

Apprendre à jouer

Les enfants veulent jouer - Les enfants apprennent en jouant.

Dès 5 ans

Moi et les choses
Moi et l' autre
Moi et les autres

Dès 7ans

Jouer l'un à côté de l'autre
Jouer l'un avec l'autre
Jouer l'un contre l'autre

Adapter les jeux aux enfants.
Favoriser le jeu et stimuler la créativité.
Jouer, c'est rire, apprendre et réaliser une performance.

AVANT LE JEU

Créer des conditions optimales: - règles simples et peu nombreuses
- terrains de jeu appropriés
- environnement sûr
- matériel adapté
- former des groupes appropriés et les signaler clairement.

PENDANT LE JEU

Diriger, observer et varier.

APRES LE JEU

Clore l'entraînement de façon optimale: - parler du jeu
- apprendre à gérer la victoire et la défaite
- fair-play
- retour au calme.

Dès 5 ans

Moi et les choses

Artiste de la balle

- Buts:** - améliorer la coordination
- élargir son expérience d'utilisation de différents matériaux

Les enfants reçoivent un ballon gonflable. Ils le font tenir en l'air en essayant de ne toucher personne en s'aidant d'un objet (la main, tapette à mouches, rouleau en carton, raquette de badminton, ...).

Variantes:

- Lancer le ballon en l'air en le frappant et en alternant coups droit et revers.
- Qui fera monter son ballon le plus haut ?
- Jongler en alternance de la main droite et de la main gauche.
- Le ballon posé au sol, le faire monter en l'air.
- Faire tenir le ballon en équilibre sur l'objet ou sur la paume de main tout en s'asseyant par terre, en se relevant et en franchissant des obstacles.
- S'essayer à plusieurs techniques: faire passer le ballon entre les jambes ou le jouer dans le dos, se coucher par terre tout en jonglant avec le ballon puis se relever ou faire un tour sur soi-même, tenir en équilibre sur le bord étroit d'un banc tout en lançant le ballon en l'air.
- Faire tenir en l'air simultanément deux ou trois ballons.
- A deux, se faire des passes en variant les techniques.

Gonfler un ballon et faire un noeud, cela prend du temps; il vaut donc la peine de le réutiliser et peut-être d'en avoir préparé quelques-uns à l'avance.

Moi et l'autre

Transport de ballons

- Buts :** - améliorer la coordination
- apprendre à tenir compte des autres

Les enfants sont répartis en deux groupes disposés face à face le long d'un côté de la salle. Le but consiste à transporter son ballon gonflable jusqu'à la paroi opposée en essayant de n'entrer en collision avec personne.

Variantes:

- Les enfants inventent leur propre moyen de transport et leurs idées sont reprises par les autres.
- Le ballon ne peut être frappé que de la paume de la main.
- Il est permis de faire bouger le ballon avec toutes les parties du corps sauf les mains.
- Transporter le ballon avec le ventre (se déplacer comme un crabe par ex.).
- Transporter le ballon en s'aidant uniquement du dos, du ventre, du côté de la hanche, de la tête ou de la cuisse.
- Déplacer le ballon sans le toucher.
- Sandwich: équipes de deux à quatre joueurs. Les membres des groupes coincent le ballon entre eux sans s'aider des mains. Quel mode de déplacement est utilisé ?

Ballon magique: les ballons sont disposés au milieu de la salle. Ensuite, les enfants courent tous ensemble d'un côté à l'autre de la salle. Qu'advient-il des ballons ?

Moi et les autres

Danse des ballons

Buts :

- encourager la collaboration
- améliorer la coordination

La moitié des enfants forment un cercle en étant couchés sur le dos, tête en direction du centre du cercle. Les autres, debout, entourent leurs camarades et lancent les ballons dans le cercle. Les enfants couchés essaient de garder les ballons en l'air en les lançant de leurs mains. Lorsqu'un ballon tombe à terre, les enfants qui sont debout le remettent en jeu.

Variante:

- Sur fond de musique de détente

En enveloppant les ballons dans une housse de duvet, on obtient un agréable coussin, voire même un matelas. A tester à tour de rôle ou à plusieurs simultanément. Manière ludique de ranger les ballons gonflés.

Dès 7 ans

Jouer l'un à côté de l'autre

Guide pour aveugle

Buts :

- établir la confiance dans son partenaire
- encourager la collaboration

Tempête de neige:

Les enfants sont deux par deux et se tiennent par la main ou tiennent un objet (anneau, sautoir,...). Un enfant ferme les yeux et se laisse guider à l'aveugle dans la salle en marchant, en trottinant ou en courant. Changer de rôle. Les deux enfants discutent ensuite et disent s'il leur a été facile ou difficile de faire confiance à l'autre.

Variante:

Les deux courent au rythme de la musique (env. 160 coups minute).

Route à virage:

A (= véhicule) est debout dans un cerceau qu'il tient à hauteur du ventre. B (=chauffeur) est derrière A et tient le cerceau dans les deux mains. Il dirige le véhicule à des rythmes différents et avec différentes manières de se déplacer (pas de course en avant ou en arrière, sautilllements, galop, sautilllements sur une jambe) en zigzaguant autour des ballons au sol. Après un trajet d'essai, A ferme les yeux et se laisse guider en se déplaçant comme convenu avec B. Changer de rôle.

Matériel: éventuellement musique de course, bandeau pour les yeux ou linge, diverses balles éparpillées au sol (medizin ball, basket, foot, balles de tennis ou unihockey,...).

Jouer l'un avec l'autre

Navigation

- Buts :**
- établir la confiance dans son partenaire
 - encourager la collaboration

Des balles de tennis et ballons lourds sont dispersés au sol. Les enfants sont deux par deux, un des deux a les yeux bandés. Son partenaire doit le guider uniquement avec des consignes ou paroles jusqu'à l'autre extrémité du terrain en évitant les balles. Quelle paire parviendra la première à traverser le terrain sans toucher les balles ni le partenaire ?

Jouer l'un contre l'autre

Jeu de billes

- Buts :**
- développer le travail en équipe et la stratégie
 - travailler la résistance

2-4 poursuivants volontaires ou désignés sortent de la salle et attendent que le moniteur vienne les chercher. Les autres enfants se répartissent 7-8 billes sans que les chasseurs les voient. Les poursuivants portant un sautoir doivent toucher les autres joueurs. Les joueurs capturés doivent ouvrir les deux mains. Si une bille s'y trouve, la remettre au moniteur. Ensuite, continuer à jouer sans bille mais en ayant les mains fermées, paume contre paume. Règle: les joueurs libres peuvent s'échanger leurs billes. Combien de temps faudra-t-il aux poursuivants pour découvrir toutes les billes ? Changer de rôle.

Retour au calme

Capitaine

- Buts :**
- améliorer la collaboration et l'anticipation
 - enseigner le sens du toucher

Groupes de 3 à 6 personnes. Chaque groupe représente un bateau. Les membres se mettent en colonne en posant les mains sur les épaules de la personne devant eux. Le dernier est le capitaine du bateau. La première fois, faire l'exercice les yeux ouverts afin que chacun se familiarise avec le principe. Puis, tous, sauf le capitaine, ont les yeux fermés. Au capitaine à présent de diriger son bateau en imposant de légères pressions sur les épaules du partenaire devant lui; ce dernier exerce les mêmes pressions sur les épaules du joueur devant lui. La colonne se déplace en fonction des instructions du capitaine.

- Signaux:
- une pression des deux mains: «en avant toute».
 - deux brèves pressions des deux mains: «stop».
 - pression sur l'épaule droite: «à droite».
 - pression sur l'épaule gauche: «à gauche».

En cas de collision avec un autre bateau ou de menace de danger, le capitaine actionne l'alarme en criant «stop». Tout le monde doit s'immobiliser.

Variante: Les bateaux doivent effectuer un parcours d'obstacles.