

Sport des enfants J+S



Titre de la leçon: changer d'environnement (la forêt)

Auteur : Valérie Brühlhart



Conditions cadres

Durée de la leçon : 90 min.

Niveau X simple moyen difficile

Âge 5-10 ans

Taille du groupe env. 20 enfants

Env. du cours en forêt

Aspects de sécurité Prendre une pharmacie, liste de téléphone, prévenir les parents à l'avance, équipement adapté à la forêt

Objectifs/But d'apprentissage :

Découvrir un nouvel environnement.

Recueil de matière pour jouer en forêt

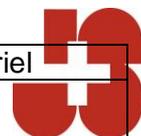
Manuel sport des enfants J+S exemples pratiques p. 36 et p.40-41

Indications/Remarques :

Pour se développer l'enfant a besoin de découvrir et d'expérimenter différents espaces.

Contenu :

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
15 min.	<p>Départ pour la forêt :</p> <p><u>Petits jeux sur le chemin</u> : faire un tunnel et les derniers passent dessous pour se retrouver 1^{er}.</p> <p>Les uns derrière les autres, le dernier remonte la colonne en slalomant entre chaque enfant pour se retrouver 1^{er}.</p>	<p>lire p.36 pts importants</p> <p>en colonne 2/2</p> <p>en colonne seul</p>	<p>Pharmacie</p> <p>cordes pives</p> <p>boisson</p> <p>natel + liste de téléphones</p>
2 min.	<p>Cache-nid :</p> <p>Former des duos et trouver un endroit pour faire son nid</p>	2/2	
3 min.	<p>Chaque duo doit ramener 10 objets différents dans son nid</p>	1 seul objet par trajet	
5 min.	<p>A va toucher un arbre pendant que B enlève un objet du nid. Quel objet a disparu ? inverser les rôles.</p> <p>Varié la façon de se déplacer et enlever plusieurs objets.</p>		



Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5 min.	Provisions d'hiver : <u>Construire un nid avec 1 corde.</u> Au signal chacun va chercher 1 pive (par trajet) et la met dans son nid. Quelle équipe aura le plus de pives dans son nid pour l'hiver ?	groupe de 4	cordes pives
5 min.	<u>Jeu : aller voler les provisions des autres !</u> Au signal chacun va voler 1 pive (par trajet) dans n'importe quel nid et la ramène chez lui. Qui aura le plus de provisions ?		
7 min.	<u>Pétanque</u> : par groupe jouer à la pétanque (cochonnet=caillou)		cailloux
8 min.	<u>A aide B a coincé un maximum de pives</u> entre ses parties du corps (jambes, bras, doigts, menton, tête, genoux) Quel duo réussira à transporter le plus de pives ?		
5 min	Poser des grosses pives sur une souche et chacun lance 1 pive. <u>Qui touchera une pive ?</u>	2/ 2	
5 min.	<u>Lancer 1 pive le plus loin possible</u> et courir se mettre à l'endroit où sa pive est tombée. Qui a lancé le plus loin ?	tous ensemble	
5min	Comme des écureuils : <u>Faire un parcours en équilibre</u> : marcher sur des troncs, souches, racines... Variante : traverser le tronc de diverses façons : en arrière-de côté-exécuter une figure au milieu-avec un objet sur la tête.	tous ensembles	
5min	<u>Sauter</u> le plus haut possible pour toucher des feuilles. <u>Se mettre autour d'un arbre</u> et l'entourer de ses bras. Tourner autour sans se lâcher les mains.	groupe de 2 ou 3	
5min	Mare aux grenouilles : Former 1 cercle avec une corde au sol (mare). Former 1 cerce plus grand à l'extérieur et chacun se tient à la corde avec ses 2 mains. Au signal : tirer sur la corde afin qu'une grenouille tombe dans la mare ! On recommence	tous en cercle	2 cordes de différentes grandeurs
15 min.	Retour à la salle de gym		

