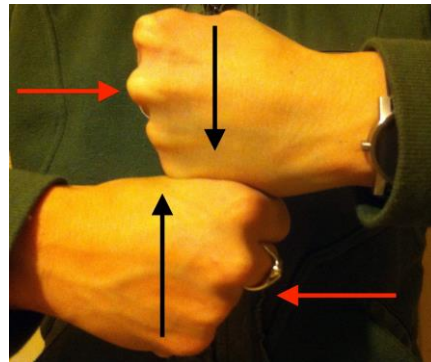
---

### Prolongement possible :

#### Filmer un super-héros en action !

Filmer l'action du super-héros et de la super-héroïne qui arrive, avec deux doigts, à séparer les deux poings fermés de son enseignant-e.

L'enseignant-e tient ses deux poings fermés l'un au-dessus de l'autre comme s'ils étaient collés (photo). Attention de bien tenir les bras écartés, coudes relevés à l'horizontale.



Avec deux doigts, un sur les doigts de chaque poing, l'élève parvient sans peine à séparer les deux poings de l'enseignant-e (pousser les poings de manière à ce qu'ils glissent l'un sur l'autre de chaque côté).

Plus l'adulte appuie fort ses deux poings l'un contre l'autre verticalement, plus ils sont faciles à séparer horizontalement sans aucune force.

Pour le travail filmique : choisir plusieurs cadrages ; d'abord un plan qui situe les deux personnes, puis un plan plus rapproché afin que l'on puisse visualiser les super-pouvoirs du super-héros et de la super-héroïne et montrer qu'il n'y a pas de triche ! (Il ne s'agit que d'une force verticale opposée à une force horizontale).

#### Bibliographie

Umberto Eco, *Du Superman au surhomme*, Grasset 1993

Loïse Bilat et Gianni Haver, *Le héros était une femme...*, Antipodes 2011

*Superman, Batman & Co...mics* : [dossier pédagogique](#) destiné au Cycle 2 ,en lien avec l'exposition à la Maison d'Ailleurs à Yverdon-les-Bains, en 2014.

*Pourquoi aiment-ils les super-héros ?* [Article](#) du quotidien *La Croix*, consulté le 27 octobre 2025.

---

**Jeanne Mollard-Guillaume**, enseignante, canton de Fribourg.



Avec la collaboration de **Florence Hügi**,  
journaliste RP, décembre 2012.  
Actualisé en octobre 2025.

# ***JE SUIS UN SUPER-HÉROS***

MON NOM DE SUPER-HÉROS

MON VRAI NOM

MON SUPER-POUVOIR

MON ÉQUIPEMENT

MES VALEURS

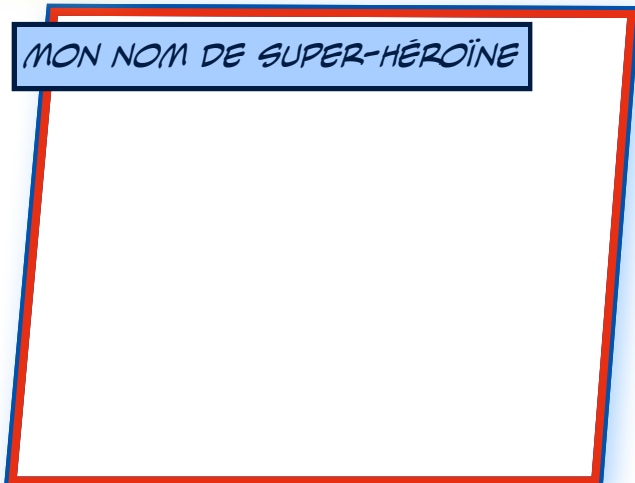
MES EXPLOITS

# ***JE SUIS UN SUPER-HÉROS***

*JE ME DESSINE*

# *JE SUIS UNE SUPER-HÉROÏNE*

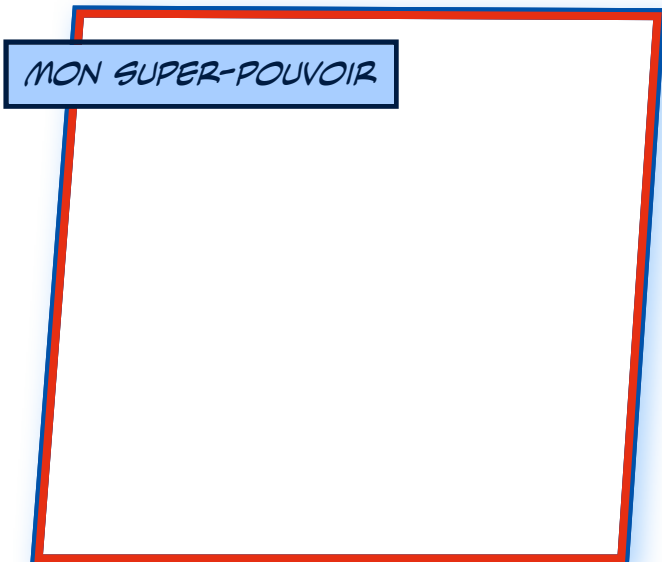
MON NOM DE SUPER-HÉROÏNE



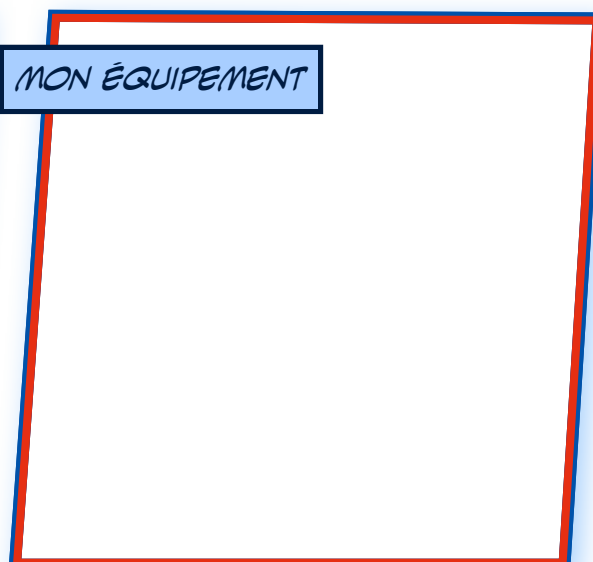
MON VRAI NOM



MON SUPER-POUVOIR



MON ÉQUIPEMENT

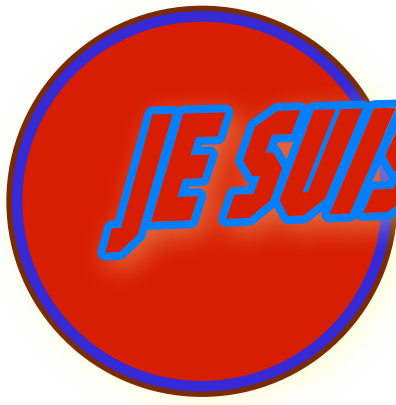


MES VALEURS



MES EXPLOITS





***JE SUIS UNE SUPER-HÉROÏNE***

JE ME DESSINE

A large rectangular area with a red border and a blue shadow, intended for drawing. It occupies the majority of the page below the title and the 'JE ME DESSINE' label.