

# 5

Manuel 2 Brochure 5



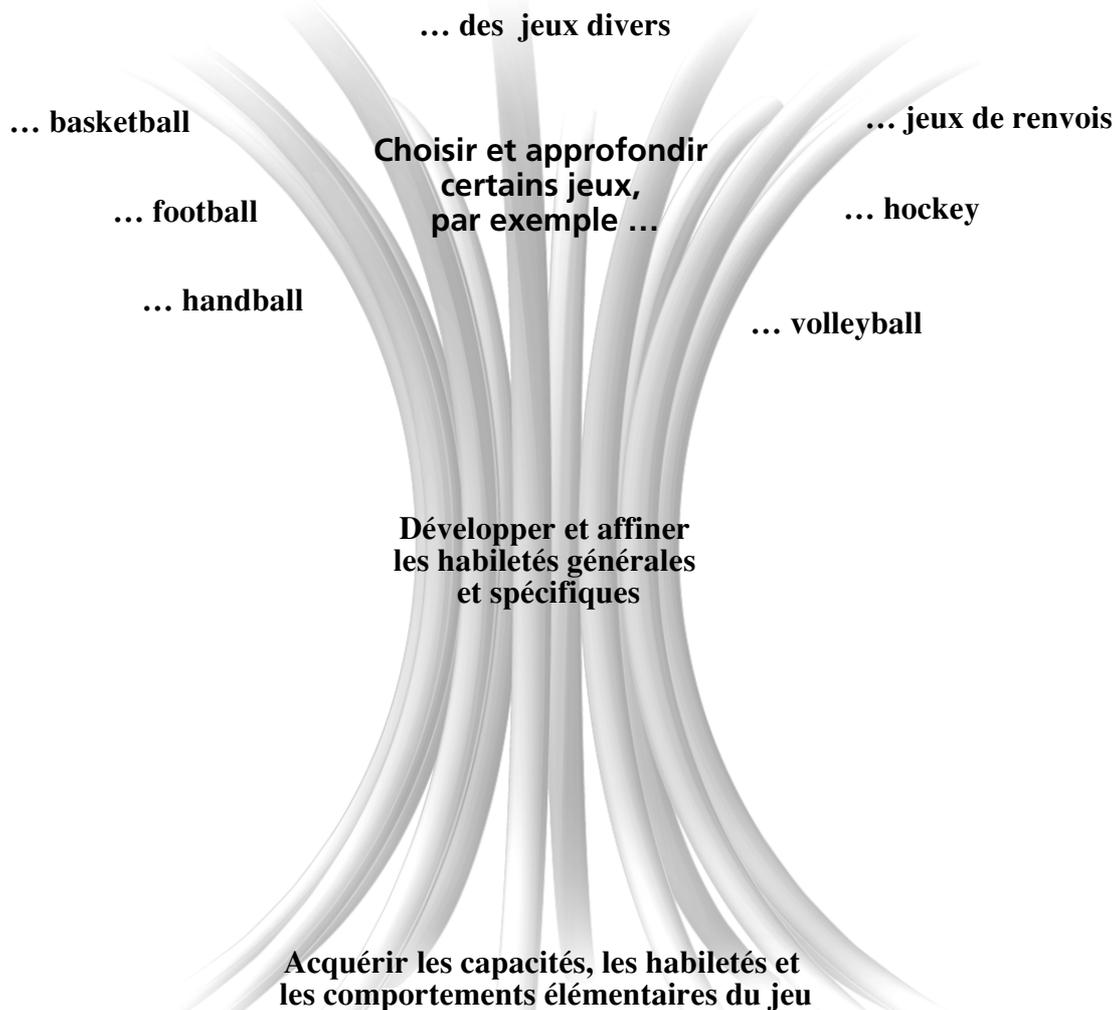
## Jouer

SPORTERZIEHUNG  
EDUCATION PHYSIQUE  
EDUCAZIONE FISICA  
EDUCAZIUN FISICA



# La brochure 5 en un coup d'oeil

---



Les enfants développent les capacités (p. ex. sens du jeu), habiletés (p. ex. adresse avec le ballon) et comportements (p. ex. fair-play, esprit d'équipe) élémentaires du jeu et vivent le suspense, la fascination et le plaisir des activités ludiques.

Accents de la brochure 5 des manuels 2 à 6:

➔ voir page 3 de la couverture à la fin de cette brochure

---

## Accents dans les brochures 2 à 6

- Jouer seul, à deux, en petits ou en grands groupes
- Découvrir et acquérir les capacités fondamentales du jeu dans des lieux originaux, avec du matériel attractif et principalement par des situations de jeu ouvertes
- Vivre des jeux de course, de poursuite, des jeux chantés, etc.
- Apprendre à respecter les règles et les adversaires



Ecole enfantine,  
degré pré-scolaire

- Par des situations ouvertes, développer et expliquer des formes et des règles de jeu
- Négocier en commun les règles, les accepter et les respecter
- Ensemble, approfondir et varier les jeux connus
- Réaliser de multiples expériences de jeu en variant le matériel, l'espace et le temps
- Eveiller le sens du fair-play
- Apprendre à jouer en équipe



1<sup>re</sup> – 4<sup>e</sup> année scolaire

- Apprendre, appliquer et mettre en forme des éléments techniques et tactiques de base du jeu
- Acquérir les règles fondamentales de jeux codifiés
- Jouer à quelques jeux sportifs sous une forme scolaire
- S'intégrer dans une équipe et jouer avec loyauté
- Entraîner avec des balles des habiletés motrices spécifiques à d'autres domaines d'activités



4<sup>e</sup> – 6<sup>e</sup> année scolaire

- Approfondir les compétences fondamentales de jeu et le sens du fair-play
- Exercer globalement les habiletés motrices spécifiques au jeu
- Apprendre à connaître d'autres jeux (d'autres cultures par ex.)
- Parler des problèmes liés au jeu tels que la violence, l'agressivité, le fair-play, les règles, les élèves plus faibles, etc.
- Mettre l'accent sur un ou deux jeux sportifs



6<sup>e</sup> – 9<sup>e</sup> année scolaire

- Intensifier l'apprentissage de quelques jeux d'équipe sur une période prolongée
- Appliquer et mettre en forme des capacités techniques et tactiques
- Jouer sans arbitre (s'auto-arbitrer) et avec fair-play
- Découvrir et apprendre des jeux nouveaux ou traditionnels



10<sup>e</sup> – 13<sup>e</sup> année scolaire

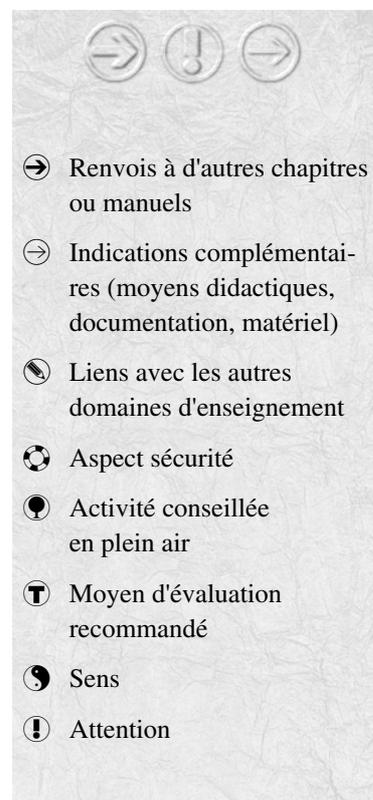
- Le *livret d'éducation physique et de sport* contient des remarques et des suggestions sur les thèmes suivants: idées de jeu pour les loisirs, règles de jeu, matériel, jonglage, fair-play, etc.



Livret d'éducation  
physique et de sport

# Table des matières

<b>Introduction</b>	1
<b>1 Jeux de course et de poursuite</b>	
1.1 Comment introduire les jeux	5
1.2 Jeux en cercle	7
1.3 Chercher, attraper, courir	9
1.4 Avec un matériel varié	11
<b>2 Jeux d'adresse</b>	
2.1 Adresse et expérimentation du matériel	12
2.2 Jeux avec anneaux	13
2.3 Jeux de billes	14
2.4 Avec gobelets de yoghourt	15
<b>3 Jeux de balles</b>	
3.1 Apprendre les jeux de balle	16
3.2 Avec balles de tennis et cerceaux	18
3.3 Rouler, lancer	19
3.4 Faire rebondir, dribbler, lancer et rattraper	20
3.5 Avec une balle et une raquette	21
<b>4 Jeux pour coopérer et se calmer</b>	22
4.1 Ensemble, ça va mieux!	23
4.2 Avec draps et couvertures de laine	24
4.3 Mon ami l'ours en peluche	25
4.4 Avec un petit sac de sable	26
4.5 Retour au calme	27
<b>Sources bibliographiques et prolongements</b>	28



# Introduction

## Pourquoi les enfants jouent-ils?

Les jeux de mouvements apparaissent de manière spontanée. L'enfant veut jouer pour lui-même. Sa motivation vient principalement de son for intérieur (motivation intrinsèque). La maîtresse peut répondre efficacement à ce besoin de jeu par de multiples situations de jeu et d'apprentissage (motivation extrinsèque).

## Expérimenter le monde par le jeu

Les jeux de mouvement sont doublement efficaces pour le développement de l'enfant. D'une part, l'enfant découvre l'*environnement matériel* et entre en contact avec le monde des objets. Certains jeux ou situations d'apprentissage sollicitent le processus d'expérimentation matérielle. D'autre part, les jeux permettent à l'enfant de créer un lien avec son *entourage* (environnement social).

➔ Expérimenter le matériel:  
Voir Bro 3/2, p. 3; Evolution  
du jeu: Voir Bro 5/1, p. 2



### Moi et les choses

Contact avec l'objet

**Environnement  
matériel**



### Moi et l'autre

Contact avec l'autre

**Environnement  
matériel et social**



### Moi et les autres

Contact avec le groupe

**Environnement  
matériel et social**

## Par le jeu, l'enfant expérimente des retournements de situations

Le jeu permet à l'enfant de s'extraire de la réalité pour entrer dans un monde magique où il peut faire comme s'il était quelqu'un ou quelque chose d'autre. Le phénomène d' "inversion dans les jeux de rôles" décharge l'enfant de toute pression sociale.

➔ Jouer – s'adapter aux structures: Voir Bro 5/1, p. 9

L'enfant expérimente des *rôles* lui conférant parfois une grande puissance, sans pour autant devoir assumer la complète responsabilité du porteur du rôle. Dans le jeu, les enfants ont la possibilité de réduire la différence de pouvoir existant entre eux et les adultes, pour leur plus grand bien. C'est pourquoi les enfants adorent se transformer en adultes "puissants" tels que poli-

ciers, sorcières, chasseurs, etc. L'enfant qui joue identifie sa personne et ses actions à son monde imaginaire et modifie ainsi provisoirement l'environnement social et matériel en assimilant la situation de jeu de manière subjective. Un enseignement par consignes ouvertes favorise ces apprentissages très significatifs pour l'enfant.

### Apprendre à jouer de manière autonome

En outre, le pouvoir social est équilibré sur le terrain de jeu, les enfants ayant la possibilité de discuter des règles, des limites du terrain et de temps à autre aussi de diverses actions de jeu qui s'y sont déroulées. Cette *autonomie* peut être bénéfique dans tous les jeux de mouvements. Les nombreux conflits qui surgissent peuvent être limités par des règles de jeu simples. L'enfant apprendra à découvrir certaines notions d'équité et de justice, ceci en opposition avec la réalité quotidienne, dans laquelle il doit souvent se résigner et se soumettre à la "loi du plus fort".

Par ailleurs, pour éviter la mise à l'écart de certains enfants, l'enseignante peut aider à leur intégration en les plaçant dans un rôle de dominant. Pour cela, les jeux de mouvements avec inversion des rôles comme p.ex. "poursuivre – être poursuivi", "attraper – délivrer" se prêtent à merveille. De même pour les enfants agressifs ou craintifs qui peuvent, à travers ces jeux, exprimer des attitudes positives comme délivrer ou aider. Ces changements de rôles devraient dans un premier temps être dirigés par la maîtresse, puis progressivement être appliqués au jeu autonome. Souvent, ces retournements de situations permettent aussi aux enfants de surmonter et d'analyser leurs échecs plus facilement.

### Du jeu avec objets au jeu de mouvement et au jeu sportif

L'une des tâches principales de l'éducation au jeu, à l'école enfantine, est la substitution des fonctions de découverte (exploratives) par des fonctions sociales (coopératives) et de comparaison (comparatives). Le bagage moteur des enfants, principalement enrichi par le jeu, est élargi par une composante sociale. Ainsi, en plus des expérimentations du matériel, l'apprentissage du mouvement permet aussi des expériences sociales. *Jouer chacun pour soi* se transforme *en jouer avec les autres*. Dans une autre étape, cette collaboration peut être développée en *jouer avec ou contre les autres*, en introduisant l'élément de compétition. Cette progression partant du jeu enfantin individuel à un jeu d'équipes sportif nécessite un grand investissement de temps dans la phase d'initiation. Une attention particulière devra être portée à la collaboration (jouer ensemble). En outre, les expériences corporelles englobent aussi les aspects du vécu affectif tels que joie, plaisir, déception, mécontentement et fatigue.

Le jeu avec engins à main (balles, massues, boîtes, etc.) favorise les expérimentations matérielles, notamment du petit matériel (balles, massues, boîtes, etc.) et permettent à l'enfant de découvrir les propriétés des choses.

➔ Styles pédagogiques:  
Voir Bro 1/2, p. 12

☯ Donner du sens, interpréter:  
Voir Bro 5/1, p. 4

➔ Le sens du mouvement:  
Voir Bro 1/2, p. 3 ss.

➔ Expérimentations matérielles:  
Voir Bro 1/2, p. 4

---

Les expérimentations matérielles sont omniprésentes dans toutes les situations de jeu. Elles apparaissent cependant plus fréquemment dans le jeu individuel. L'importance de l'expérimentation matérielle s'atténue avec le développement de jeux de mouvements plus complexes. En contrepartie, l'impact de l'expérience sociale évolue de manière significative comme nous le décrivons ci-dessous.

### Faire évoluer les jeux

Dans une première étape, *jouer chacun pour soi* avec des règles précises et des consignes claires sur la répartition de l'espace et de la durée du jeu renforcent les expériences sociales déjà familières. On peut aussi laisser l'enfant jouer librement en plein air avec ses objets de jeu et recueillir des idées auprès des autres enfants.

➔ Apprendre et enseigner les jeux: Voir Bro 5/1, p. 7 ss.

*Jouer ensemble* implique une attention particulière envers ses coéquipiers et également une prise de conscience des possibilités et des limites. Le comportement par rapport à l'objet est tout aussi important que le comportement vis-à-vis des coéquipiers. Dans cette relation, l'enfant apprend à renoncer à ses propres besoins et désirs dans l'intérêt du jeu. Dans la confrontation ludique avec "l'autre", on veillera à soigner l'exécution des mouvements tels que lancer, rouler et dribbler. Les capacités et modes de comportements décrits ci-dessus constituent les jeux et le sport.

*Jouer contre les autres* implique l'introduction de la notion de "compétition". Une distinction sera faite entre les concours individuels (1:1) et les rencontres par équipes (p.ex. 3:3). Dans les confrontations directes, l'autre est considéré comme adversaire, ce qui peut exacerber les sentiments. Il est possible que le désir de vaincre surpasse la simple situation de concurrence sociale. Par des changements de partenaires fréquents, la maîtresse peut renouveler les possibilités de jeu et de victoires.

*Jouer par équipes contre d'autres* implique un double rôle chez les jeunes enfants. Leurs compétences sont mises à l'épreuve, aussi bien en tant que coéquipiers (partenaires) qu'en tant qu'adversaires. Cette situation est nouvelle pour la plupart des enfants. La maîtresse éduque par la mise en place de situations d'apprentissage adéquates. Elle ne se contente pas de stimuler des performances de jeu chez l'enfant, mais aussi de développer un comportement solidaire, condition indispensable pour les jeux d'équipes. Cette évolution partant du jeu individuel, en passant par le jeu de collaboration pour arriver au jeu d'équipes sert de fil conducteur didactique à toute la série des manuels pour l'enseignement des jeux de mouvements et sportifs.

---

# 1 Jeux de course et de poursuite

## 1.1 Comment introduire les jeux?

L'introduction de la plupart des jeux se déroule généralement de manière analogue. Les trois jeux "*Nain et géant*", "*Aller chercher de l'or en Chine*" et "*Le jeu des brigands rouges et bleus*" sont des exemples d'introduction progressive des jeux à l'école enfantine. Pour un bon déroulement, prendre en compte les quelques conseils suivants:

- Laisser aux enfants le temps de mettre en pratique leurs propres jeux, de rechercher et de développer de nouvelles idées.
- Développer un jeu à partir d'un autre jeu.
- De la forme la plus simple à forme la plus compliquée.
- Consignes et organisation claires.
- Faire découvrir par le jeu les possibilités d'utilisation de la salle de gymnastique ou du terrain de jeu à disposition (perception de l'espace).
- Créer le suspense: "Vais-je être attrapé?" "Comment puis-je m'enfuir, me délivrer, aider quelqu'un d'autre?"
- Inventer de petites histoires autour des jeux pour permettre aux enfants de se mettre en situation.
- Adapter les jeux d'action aux diverses conditions: dans la salle de classe, dans le bassin d'apprentissage, dans la salle de gymnastique, en plein air, etc.
- Introduire progressivement l'entraide et la collaboration qu'il est possible de développer par des formes ludiques simples (s'attraper).
- Choisir des variantes de jeu sans élimination (tâche complémentaire, gage, ...).

**Nous apprenons un nouveau jeu!**

➔ Apprendre et enseigner les jeux: Voir Bro 5/1, p. 7-15

**Nains et géants:** Un géant attrape les nains en faisant de grands pas. Il ne peut se mouvoir que si la maîtresse frappe un rythme de "pas de géant" sur son tambourin. Des petits coups rapides signifient que les nains peuvent aller se réfugier: sur les espaliers, sur l'échelle de cordes, derrière des montagnes de tapis, etc. Les nains attrapés deviennent géants.

- *Expliquer:* Expliquer en quelques mots l'idée de jeu aux enfants; créer le suspense: "Vais-je être attrapé?" "De quelle manière puis-je échapper au(x) géant(s)?"
- *Déroulement:* Expliquer que les nains attrapés sont transformés en géants (chasseurs).
- *Espace:* Au début, jouer dans une moitié de salle.
- *Mode de déplacement:* Sentir la différence entre les grands pas (lents) et les petits pas (rapides): "Vous êtes tous des géants. Traverser la salle dans le sens de la longueur, en largeur, en diagonale. Faites le moins possible de pas (géants), beaucoup de petits pas rapides (nains)".
- *Rythme:* Adapter aux différents pas: la maîtresse est la cheffe des nains ou des géants et se déplace avec le groupe en frappant deux rythmes sur le tambourin. Petite pause à chaque changement de rythme.
- *Réagir:* A la fin d'un rythme, rester sur place comme figés. Alternner les rythmes toujours plus rapidement.
- *Nains et géants en deux groupes:* Les deux groupes se déplacent en alternance. Aussitôt que le rythme change, rester sur place, pas un pas de plus.



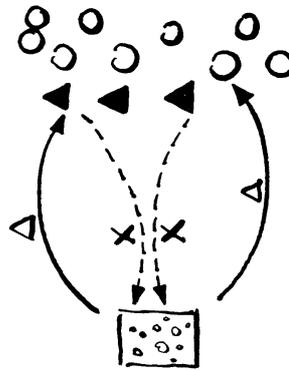
➔ Apprentissage du rythme.

➔ Apprendre à réagir.

➔ Changer les rôles.

**Aller chercher de l'or en Chine:** L'or est caché à l'opposé de la salle. Est-il possible d'aller chercher des "pépites" sans se faire attraper?

- *Itinéraire:* Aller chercher une seule "pépite" à la fois et mémoriser le parcours: chaque enfant possède son propre cerceau sur un côté de la salle. A l'opposé, un récipient est rempli de balles de tennis. A l'aller, les enfants passent entre les deux marques centrales, au retour, ils reviennent par le côté gauche ou le côté droit. Qui se constitue le plus grand trésor?
- *Avec chasseurs:* Le vol est découvert, on fait intervenir la police. Sur chaque chemin de retour se trouve un chasseur. S'il réussit à attraper le voleur, il lui confisque son or et le met dans son dépôt.
- *Toute la bande de voleurs joue contre la police:* il n'y a plus qu'un seul repère de voleurs, tout l'or est stocké dans un seul cerceau.
- Développer d'autres variantes.



⚠ Différencier les cerceaux avec des cartes de Memory.

➡ Pour la maîtresse, observer et évaluer les risques.

➡ La maîtresse anime le jeu mais peut aussi participer!

➡ Les musiciens de Brême: Voir Bro 2/2, p. 6

### Le jeu des brigands rouges et bleus:

*Introduction:* Raconter une petite histoire pour créer le contexte. Insister sur le fait que les brigands doivent être rapides et astucieux. Ils s'exercent dans une clairière, à un endroit où personne ne peut les voir. Un brigand âgé, expérimenté et rapide raconte l'histoire à ses plus jeunes amis:

*Première étape:* Les uns ont un sautoir rouge, les autres un bleu. Tous les enfants se déplacent librement dans l'espace donné. S'ils entendent le nom de leur couleur, ils doivent immédiatement s'asseoir, se relever, toucher un mur...et poursuivre leur chemin.

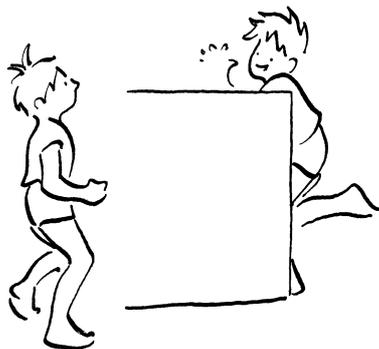
*Deuxième étape:* Les rouges sont assis sur une ligne dans la longueur de la salle; les bleus sont en face. S'ils entendent leur couleur, ils changent très vite de côté, touchent la ligne opposée et regagnent leur place. Les enfants peuvent inventer et modifier les positions de départ (assis, couché, etc.).

*Troisième étape:* L'espace se trouvant devant les murs des petits côtés de la salle est le refuge des brigands. A cet endroit, personne ne peut les attraper. Les rouges sont debout devant un mur, les bleus sont en face. Ils découvrent leur espace de refuge.

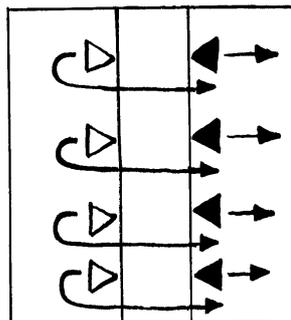
*Quatrième étape:* Les enfants attrapent leur camarade d'en face ou tous les enfants de l'autre équipe. Les brigands attrapés changent d'équipe.

*Forme finale:* Les rouges sont couchés avec la tête dirigée vers la ligne centrale, les bleus sont en face, à env. 2m. Celui qui entend sa couleur essaie d'atteindre sa ligne de refuge le plus vite possible. L'autre essaie de l'attraper avant qu'il n'ait franchi la ligne.

- La position de départ couchée peut être modifiée à volonté.
- Laisser les enfants déterminer la position de départ et le mode déplacement.



➡ Ev. créer des possibilités de cachette avec des tapis et des caissons.



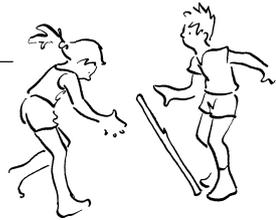
⊙ Garantir un espace d'arrivée suffisant! Distance avec le mur: au moins 4m.

## 1.2 Jeux en cercle

Le cercle offre de bonnes possibilités pour l'introduction d'une leçon, pour des temps de consignes, d'échanges ou pour jouer.

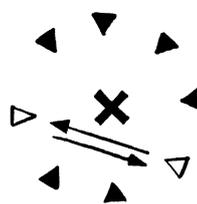
Nous jouons en cercle.

**Le bâton-réflexe:** Un groupe d'enfants forme un cercle. Un enfant est au milieu et tient un bâton. Il appelle un autre enfant par son prénom et lâche son bâton simultanément. L'enfant appelé essaie d'attraper le bâton avant que celui-ci ne touche le sol.



🎯 Tous ces jeux aussi en plein air!

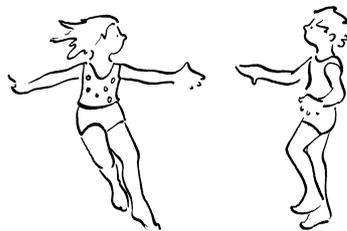
**Changer de place:** Les enfants sont en cercle. L'un d'eux se trouve à l'intérieur du cercle. La maîtresse désigne deux enfants qui échangent leurs places le plus silencieusement possible et sans se faire toucher par l'enfant du milieu. Ce dernier essaie soit d'occuper une place libre, soit de toucher l'un des deux enfants en fuite. Dès qu'on a quitté sa place, on ne peut plus y retourner.



👁️ Concentration et communication non-verbale. Se prête aussi pour l'apprentissage des prénoms.

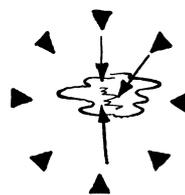
- La maîtresse appelle deux prénoms. Les enfants concernés doivent s'échanger leurs places sans se faire toucher par l'enfant du milieu. Si l'un des deux enfants est touché, on échange les rôles.
- Varier les modes de déplacements.

**La marmite explose:** Les enfants forment un cercle en se donnant la main et sautillent vers la gauche. Au centre se trouve un enfant. Celui-ci crie à voix haute: "La marmite explose!". A ce moment précis, tous les enfants se lâchent la main et chacun essaie de trouver un autre enfant (pas le voisin). Comme l'enfant du milieu recherche lui aussi un partenaire, il restera forcément un enfant qui sera le prochain "crieur".



👉 Réagir rapidement; formations de différents couples.

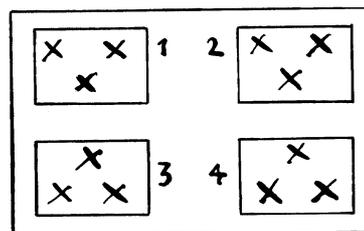
**Attention à la flaque:** Les enfants forment un cercle et se tiennent par la main. Au milieu du cercle, on place une feuille de papier de journal qui représente une "flaque d'eau". En se tirant et en se repoussant, les enfants essaient d'entraîner quelqu'un dans la flaque. Celui qui a "les pieds mouillés" doit exécuter une certaine tâche (p.ex. faire un tour de salle en courant, etc.). L'enfant peut ensuite réintégrer le groupe pour jouer.



⚠️ Au maximum 8 enfants par groupe.

👉 Autres jeux de lutte: Voir Bro 3/2, p. 22

**Lâcher du lest:** Deux cercles identiques sont représentés sur le sol. A côté de chaque cercle, on place un poteau (piquet = la gare). Deux groupes de même nombre sont différenciés avec des sautoirs. Ces groupes représentent deux "trains de marchandises". Au signal du chef de gare, les trains se déplacent (départ derrière le piquet, dans le sens des aiguilles de la montre). A chaque passage d'un train à la gare (= piquet), un enfant peut suspendre son sautoir au poteau (= lâcher du lest). Un seul sautoir par train. Quel train se débarrassera-t-il en premier de toute sa "marchandise"?



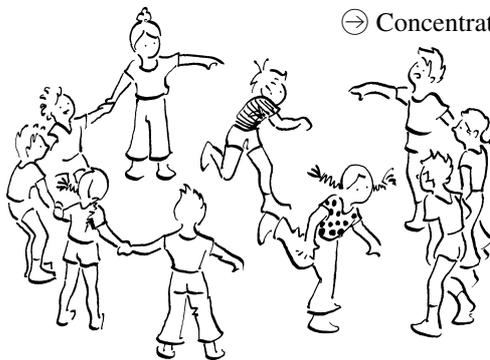
👉 Collaborer – jouer contre l'autre.

⚠️ Eprouvant.

👉 Autres jeux de courses: Voir Bro 4/2, p. 5 ss

**Salade de fruits:** Les enfants forment un cercle et se tiennent debout dans un cerceau. La maîtresse distribue un nom de fruit (ou d'animal, de plante, etc.) à chaque enfant. Elle se tient au centre du cercle et appelle un nom. Les enfants concernés doivent échanger leurs places, la maîtresse occupe l'une des places disponibles. L'enfant qui reste appelle le fruit suivant.

- Les enfants trouvent et se donnent leur propre nom de fruit.
- Au signal "salade de fruits", tous les enfants doivent changer de place.
- Les différentes sortes de fruits sont réemployées comme signe distinctif du groupe pour la suite.



⇒ Concentration, exercice de vocabulaire et de prononciation. S'identifier à... (jouer des rôles).

**Renards et son terrier:** Les chasseurs encerclent un terrier (cercle au milieu du terrain de jeu). Les renards sont à l'extérieur et essaient de s'infiltrer dans leur terrier. Les renards attrapés doivent parcourir une certaine distance ou exécuter une tâche motrice avant de pouvoir entreprendre une nouvelle tentative.



⇒ Exercice de l'habileté et du courage.

**L'étang des grenouilles:** Le petit cercle ainsi que l'extérieur du grand cercle sont remplis d'eau. Des grenouilles y barbotent allègrement. 2-4 cigognes se déplacent sur la "terre ferme" séparant les deux plans d'eau. Les grenouilles essaient de regagner l'autre étang en traversant la bande de terre. Si elles s'y font attraper, elles remplacent une cigogne.

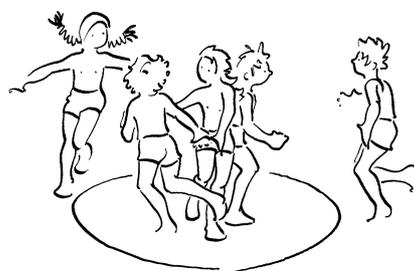
- La grenouille attrapée désigne une nouvelle cigogne.



⇒ Vision périphérique, oser prendre des risques.

**Les bergers:** 1-2 enfants sont "bergers" et se tiennent à l'extérieur du cercle. Les autres enfants (moutons) sont dans le cercle, ils sautillent, sautent et essaient de s'échapper du cercle. Les bergers essaient de les attraper. Le mouton attrapé devient berger et vice-versa (organisation spatiale identique à celle du jeu de "l'étang de grenouilles").

- Le jeu est répété à plusieurs reprises jusqu'à ce que tous les moutons aient joué le rôle de berger.
- Développer d'autres règles de jeu avec les enfants.



⇒ Attention et travail en équipe.

● Aborder le thème du métier de berger. Quel est son rôle?

### 1.3 Chercher, attraper, courir

Les jeux de course, de recherche ou de poursuite sont très appropriés à l'école enfantine car ils ne requièrent pas d'aptitudes spécifiques comme lancer ou attraper des balles. Ils permettent en outre de développer la capacité d'endurance des enfants.

Si je suis habile, on ne m'attrapera pas.

**Chasse au serpent:** 4 à 6 enfants se suivent et forment des serpents en se tenant par les épaules. La tête essaie de mordre la queue d'un autre serpent en touchant le dernier enfant du groupe. L'enfant touché change de groupe et vient s'ajouter au serpent gagnant. Dès qu'il ne reste plus que la tête à l'un des serpents, le jeu recommence.

- Le dragon se mord la queue: un dragon est composé d'env. 10 - 12 enfants qui se tiennent par les hanches. Le dernier enfant possède un sautoir coincé à l'arrière de son pantalon. La tête du dragon essaie d'attraper le sautoir situé au niveau de sa queue. Si elle y parvient, le premier enfant se met à la queue et porte le sautoir.



☞ Collaboration. Habileté et .

⚠ Limiter l'espace.

**Petite souris dans son coin:** On délimite les quatre coins de l'espace de jeu avec des cônes et l'on divise la classe en quatre groupes. Trois groupes se placent chacun dans un coin. Un groupe d'enfants, les chats, est au milieu. On les reconnaît grâce à leur sautoir. Aussitôt que les chats prononcent la phrase "Petite souris, montre-toi!", les groupes de souris quittent leur coin et se dirigent vers un autre. Les souris touchées sont transformées en chats et reçoivent un sautoir.

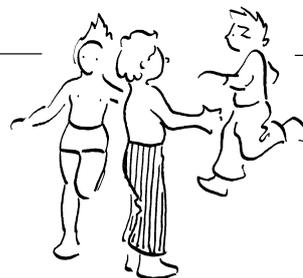
- Vert - bleu - rouge - jaune: les coins de l'espace de jeu sont marqués de différentes couleurs. La maîtresse ou un enfant se trouve au centre et montre successivement des couleurs. A ce signal, les enfants concernés changent de coin en courant, en marchant à quatre pattes, en sautillant...



☞ Attention; exercice de perception.

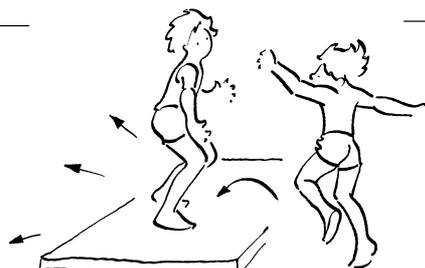
**Les statues:** Tous les enfants courent librement dans la salle ou à l'intérieur d'un terrain délimité. Aussitôt qu'un enfant est appelé par la maîtresse, il essaie de toucher tous ses camarades. Les enfants touchés sont transformés en statues. Dès que la maîtresse appelle un autre prénom, tous les enfants sont à nouveau libres.

- Appeler plusieurs enfants à la fois.
- Ceux qui désirent être chasseurs peuvent le signaler.



☞ Exercer un pouvoir: Voir Bro 5/2, p. 2

**Echapper aux pirates:** 2-3 enfants sont pirates et sont reconnaissables à leur sautoir. Ils essaient de s'en débarrasser le plus vite possible en touchant un autre enfant. Pour échapper aux poursuivants, les enfants peuvent se réfugier sur une île (tapis, cerceaux etc.) et doivent à nouveau la quitter dès qu'un autre enfant s'y réfugie.

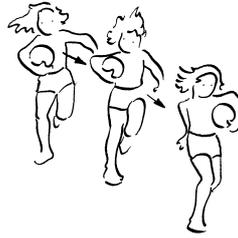


🚫 Se mettre en sécurité, prise de risques.

🚫 Aussi réalisable dans l'eau avec des cerceaux flottants.

**Le ballon magique:** Chaque enfant se déplace avec un ballon et essaie de toucher de la main le plus grand nombre d'enfants possible (tous contre tous). Les enfants touchés peuvent se libérer en allant toucher un objet à un endroit défini (espaliers, arbre...) ou en atteignant une cible avec leur ballon.

- Le mode de déplacement vers l'objet ou vers la cible peut également être défini.

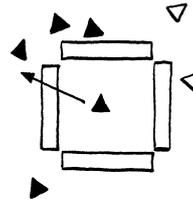


⇒ Attitude offensive, défensive? Epreuveant!

⇒ Avec de grands effectifs, jouer sur deux terrains.

**La maison des sorcières:** Deux à trois enfants essaient d'attraper tous les autres. Les prisonniers sont enfermés dans la maison des sorcières (4 tapis, bancs, quatre arbres, etc.). Les autres enfants peuvent les libérer en leur touchant la main. Les sorcières sont-elles capables d'enfermer tous les enfants dans leur maison?

- Définir divers modes de déplacement.

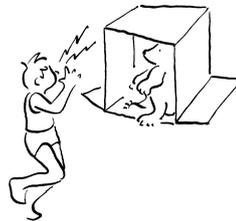


⇒ Prendre des risques, suspense, être délivré.

⚠ Délimiter le terrain de jeu.

**L'ours paresseux:** Un ours se repose dans sa grotte qui se trouve dans un coin du terrain de jeu. Les enfants viennent le taquiner jusqu'à ce qu'il émerge de sa grotte en poussant un cri terrifiant. Si un enfant est touché, il est transformé en ours. Les deux ours essaient d'attraper d'autres enfants au cours d'une nouvelle partie, et ainsi de suite jusqu'à l'élimination de tous les enfants.

- Les ours déterminent le mode de déplacement.



⇒ Construire des grottes avec différents matériaux (Tapis, caissons, boîtes en carton, morceaux de tissus...).

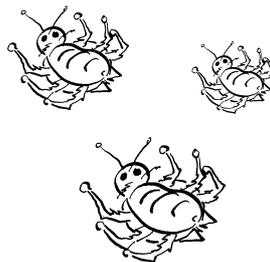
**Deux c'est assez, trois c'est trop:** Les enfants sont par paires, accrochés ensemble par un bras. La main libre est posée sur la hanche. Au début du jeu, deux enfants sont séparés, l'un poursuivant l'autre. L'enfant poursuivi est sauvé s'il réussit à s'accrocher à une paire. L'enfant se trouvant à l'opposé est alors libéré et devient le nouveau poursuivi. L'enfant qui s'est fait attraper devient chasseur.



⇒ Forme difficile et épreuveante, changer souvent les rôles.

**Chasse aux insectes:** Deux à trois enfants (selon la grandeur de la classe) sont poursuivants. Les enfants attrapés doivent se coucher sur le dos et gigoter avec les mains et les pieds comme des insectes. Les autres insectes peuvent libérer leurs camarades en leur touchant le ventre.

- Les insectes libres se couchent momentanément à côté de leurs camarades, après quoi ces derniers peuvent réintégrer le jeu.
- Un insecte est libéré au moment où il est "coincé" entre deux de ses camarades (se coucher de chaque côté).



⇒ Collaboration.

⚠ Que se passe-t-il lorsqu'un insecte est couché sur le dos?

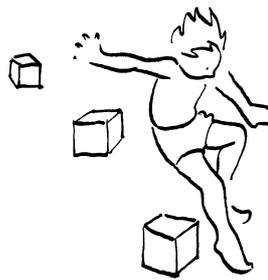
## 1.4 Avec un matériel varié

Une grande variété de matériel rend les jeux de courses plus attractifs et sollicite aussi le développement intellectuel des enfants. Ceux-ci doivent bénéficier de chaque occasion pour jouer librement et inventer leurs propres formes de jeux. Ceci leur permettra aussi d'expérimenter le matériel.

**Nous jouons avec des blocs de bois, des feuilles de papier, des confettis, des foulards etc.**

Des **blocs de bois** sont posés sur le sol. Les enfants les franchissent et les contournent de diverses manières.

- S'asseoir sur les blocs, pieds au sol, soulever les pieds, tendre les jambes. Alternier ces trois positions.
- A deux, porter les blocs de diverses manières: trouver la manière la plus simple, la plus compliquée...
- Aligner les blocs les uns derrière les autres, se maintenir en équilibre, les franchir, marcher à quatre pattes, etc.
- Progression avec une double rangée de blocs.



➔ Atelier de mouvement: Voir Bro 3/2, p. 3 ss.

**Peintres ambulants:** Porter des feuilles de papier, les poser, les fixer sur le sol. Les enfants contournent et franchissent les feuilles de diverses manières.

- Toucher les feuilles avec une partie du corps.
- Peindre contre les murs, sur le sol, sur les feuilles et sur les enfants avec un pinceau sec.
- S'asseoir devant une feuille, coincer un pinceau entre les doigts de pieds et dessiner "à sec".
- Devant chaque feuille, il y a un gobelet contenant de la peinture peu liquide (ou feutre). Les enfants se déplacent entre les feuilles et s'arrêtent un instant pour dessiner quelque chose sur une feuille.
- A chaque nouvelle feuille, prendre une autre position (accroupi, station écartée, à plat ventre).



➔ Utiliser du papier résistant (papier à dessin ou feuilles cartonnées, si possible en format A3).

**Jeux avec restes de tissu:** Chaque enfant dispose d'un ruban: le lancer, l'attraper, le porter sur soi, le déposer, le franchir, le ramasser, etc.

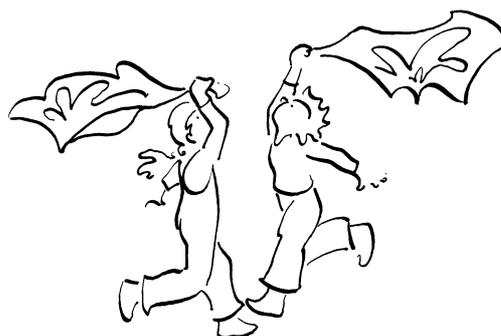
- Un enfant dépose le ruban sur un engin ou le cache. Un autre va le chercher, év. le rechercher.
- Feu d'artifice: des rubans sont lancés en l'air ou passés simultanément à quelqu'un d'autre.
- Statues: les uns se tiennent comme des statues, les autres leur lancent des rubans jusqu'à ce que tous les rubans soient suspendus sur les statues.



➔ Utiliser des restes de tissu provenant de la salle de classe.

**Foulards:** Chaque enfant tient son foulard par une extrémité et se déplace librement dans la salle. Changer de main, agiter le foulard au niveau du sol, debout, en position assise ou couchée.

- Deux enfants sont face à face et tiennent le foulard en laissant pendre les bras. L'un des enfants fait bouger le bras de l'autre en agitant le foulard, en le tirant d'un côté et de l'autre, etc.
- Debout, en courant, en av., en arr., de côté...
- La moitié des enfants s'accroupit et tend les foulards, l'autre moitié essaie de les franchir.
- Varier la position des foulards (obstacles) et la manière de les franchir.



## 2 Jeux d'adresse

### 2.1 Adresse et expérimentation du matériel

Lorsqu'ils jouent et lorsqu'ils se déplacent avec une grande variété d'objets, les enfants réalisent un grand nombre d'expérimentations matérielles essentielles à leur développement moteur et cognitif.

- Divers objets provenant de la salle de classe peuvent être utilisés comme matériel de jeu et de mouvement. Il est aussi possible d'utiliser toutes sortes d'objets provenant de l'industrie, en particulier des matériaux qui peuvent se déplacer sur simple impulsion (rouleaux en carton, boules, cerceaux, etc.) ou qui incitent au mouvement. Le déplacement avec, entre, par-dessus ou sur ces objets permet une stimulation intensive des sens.
- Dans la plupart des cas, les enfants veulent découvrir le matériel de manière individuelle. La collaboration peut cependant être introduite et suscitée de manière progressive par le jeu.
- Un travail d'approche par thèmes peut faciliter le rapport avec un matériel "peu familier" ou nouveau.

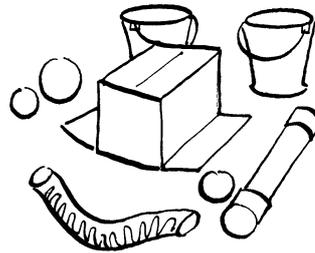
**Ne rien jeter!**

**Cela peut toujours servir pour jouer!**

➔ Expérimentation matérielle:  
Voir Bro 1/2, p. 4 et  
Bro 3/2, p. 3 ss.

**Bobines:** Des bobines en bois, en carton ou en plastique incitent à des formes motrices très variées.

- Balancer avec une, avec les deux mains, soulever ou rouler entre les jambes.
- A deux, dos à dos: se passer la bobine par-dessus la tête, puis entre les jambes.
- Jeu de poursuite: tous les enfants sont en cercle. Se transmettre une bobine qui représente le "brigand". Une seconde bobine symbolise le "policier" qui doit essayer de rattraper le brigand.
- Les enfants roulent les bobines, les redressent et roulent en imitant les bobines.
- Se passer une bobine en la roulant et la rattraper.
- Combiner avec des bobines en bois, des rouleaux en carton, des bâtons, des bâtonnets de rythmique, etc.
- Laisser les enfants expérimenter le plus de matériel possible et être à l'écoute de leurs idées.

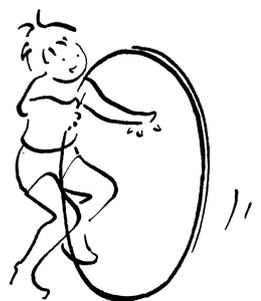


➔ Expérimentation matérielle.

⚠ Adapter les exercices de réactions et d'adresse aux capacités des enfants.

**Cerceaux:** Les enfants jouent avec leur propre cerceau et observent les autres enfants.

- Les cerceaux sont répartis sur le sol. Les enfants courent et sautent autour, à l'intérieur des cerceaux, les franchissent, etc.
- Dans son cerceau, rebondir comme une balle, toujours plus vite et toujours moins haut, jusqu'à être immobiles.
- Rouler le cerceau et le suivre en restant toujours en contact avec lui, le dépasser, le rattraper, etc.
- Un enfant roule le cerceau, un autre l'attrape.
- Un enfant roule le cerceau, un autre essaie de lancer une balle de tennis à travers ce dernier, un troisième rattrape la balle et la renvoie.
- Disposer les cerceaux de différentes manières et sauter de cerceau en cerceau.
- Un enfant définit et essaie un trajet et une manière de sauter, l'autre l'imité.



➔ Autres exercices avec cerceaux: Voir Bro 5/2, p. 13, 17, 18

## 2.2 Jeux avec anneaux

Les enfants découvrent des jeux de lancer provenant d'autres cultures (esquimaux, indiens). Il est possible d'utiliser toutes sortes d'objets tels que des anneaux de lancer, des anneaux de jonglage ou des anneaux fabriqués par les enfants eux-mêmes à l'aide de branches.

**Comme des indiens, nous lançons des anneaux sur un piquet ou nous les rattrapons.**

**Lancer les anneaux:** Les enfants se lancent et se passent un anneau de lancer:

- D'abord en ligne droite, d'une distance de 3-4 m.
- Faire "planer" l'anneau sur une distance de 5-10 m.
- Lancer l'anneau de manière à permettre à l'autre enfant de le rattraper le mieux possible.
- Lancer sur des cibles, p.ex. sur le pied d'une chaise retournée.



⇒ Expérimenter et découvrir le matériel.

**Attraper avec un bras:** Attraper l'anneau d'abord avec la main. Par la suite, se déplacer de telle manière à pouvoir rattraper l'anneau en passant le bras à l'intérieur de celui-ci.

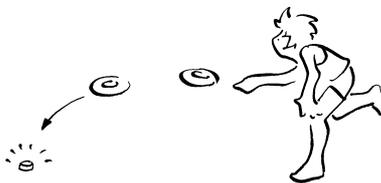
- Est-il possible de lancer l'anneau sur le bras tendu et immobile d'un autre enfant?



! Les enfants essayant d'attraper les anneaux ne doivent pas se mettre en danger ou se gêner mutuellement.

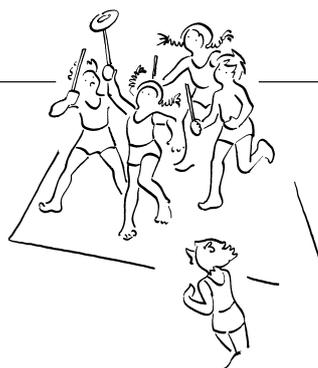
**Gagner un prix:** Lorsque les indiens jouent à ce jeu, chacun d'eux dépose un petit prix (noix, beau caillou, etc.) sur une ligne. Chaque enfant a la possibilité de lancer son anneau pour tenter de gagner le prix. Celui qui réussit à placer celui-ci sur le prix peut le garder. Aussitôt que le dernier prix a été remporté, on recommence une partie en plaçant de nouveaux prix.

- Disposer des cerceaux à différentes distances et organiser un petit concours. Les enfants choisissent eux-mêmes la distance de lancer.



⇒ Distance suffisante entre les prix.

**Hornuss avec anneau:** Pour ce jeu, les indiens sont divisés en deux équipes. L'une d'elles se place dans un terrain carré. Tous les joueurs composant cette équipe ont une baguette (50 à 100 cm de long). L'autre équipe se place derrière une ligne. A tour de rôle, les enfants lancent l'anneau en l'air pour qu'il retombe dans le terrain carré des adversaires. Le but pour ces derniers est d'attraper l'anneau avec la baguette. Si l'anneau retombe dans le terrain, le point est pour les lanceurs. Si l'anneau est rattrapé, il appartient aux autres.

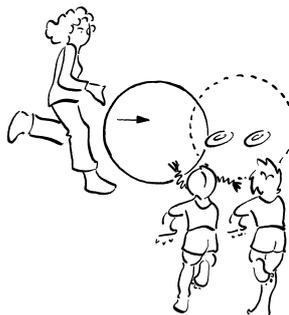


⇒ Difficile! Il est aussi possible d'utiliser de vieux pneus de vélos.

⇒ Lancer en hauteur, p.ex. par-dessus un cordeau.

**Avec des cerceaux:** La maîtresse roule un cerceau le long d'une ligne. Les enfants attendent sur le côté et essaient de lancer une balle, une baguette, un bâton... à travers le cerceau.

- Celui qui y parvient peut rouler le prochain cerceau.
- Les enfants transportent un cerceau/anneau suspendu à un pied en sautillant sur une jambe à travers la salle ou en réalisant un parcours.
- Qui peut transmettre un cerceau/anneau de son pied au pied d'un autre enfant sans l'aide des mains?



⇒ Apprentissage du timing. Plus facile avec une balle.

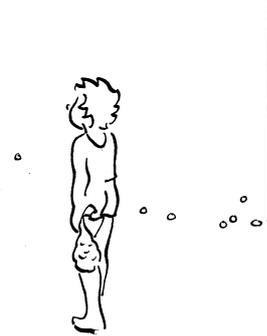
## 2.3 Jeux de billes

Les enfants découvrent un objet de jeu traditionnel et fascinant qui, en beaucoup d'endroits, est tombé dans l'oubli. Une introduction avec du matériel plus gros (balles de tennis, balles de squash, boules) facilite la prise de contact avec l'objet.

**Comment et à quoi peut-on jouer avec des billes?**

**Rouler les billes:** Pour les jeux suivants, composer des groupes de 4-5 enfants. Chaque enfant reçoit un certain nombre de billes (p.ex. 12). Tous ensemble, les enfants lancent ou roulent simultanément une bille en direction d'un mur. Le lanceur de la bille la plus proche du mur gagne et peut garder toutes les autres billes. Ensuite, on recommence une nouvelle partie.

- Sur une ligne: les enfants sont debout l'un à côté de l'autre et roulent/lancent à tour de rôle une bille vers une ligne (tracée avec une craie ou une ligne de la salle). Quelle bille s'arrêtera-t-elle le plus près de la ligne (dessus, avant ou après la ligne)?
- Avec une limite: Nous jouons avec une limite (mur, bordure en pierre, trait de craie). Le gagnant est celui dont la bille se rapproche le plus de la limite. Cependant, les billes ayant touché ou franchi la limite appartiennent au vainqueur. Les enfants doivent lancer, év. rouler leur bille tous en même temps, pour éviter que le dernier enfant bénéficie des expériences de ses camarades (équité).



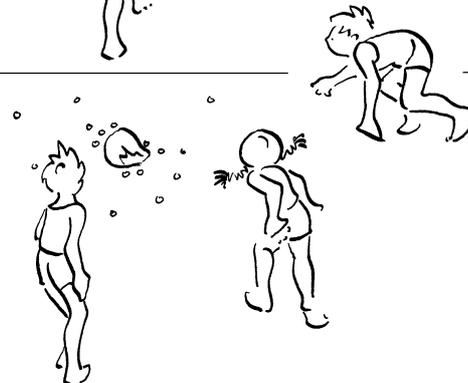
⇒ La quantité de billes appartenant à chaque enfant peut être rééquilibrée après un certain nombre de parties.

⇒ Utiliser aussi des billes de tailles différentes.



**Boccia avec billes:** Un caillou se trouve au centre d'un cercle d'env. 5 m de diamètre. A tour de rôle, chaque enfant essaie de lancer/rouler trois billes le plus près possible du caillou central.

- Tous contre tous: chaque enfant roule ou lance une bille dans un terrain délimité. A tour de rôle, selon un ordre défini à l'avance, ils essaient de gagner des billes en les touchant avec les leurs. Celui qui réussit à toucher une bille peut rejouer directement. Le jeu peut se poursuivre indéfiniment.



**Secouer et deviner:** Chaque enfant est équipé d'un gobelet et de 12 petits cailloux (billes). Deux couples d'enfants sont face à face. A tour de rôle, un enfant introduit 1-4 cailloux dans le gobelet et le secoue. L'autre enfant écoute attentivement et tente de deviner le nombre de cailloux contenus dans le gobelet. Si la réponse est exacte, les cailloux lui appartiennent. S'il y a une erreur, la différence revient à son partenaire.

- Changer souvent les couples.
- Au lieu de s'échanger les billes, il est aussi possible de définir certaines tâches motrices avant le début du jeu. Exemple: Si ma réponse est exacte, tu dois faire un tour en courant; si je me trompe, c'est moi qui dois courir.



## 2.4 Avec gobelets de yoghourt

Ce qui normalement est mis à la poubelle peut servir pour jouer. On peut par exemple utiliser des gobelets de yoghourt pour exercer la motricité fine. Lorsque les enfants jouent librement, ils inventent, puis exercent leurs propres petits tours d'adresse.

**Nous essayons divers tours d'adresse avec un gobelet de yoghourt.**

**Tourbillon:** Mettre un bouchon ou une balle de tennis de table dans le gobelet. Un enfant lance le gobelet de yoghourt en l'air par un mouvement circulaire et tourbillonnant, puis le rattrape. Le tour d'adresse consiste à lancer et à rattraper le gobelet en gardant l'objet à l'intérieur de celui-ci.

- De part et d'autre: chaque enfant tient un gobelet de yoghourt avec une balle de tennis de table à l'intérieur dans une main et un gobelet vide dans l'autre. Est-il possible de lancer la balle en l'air et de la rattraper avec l'autre gobelet?



🕒 Pourquoi la balle reste-t-elle dans le gobelet? Petite expérience avec la gravité terrestre et la force centrifuge.

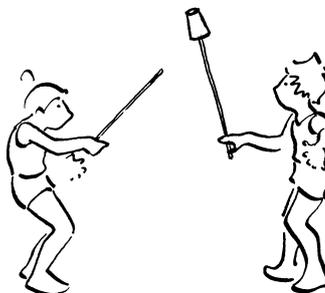
⚠️ Truc: aller à la rencontre de la balle et la rattraper avec le gobelet en descendant.

**Transporter:** Les enfants se tiennent debout en colonnes de même nombre séparées d'une d'env. 10 m. Chaque colonne essaie de se passer une bille (caillou, noix) de gobelet en gobelet. Le dernier enfant contourne un obstacle, puis fait repartir la bille en sens inverse. Quelle colonne sera-t-elle la plus rapide?



➡ 5-8 enfants par équipe; exercer d'abord lentement, ensuite seulement sous forme d'estafette.

**Se dépasser:** Les enfants sont en cercle et tiennent une baguette (règle, bâton) à la main. Constituer deux équipes en numérotant par deux et attribuant deux couleurs (sautoirs) différentes. Un enfant porteur du numéro 1 suspend un gobelet à l'extrémité de sa baguette. Un enfant de l'équipe adverse (2) placé en face du numéro 1 reçoit également un gobelet. Au signal, tous les enfants de la même équipe se passent le gobelet de yoghourt de baguette en baguette. L'une des équipes est-elle capable de dépasser l'autre avec son gobelet?



⚠️ Fair-play: ne pas gêner l'adversaire de manière intentionnée.

**Pompiers:** Les enfants sont répartis en deux colonnes. Chaque enfant a un gobelet à la main. Le premier puise de l'eau dans un seau et le vide dans le gobelet du suivant et ainsi de suite jusqu'au dernier enfant qui le vide dans un récipient.

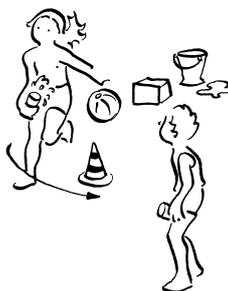
- Quelle colonne peut-elle transporter le plus d'eau dans un temps donné?
- Quelle équipe peut-elle faire déborder son récipient?



🕒 En plein air! La distance entre les enfants peut être redéfinie de partie en partie (1-10 m).

**Porteurs d'eau:** Sous la forme d'un petit concours par groupes, les enfants essaient de remplir un seau avec de l'eau.

- Piste d'obstacles entre le seau et la "source".
- Faire des petits trous dans les gobelets de yoghourt.
- Saisir les gobelets avec les deux mains.
- Imposer divers modes de déplacement.
- Les perdants ou les gagnants peuvent déterminer les règles de la partie suivante.



🕒 En plein air ou à la piscine.

➡ Apprendre à jouer de façon autonome: Voir Bro 5/2, p. 3

## 3 Jeux de balles

### 3.1 Apprendre les jeux de balle

Par les jeux de balle, on vise le développement social de l'enfant. L'approche méthodologique proposée ici comprend 3 phases: les jeux individuels, les jeux de groupes ou de partis et les jeux d'équipes. La collaboration est un aspect prédominant dans le jeu. Cependant, les enfants en âge préscolaire en sont encore au stade égocentrique (jeu individuel) et peinent à jouer ensemble. Un encouragement à la collaboration contribue de ce fait à l'apprentissage social. Le jeu leur donnera également l'occasion d'expérimenter des actions telles que rouler, dribbler, frapper, attraper et lancer en jouant avec différentes balles.

Le rythme de l'enseignement doit être adapté aux capacités des enfants. Il faut les faire progresser pas à pas. La progression suivante en six étapes nous démontre, à titre d'exemple, la manière de développer progressivement une forme de jeu individuel (jouer librement) en une forme de jeu collectif. Une telle progression doit s'étendre sur une durée prolongée (plusieurs semaines).

#### 1 Initiation à la balle: *Jouer chacun pour soi – avec les autres*

Même dans les phases avancées de l'apprentissage, l'enseignante doit donner du temps aux enfants pour jouer librement pour ensuite orienter les activités vers un jeu structuré et guidé. Pour cela, former de petits groupes. La focalisation de l'enfant sur la balle évolue peu à peu en une collaboration entre les joueurs de la même équipe. Par petits groupes, on peut exercer les capacités de base propres aux jeux de balles telles que rouler, lancer, attraper, dribbler, frapper ou shooter.

**Exemple:** 2–3 enfants par groupe. On leur attribue un petit terrain de jeu. Chacun essaie de lancer (aussi contre un mur) et de rattraper sa balle, de la rouler ou de la dribbler (chacun essaie de trouver des formes personnelles de maniement du ballon). Par la suite, les mêmes formes sont répétées en demandant à un enfant de chaque groupe de démontrer un exercice.

- La dizaine: Exécuter, individuellement ou à deux, 10 exercices de lancer-attraper différents de difficulté croissante. Exemple: lancer 10 fois et rattraper la balle avec les deux mains (= facile)...; lancer 5 fois, frapper 1 fois dans les mains et attraper la balle avec la meilleure main (= difficile), etc.

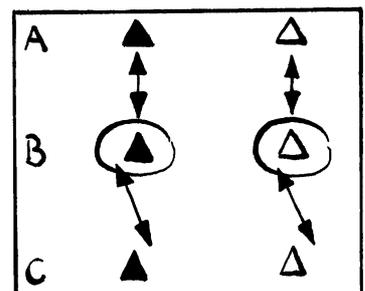
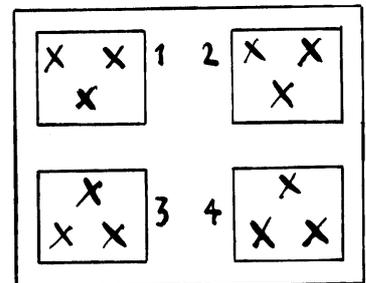
#### 2 Passer et attraper: *Jouer ensemble – collaborer*

Le jeu devient plus difficile puisqu'il faut jouer avec d'autres enfants. La difficulté augmente aussi techniquement, du fait que l'emplacement du receveur est déterminée. Les lancers doivent donc être plus précis; l'agilité des receveurs est mise à contribution.

**Exemple:** 3 enfants par groupe jouent ensemble. L'enfant du milieu se tient dans un cerceau et on lui passe la balle. Les enfants essaient de lancer, de rouler, de faire rebondir la balle en utilisant les mêmes formes qu'à l'exercice précédent. Si la passe est précise, l'enfant peut attraper la balle et la redonner.

- Changer fréquemment les rôles.
- Laisser les enfants définir les distances.

➔ Progression du jeu individuel au jeu d'équipe:  
Voir Bro 5/2, p. 4.

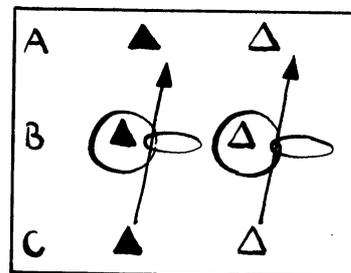


### 3 Lancers de précision: *Jouer ensemble – collaborer*

Les exigences s'élèvent: il s'agit maintenant d'atteindre une cible. A ce stade, le lancer ou le dribble doivent être plus ou moins précis. Par ces formes, les enfants apprennent qu'ils ne peuvent réussir voire gagner qu'en collaborant.

**Exemples:** Même exercice que le précédent avec deux cerceaux.

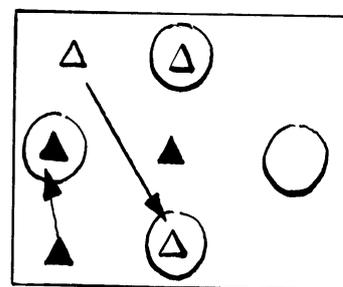
- Lancer à travers un cerceau tenu par un enfant (B).
- Passer en faisant rebondir la balle dans un cerceau.
- Compter un point à chaque réussite. P.ex. marquer les points en suspendant un sautoir à un espalier (monter le sautoir d'un échelon à chaque point).



### 4 Ballon-cerceau: *Jouer ensemble – à côté d'autres groupes*

A ce stade, les équipes partagent le même terrain de jeu, sans pour autant s'opposer. Les enfants exercent leur vision périphérique et apprennent à reconnaître leurs coéquipiers. Le jeu décrit ci-dessous peut se pratiquer sous diverses formes (lancer, dribbler, rouler, etc.).

**Exemple:** Deux équipes de trois enfants jouent de façon indépendante sur le même terrain de jeu; quatre cerceaux sont répartis sur le sol. Un point est marqué à chaque fois que l'on réussit à passer la balle à un enfant se trouvant dans un cerceau. Le reste du temps, on peut dribbler, rouler ou passer la balle à quelqu'un ne se trouvant pas dans un cerceau. Cependant, la balle ne peut pas immédiatement être redonnée à l'enfant qui vient de passer la balle. Lorsque les enfants ont acquis une certaine maîtrise du jeu, l'enseignante peut organiser un petit concours entre deux équipes: quelle est l'équipe qui marquera le plus de points en un temps défini?

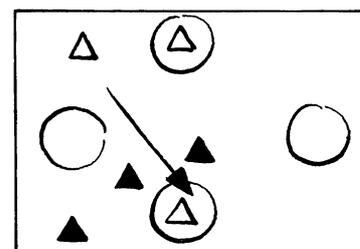


### 5 Pondre des oeufs: *Jouer ensemble – contre des adversaires*

Dernière étape, les deux équipes jouent l'une contre l'autre, elles peuvent essayer d'empêcher leur adversaire de marquer des points. Cette forme finale exige une bonne disposition des enfants à évoluer en groupes ainsi qu'une vision périphérique bien développée.

**Exemple:** Les enfants attaquants essaient de poser la balle le plus souvent possible à l'intérieur d'un cerceau libre. Les défenseurs empêchent cela en se plaçant à l'intérieur des cerceaux. Il n'est pas possible de marquer un point dans un cerceau occupé par quelqu'un. Au moment où les défenseurs ont intercepté la balle, ils deviennent attaquants.

- Varier le nombre de cerceaux, mais prévoir toujours un cerceau de plus que le nombre d'enfants composant l'équipe!



➡ Rouler, dribbler, lancer la balle: Voir Bro 5/2, p. 19 ss.

### 6 Faire un bilan:

Après le jeu, prévoir un temps de discussion et d'échange.

**Pistes pour susciter une discussion:**

- Discuter, modifier ou remplacer les règles du jeu.
- Elargir le vocabulaire (rouler, lancer, dribbler, attraper).
- Etablir des résultats (suspendre des sautoirs aux espaliers, coller des points, apprendre les chiffres).
- Recueillir et essayer les variantes de jeu des enfants.



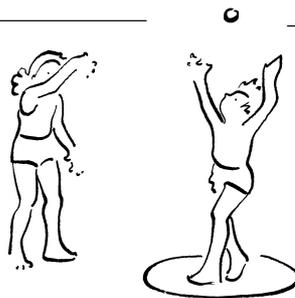
## 3.2 Avec balles de tennis et cerceaux

De par leur taille et leur poids, les balles de tennis se prêtent particulièrement bien à l'acquisition des premières techniques de balles. Dans cette phase d'apprentissage, valoriser au maximum l'imagination et la créativité des enfants.

**Nous démontrons des tours d'adresse et nous essayons d'en imiter d'autres.**

**Jouer librement:** Les enfants ont chacun une balle et un cerceau. Ils répètent des gestes connus, les améliorent et en créent de nouveaux.

- La maîtresse observe les enfants et choisit quelques formes intéressantes, les autres essaient de les imiter.
- Par deux: A démontre quelque chose, B essaie d'imiter. A observe et corrige. Changer les rôles.



→ La maîtresse recueille des formes et incite les enfants à les développer.

→ Distribuer des balles élastiques ou des balles en mousse aux enfants plus faibles.

**Avec cerceaux et balles:** Les cerceaux représentent des cibles idéales et permettent toutes sortes de formes de jeux et d'exercices.

- Laisser tomber une balle dans un cerceau, la rattraper, sauter dans le cerceau, s'accroupir et se relever.
- Lancer la balle de tennis à partir de différentes postures: à plat ventre, à genoux, accroupis, debout, entre les jambes.
- Lancer la balle dans un cerceau en la faisant passer entre les jambes écartées d'un(e) camarade.
- Faire rebondir vigoureusement la balle de tennis dans un cerceau. Lancer toujours plus fort pour la faire rebondir toujours plus haut.
- Rouler la balle entre les cerceaux sans les toucher (avec les mains, les pieds, la tête, les coudes, etc.).
- Viser une cible: rouler la balle dans les cerceaux; augmenter petit à petit la distance, aussi en prenant diverses postures.

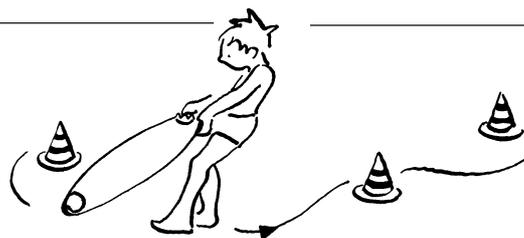


→ Recueillir le plus possible d'idées des enfants.

→ A la place des cerceaux, il est aussi possible d'utiliser des pneus de vélos.

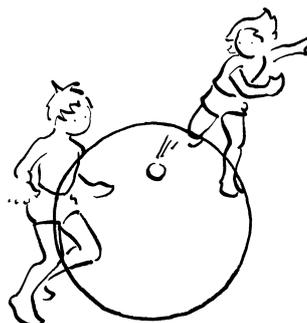
**Rouler les balles:** Chaque enfant a un cerceau et une balle. La balle est posée dans le cerceau couché sur le sol.

- Faire avancer la balle à l'aide du cerceau: la tirer, la pousser, lui faire faire des courbes, la stopper, etc.
- Idem en faisant rouler la balle dans un parcours.
- A et B s'échangent les balles en ne les touchant qu'avec les cerceaux.



**Lancer dans des cerceaux:** Est-il possible de lancer la balle à travers un cerceau qui roule?

- Un enfant roule le cerceau, l'autre essaie de lancer la balle de tennis à travers le cerceau qui avance.
- L'enfant qui roule le cerceau essaie de rattraper la balle de tennis, l'autre s'occupe du cerceau.
- Quatre à cinq enfants sont assis à égale distance d'un cerceau et essaient de rouler leur balle dans le cerceau qui est placé au milieu. Combien de balles parviennent-elles dans la cible?
- Même jeu, tous ensemble avec la maîtresse.
- Sans cerceau, se rouler les balles en évitant qu'elles ne se percutent au milieu.
- Avec et sans signal.



### 3.3 Rouler, lancer

Le mouvement de base *rouler* sert de forme d'introduction aux *lancers*. Les deux formes peuvent être acquises, exercées et variées à volonté par de multiples formes ludiques et avec différentes balles.

**Nous jouons avec différentes balles.**

**Rouler, rattraper la balle:** D'abord chacun pour soi puis introduire quelques formes organisées:

- Rouler la balle avec les mains, les pieds, la tête, etc.
- Rouler la balle, la suivre, la rattraper.
- Passer la balle d'une main dans l'autre. Essayer aussi en la lançant légèrement et en la rattrapant.
- Rouler vers la gauche, vers la droite.
- Rouler la balle à travers différentes ouvertures (buts): poteaux, piquets, pieds d'un mouton, etc.
- Rouler la balle autour d'obstacles (parcours).
- Deux enfants roulent leur balle en se déplaçant l'un à côté de l'autre, au signal, ils changent de balle.
- Rouler la balle aussi avec les pieds.
- Chaque moitié de salle est occupée par un nombre identique d'enfants ayant chacun une balle. A un signal donné, les deux équipes roulent leurs balles dans le camp adverse. Au second signal, quelle sera l'équipe ayant le moins de balles dans son terrain?



⇒ La balle peut être propulsée en passant la paume de la main sur sa partie supérieure, comme pour caresser la balle (schéma ci-contre) ou en adaptant la courbure de la main au contour de la balle et en conduisant la balle de façon ininterrompue (image ci-dessous).



**Attraper:** Les enfants ne peuvent se déplacer qu'en roulant leur balle. Un à deux enfants essaient de toucher les pieds ou les jambes des autres avec leur balle. Les touchés deviennent chasseurs. Ceux-ci ont une balle spéciale (autre couleur ou autre grandeur que celle des autres).

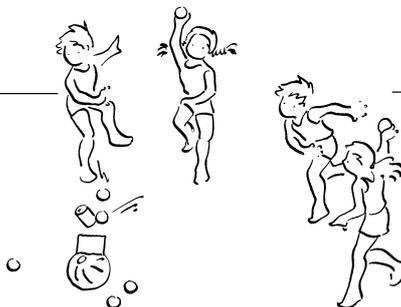
- Les chasseurs restent chasseurs; le nombre des chasseurs augmente donc petit à petit.
- 2-3 chasseurs ont une balle, les autres n'en ont pas (avec ou sans changement de rôles au moment où quelqu'un est touché).



⇒ Très exigeant! Vision périphérique.

**Toucher des cibles:** Les enfants sont en cercle. Un certain nombre de blocs de bois, de boîtes en carton et de quilles sont disposés au centre. Chaque enfant a une balle et essaie de toucher les différents objets. Dès que tout est renversé, les enfants relèvent les objets.

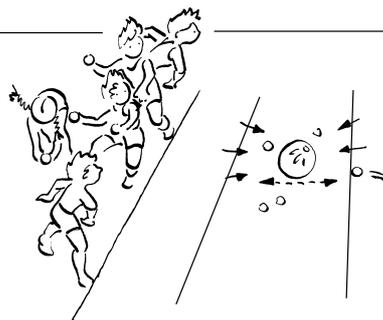
- Augmenter les distances.
- Seulement en lançant, seulement en roulant la balle.
- Lancer ou rouler, quelle est la meilleure manière?



🤝 Collaboration.

**Rollmops:** Les enfants sont répartis en deux groupes identiques. Ils essaient de faire rouler un ballon lourd (ballon de basket) vers le camp adverse en le touchant avec des petites balles (balles élastiques ou balles de tennis).

- Rouler les balles ou rouler et lancer.
- Aussi réalisable en cercle.
- Les équipes doivent rester dans leur moitié de salle.



⚠ Définir les règles du jeu!

🏀 Attention lors du ramassage des balles.

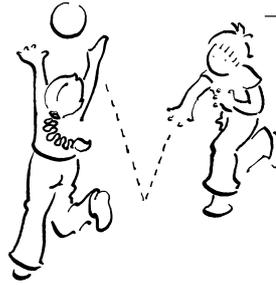
### 3.4 Faire rebondir, dribbler, lancer et attraper

La balle est un bon moyen pour découvrir les propriétés des objets. Pour cette raison, il est important, surtout pour les exercices de dribble, d'utiliser toutes sortes de balles.

**Quelle balle est-elle plus facile à lancer, à dribbler, à attraper?**

**Jeux de dribble:** Lancer la balle devant soi sur le sol, la laisser rebondir et la rattraper. Laisser les enfants essayer et découvrir différentes techniques.

- Un enfant fait rebondir la balle, l'autre la rattrape.
- Par deux avec deux balles: les deux enfants font rebondir leur balle et rattrapent la balle de l'autre.
- Diff. balles: b. mousse, b. de volley, b. élastique, etc.
- Combiner différentes balles, p.ex. atteindre le ballon lourd avec une balle de tennis.
- Rebonds contre un mur (initiation, jeu du dix).



⚠ Prévoir beaucoup d'espace, afin d'éviter que les enfants ne se gênent mutuellement.

➔ Initiation, jeu du dix: Voir Bro 5/2, p. 16

**Balle nommée:** Les enfants sont en demi-cercle autour d'un lanceur. Celui-ci fait rebondir vigoureusement la balle sur le sol et appelle un autre enfant par son prénom. A ce moment précis, le lanceur s'enfuit avec tous les autres enfants. Celui qui a été appelé essaie d'attraper la balle, puis crie "Stop!" à voix haute. Les autres enfants doivent alors s'immobiliser. L'enfant ayant été appelé essaie de lancer la balle à un joueur. Ce dernier devient lanceur s'il est capable d'attraper la balle lancée avec précision. Sinon, c'est l'appelé qui est le lanceur.

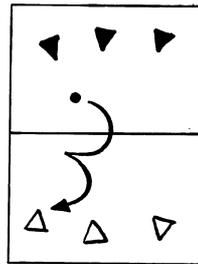
- L'enfant appelé peut faire trois pas avant d'essayer de passer la balle à un joueur.



➔ Les balles élastiques conviennent bien pour ce jeu.

**Balle-rebond:** Deux équipes sont face à face chacune dans une moitié de salle. Un enfant lance la balle de manière à la faire rebondir 1 fois dans son propre camp, puis au maximum 2 fois dans le camp adverse. Un enfant du camp adverse doit alors la rattraper. Règles supplémentaires:

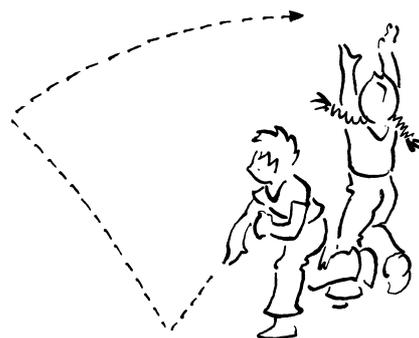
- 1 La balle ne peut rebondir qu'une seule fois dans le camp adverse.
- 2 Celui qui a attrapé la balle la lance à son tour.
- 3 La balle doit être lancée depuis l'endroit où elle a été attrapée.
- 4 Rester derrière une ligne (papier adhésif) au moment du lancer.



➔ Au lieu de la ligne centrale, il est possible d'utiliser des bancs ou des éléments de caissons qui feront office d'obstacles.

**Pelote basque:** La balle est lancée contre un mur, puis elle revient après avoir rebondi sur le sol. Le même enfant essaie de rattraper la balle.

- Exercice avec partenaire.
- Varier les distances de manière à pouvoir attraper la balle à l'endroit où elle a été lancée.
- Lancer de manière à pouvoir attraper la balle directement (sans rebond sur le sol).
- Faire rebondir la balle d'abord sur le sol, après quoi elle touche le mur, puis elle revient.
- Lancer la balle très fortement et courir pour la rattraper.



⚠ Ne pas utiliser des balles trop petites.

➔ Forme éprouvante!

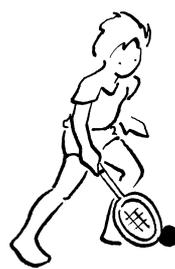
### 3.5 Avec une balle et une raquette

Différentes balles (balles en mousse, balles de tennis de table, ballons, ballons de baudruche...) et diverses raquettes (raquettes en plastique, raquettes de tennis de table, raquettes de GOBA, petites raquettes de tennis...) élargissent le répertoire moteur et la connaissance du matériel des enfants.

**Nous essayons des trucs et des combines avec une balle et une raquette.**

**Petit parcours:** Différents parcours sont balisés au moyen de cônes, à la craie ou autres. Les enfants roulent leur balle avec leur raquette et essaient d'imaginer leur propre parcours ou de suivre un itinéraire précis, sans toucher la balle des mains.

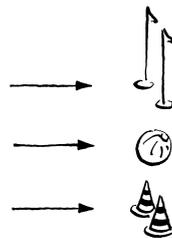
- Tenir la raquette des deux mains.
- Tenir la raquette seulement de la main droite, seulement de la main gauche.
- Deux enfants s'échangent leur raquette et exécutent une même tâche.
- Echanger sa balle contre celle d'un autre enfant.



➔ Pour toutes les formes, s'échanger souvent les balles et les raquettes. Commencer tout de suite à jouer avec les deux côtés (tenir le manche de la main gauche et de la main droite, des deux mains).

**Minigolf:** Des cibles (piquets, cônes...) sont disposées à une extrémité de la salle / du terrain de jeu. Les enfants essaient d'atteindre une cible avec leur balle en choisissant eux-mêmes la distance.

- Deux enfants déterminent une distance et une technique de lancer (lancer, rouler, faire rebondir la balle) commune et essaient d'atteindre la cible.
- Des deux mains, de la gauche, de la droite.
- Si possible grandes distances, mais aussi très petites.



➔ Les enfants imaginent leur propre installation de minigolf.

**Course aux oeufs:** Imaginez que votre balle est un oeuf. S'il tombe par terre, alors...! Est-il possible de porter son "oeuf" avec la raquette?

- Qui peut aller acheter un "oeuf" au magasin (coin de la salle) et qui peut le ramener à la maison (coin opposé de la salle / du terrain de jeu) sans le faire tomber?
- Est-ce aussi possible en tenant la raquette avec l'autre main ou avec les deux mains?
- Quelle est la meilleure manière?



➔ Sensation de la balle.

**Balle-rebond:** La balle est tenue dans une main, la raquette dans l'autre. Est-il possible de laisser tomber la balle sur le sol et de la rattraper avec la raquette, sans que la balle ne touche le sol une seconde fois?

- La balle peut rebondir autant de fois que l'on veut avant de la rattraper.
- La balle ne peut rebondir que 2 ou seulement 1 fois.
- Est-il aussi possible de relancer la balle en l'air après l'avoir attrapée sans la toucher avec les mains?



➔ Les enfants tiennent la raquette à leur guise, de manière à se sentir à l'aise (p.ex. en la tenant au-dessus du manche).

**Balle-kangourou:** Est-il possible de faire rebondir la balle sur la raquette sans la laisser tomber?

- Est-il possible de la faire rebondir verticalement?
- Est-il possible de la faire rebondir contre un mur?
- Qui a une idée pour frapper la balle d'une autre manière?
- A deux: êtes vous capables de vous faire des passes?



➔ Donner des tâches motrices ouvertes et susciter la créativité.

## 4 Jeux pour coopérer et se calmer

---

### Apprendre à jouer dans le groupe

Les jeux de mouvement sont nouveaux et encore inhabituels pour beaucoup d'enfants à l'école enfantine. Ils savent peut-être jouer avec quelques camarades, mais ont encore de la peine à s'impliquer tous en même temps pour atteindre un but commun. La capacité des enfants à évoluer en groupes est de ce fait un objectif prioritaire à l'école enfantine ( plan-cadre de l'école enfantine). Il est donc nécessaire de développer et de solliciter l'esprit de solidarité et l'aptitude à la communication entre les enfants. Le jeu et le mouvement sont un moyen éducatif idéal pour créer les conditions favorables à des relations humaines harmonieuses:

- Savoir communiquer les uns avec les autres.
- Mettre ses propres moyens au service du groupe ou de l'équipe.
- Se comporter d'une manière solidaire au sein du groupe, sans pour autant renoncer à son autonomie.
- Contribuer à l'intégration sociale d'autres enfants.
- Savoir se maîtriser lors de situations conflictuelles.

Par des jeux de groupes adaptés, l'enseignante peut solliciter ces attitudes et comportements sociaux. Le jeu de mouvement s'y prête à merveille, puisqu'il engendre une *confrontation* aussi bien motrice que physique. Le présent recueil de jeux de collaboration montre les moyens d'action pédagogiques pour solliciter la capacité de collaboration des enfants par exemple en donnant un accent au jeu choisi (*ensemble-coopérer* et *ensemble-contre des adversaires*). Par de petites variations, bon nombre de formes ludiques de cette brochure 5 peuvent aussi être transformées en jeux de coopération.

➔ Jeux de balles:  
Voir Bro 5/2, p. 16 ss.

### Les jeux peuvent aussi calmer

Bien que le jeu de mouvement en général ait un effet motivant et excitant, certaines formes de jeux spécifiques peuvent aussi contribuer à un retour au calme. Pour cela, on utilisera des objets dont les caractéristiques et les propriétés ont un effet apaisant.

➔ Apprendre à méditer et à se détendre: Voir Bro 2/2, p. 12 ss.

Les jeux incitant au calme peuvent être introduits au cours d'un jeu ou à tout instant de la leçon pour remédier à une certaine agitation. Ces mêmes jeux peuvent aussi être utilisés en fin de leçon pour atténuer l'excitation générale. D'un point de vue global, l'exercice du silence est aussi précieux pour la stimulation sensorielle. Un climat d'apprentissage détendu est créé pour compenser les séquences motrices et ludiques bruyantes et intensives. Ces moments de silence ont un effet bénéfique sur le stress quotidien des enfants et de la maîtresse.

Il est judicieux, même dans le domaine des jeux de retour au calme, de donner un accent thématique à la leçon afin de faciliter aux enfants une approche douce du mouvement et des choses.

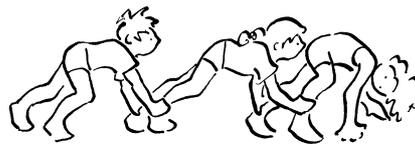
---

## 4.1 Ensemble, ça va mieux!

Les jeux de coopération peuvent contribuer au développement social des enfants. Les formes de coopération devraient régulièrement succéder aux séquences de confrontation et vice-versa.

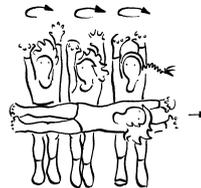
**Si tous les enfants collaborent, nous pouvons y arriver!**

**Puzzle humain:** Tous les enfants collaborent pour former tous ensemble une nouvelle créature imaginaire composée de différents membres. Chaque enfant représente un membre de la créature. Les enfants essaient de représenter la nouvelle créature en étant attachés les uns aux autres. La créature essaie de se déplacer.



⇒ Se mettre au service du groupe. Agrandir le groupe progressivement.

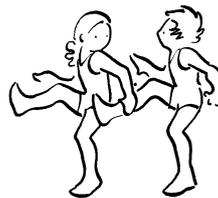
**Le tapis roulant:** Tous les enfants de la classe sauf trois à quatre sont couchés sur le sol. Un enfant peut se coucher sur le "tapis roulant" ainsi formé et se laisser transporter par les autres enfants qui roulent dans l'axe longitudinal. La maîtresse aide les troncs d'arbres à rouler.



⇒ Collaboration-entraide

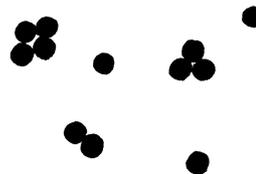
**Chenille:** 3-4 enfants forment une colonne. Chacun lève une jambe vers l'avant. Celui qui précède saisit la jambe de celui qui suit et tous les enfants essaient de sautiller et de se déplacer sur une certaine distance.

- S'exercer d'abord par deux.
- Aussi avec l'autre jambe.
- Jeu identique avec la jambe étendue vers l'arrière.



⇒ Collaboration-entraide

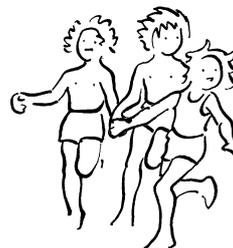
**Popcorns qui collent:** Les enfants sautent et "rebondissent" à travers la salle comme s'ils étaient des "popcorns" à la recherche d'autres "popcorns" collants. Si deux popcorns se rencontrent, ils se collent l'un à l'autre et poursuivent leur route en sautillant ensemble. Ils essaient de se coller à d'autres popcorns jusqu'à la formation d'une énorme balle de popcorns.



⇒ Collaboration-entraide

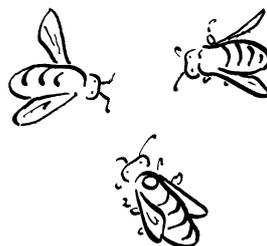
**Pieuvre:** Les enfants se déplacent à travers la salle. L'un d'eux commence à pourchasser les autres. S'il réussit à attraper un enfant, tous deux se tiennent par la main et essaient d'attraper un autre enfant. Le troisième enfant se tient à l'endroit où les deux premiers enfants se donnent la main. Tous les enfants attrapés s'attachent au même endroit pour former les tentacules de la pieuvre. Le dernier enfant relance une nouvelle partie et essaie d'attraper les autres.

- 2 enfants commencent la partie (2 pieuvres!).



⇒ Collaboration-confrontation

**Les abeilles s'envolent:** Les enfants forment des paires et choisissent une reine des abeilles. Cette dernière donne diverses consignes, p.ex.: "Tenez-vous par la main!" "Accrochez-vous par le bras!", etc. Au moment où elle s'exclame "Envolez-vous!", les paires se séparent et chaque abeille cherche une nouvelle partenaire. La reine essaie de toucher une abeille isolée. Si elle y parvient, toutes deux forment une nouvelle paire. La nouvelle reine est l'abeille qui se retrouve seule.



⇒ Collaboration-confrontation

## 4.2 Avec draps et couvertures de laine

Les couvertures en laine sont idéales pour susciter la collaboration chez les enfants. Avec l'aide d'une couverture en laine, il est p.ex. possible à plusieurs enfants de transporter un(e) camarade lequel pourra expérimenter cette sensation particulière d'être transporté.

Avec l'aide de mes camarades, je peux "voler"!

**Le verre en équilibre:** 6 à 12 enfants sont autour d'un grand drap ou d'une couverture en laine. Au milieu du drap, on place un verre rempli de petits cailloux (billes, noix). Tous ensemble, les enfants soulèvent doucement le drap, de manière à éviter que le verre ne se renverse.

- Plus tard, soulever jusqu'à la hauteur de la tête.
- Même tentative avec un verre vide.
- L'exercice est-il possible avec un verre rempli d'eau?



⚠ Malgré le stress, garder ses nerfs!

**Popcorn:** Un grand drap (couverture, parachute) est étendu et rempli de 10-20 ballons ou de balles en mousse. Une partie des enfants se tiennent à l'écart. Tous les autres enfants tiennent le drap et commencent à le secouer. Le but est à la fois de faire voler tous les objets et surtout de ne pas en perdre. Les enfants se trouvant à l'extérieur ramassent tout ce qui tombe et relancent les objets dans le drap.

- La moitié des enfants se tient à l'extérieur et l'autre moitié tient le drap. Les enfants tenant le drap essaient de le vider le plus vite possible, les autres les empêchent en relançant les objets dans le drap. Changer les rôles.



🌀 Vivre la collaboration et la confrontation.

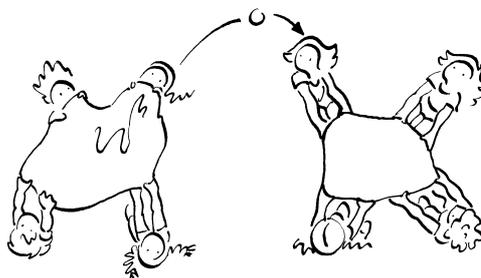
**Mistral:** Une moitié des enfants est couchée au centre de la salle (p.ex. sur le dos). Tous les autres tendent un grand drap au-dessus de leur corps et l'agitent de haut en bas en produisant un courant d'air. C'est encore plus beau si les enfants imitent le bruit du vent.



🎵 Accompagner avec une musique de méditation, p.ex. flûte de pan.

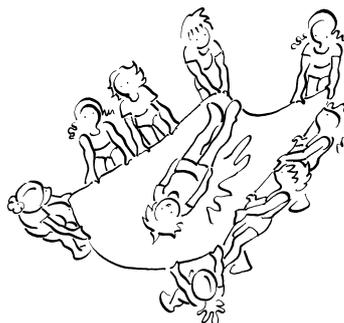
**Lancer des oeufs:** Des groupes de quatre enfants tiennent des couvertures par les coins. Les différents groupes sont sur une ligne, séparés les uns des autres de quelques mètres. Par un mouvement de catapulte, ils essaient de transmettre une balle de tennis au groupe suivant.

- Jouer en cercle si le nombre de groupes est suffisant.
- Aussi avec un ballon rempli d'eau.



**Comme sur un nuage:** 10-12 enfants sont accroupis devant une couverture de laine dont les bords sont légèrement enroulés. Un enfant est couché sur la couverture en diagonale et sur le dos. Les autres enfants relèvent la couverture sur un fond de musique douce jusqu'à la position debout. Ensuite, ils bougent la couverture en faisant des mouvements circulaires ou balançants. Plus le mouvement est doux, plus cela est agréable pour l'enfant couché sur son "nuage".

- Après l'atterrissage en douceur du nuage, un autre enfant peut se faire bercer. Par la suite, poser à nouveau le nuage en le faisant glisser sur le sol.



⚠ Avoir de l'égard pour les autres.

### 4.3 Mon ami l'ours en peluche

En prenant leur poupée, leur animal ou leur ours en peluche préféré à la leçon d'éducation physique, les enfants apportent un peu de leur sphère personnelle et intime. Cette situation requiert de leur part un comportement respectueux. Voici également un bon moyen pour solliciter les sens.

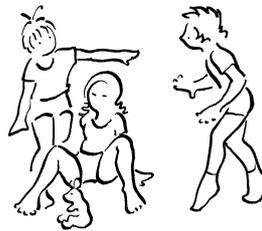
**Un ours en peluche comme le mien, il n'en existe pas d'autre!**

**Toucher:** Des groupes de 3–4 enfants présentent leur ours, leur animal en peluche ou leur poupée (p.ex. son nom, son apparence, ses particularités). Ensuite, les enfants ferment les yeux, assis en cercle. Les poupées sont passées d'un enfant à l'autre. Ils les touchent et essaient de deviner à qui elles appartiennent.



⇒ Chaque enfant chuchote ses suppositions à l'oreille de la maîtresse.

**Le chasseur endormi:** Pour ce jeu, il est conseillé d'utiliser un ours en peluche "neutre" (pas l'animal préféré d'un enfant). Un enfant est assis les yeux fermés, un ours en peluche posé devant lui. Quelques autres enfants s'approchent silencieusement avec l'intention de dérober l'ours. Si le garde entend un brigand s'approcher, il le montre du doigt. Celui qui est désigné doit rester figé sur place ou reculer de 10 grands pas.



⚠ Les chaussures sont à adapter aux propriétés du terrain, de manière à donner des chances identiques aux deux partis.

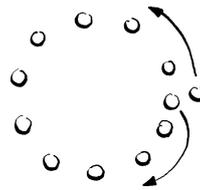
**Hublot:** Les enfants sont assis devant un drap étendu ou devant une grande feuille de papier. Une partie de la poupée est visible grâce à une petite ouverture.

- Qui devine à qui elle appartient?
- Celui (celle) qui donne la bonne réponse peut choisir une nouvelle poupée.



⇒ Apprendre à observer les plus petits détails.

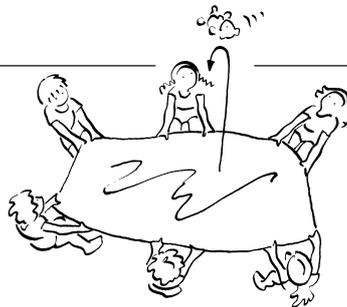
**C'est mon ours!** Les enfants sont en cercle, leur ours en peluche est assis devant eux. Un enfant marche à l'extérieur du cercle, tapote sur l'épaule d'un enfant et lui demande: "Papa/maman veux-tu me vendre ton ours en peluche?" Réponse: "Non, pas même pour 100'000 francs". Tous deux font alors le tour du cercle en courant dans des directions opposées. La place appartient à celui qui arrive le premier dans la brèche. L'autre enfant poursuit son chemin.



⚠ Apprendre à circuler à droite, exercer en cercle.

**Sauvetage:** Comme des pompiers, 6–8 enfants tiennent une couverture. Un ours en peluche y est assis.

- Les enfants soulèvent délicatement l'ours en peluche et le reposent sur le sol.
- Lancer prudemment l'ours en l'air à une hauteur de 1–2 m et le rattraper au centre de la couverture.
- Si les enfants sont assez habiles, essayer de faire faire à l'ours en peluche un saut périlleux.



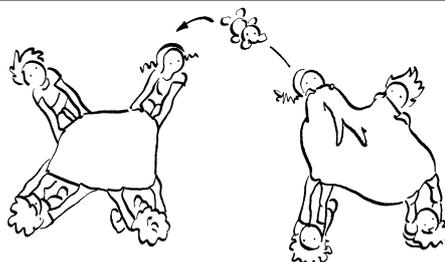
⊙ Ce jeu se pratique par les enfants d'Amérique latine avec des poupées grandeur nature. Là-bas, il s'appelle "Pelele".

⚠ Faire rebondir chaque ours en peluche!

**Acrobate de cirque:** 2 groupes sont côte à côte avec une couverture étendue.

Le premier groupe soulève la couverture sur laquelle se trouve un ours en peluche et catapulte l'acrobate en direction du deuxième groupe qui le rattrape avec délicatesse et qui le renvoie.

- Agrandir la distance entre les groupes en cas de réussite.



⇒ D'abord penser à bien amortir la chute avant de vouloir éjecter l'ours de façon spectaculaire.

## 4.4 Avec un petit sac de sable

Nous jouons avec un petit sac de sable.

Compte tenu de leur poids, les petits sacs de sable ne produisent en principe aucune agitation chez les enfants. C'est pour cette raison qu'il est judicieux d'introduire des jeux incitant au calme avec cet engin à main soit en début, soit en fin de leçon. Le choix du poids des sacs doit être adapté aux enfants.

**Porter sur la tête:** Monter sur une chaise en ayant un sac sur la tête, se maintenir en équilibre sur des lattes, grimper sur une échelle, etc.

- Assis: passer le sac de sable sous les jambes fléchies, de la main gauche dans la main droite.
- Faire le "gros dos" durant quelques secondes.
- Petit sac de pierre: tous les enfants ont un sac ou autres sur la tête et se déplacent dans la salle. Si un enfant perd son sac, il est transformé en statue de pierre. Un autre enfant peut le délivrer en ramassant son sac et en le lui remettant sur la tête.



⇒ Lentement et en contrôlant la respiration!

**Lancer du sac:** Les petits sacs de sable peuvent aussi être utilisés pour diverses formes de lancers.

- Se passer le sac de sable.
- Placer des cibles telles que cerceaux, corbeilles, etc.
- Lancer le sac des deux mains depuis la poitrine, avec une main comme des "vrais" lanceurs de poids.



**Exercices libres avec le sac de sable:** Un sac de sable mou invite à divers exercices de concentration, à diverses formes de mouvements et à toutes sortes d'acrobaties. L'imagination des enfants est presque sans limites.

- Se passer le sac de sable à plat ventre en le poussant devant soi, se passer le sac avec les pieds.
- Porter le sac sur la tête, sur la nuque, sur une épaule ou sur un pied.
- Même exercice avec divers modes de déplacements.
- Lancer le sac dans les airs, puis le rattraper.
- En position couchée sur le dos: propulser le sac dans les airs avec les pieds et le rattraper avec les mains.
- Même exercice mais à deux.



**Porter – déposer des charges:** Des paires d'enfants ont à leur disposition des sacs de sable de poids différents. L'un se déplace à quatre pattes, l'autre lui pose délicatement des sacs de poids différents sur le dos en utilisant toutes les surfaces possibles. L'enfant à quatre pattes essaie de transporter les sacs aussi longtemps que cela est possible, sans les perdre.

- Les sacs de sable sont aussitôt déchargés par une contraction lente de la musculature appropriée.



**Jeu des sacs de sable:** Tous les enfants ont des sacs de sable et essaient de les "charger" sur les autres enfants. Aussitôt qu'un sac est posé, l'enfant chargé essaie de le faire glisser lentement le long de son corps. Dès que le sac touche le sol, l'enfant peut à nouveau essayer d'aller poser un sac sur d'autres enfants.



## 4.5 Retour au calme

Certains jeux sont particulièrement indiqués après une leçon agitée et intensive. Les enfants retrouvent le calme et sont prêts pour d'autres activités (classe, chemin du retour à la maison).

**Nous nous calmons et nous nous préparons à autre chose.**

**Maintenir des ballons de baudruche en l'air:** Les enfants essaient de gonfler leur ballon eux-mêmes et de le repousser avec une partie du corps de manière à toujours le maintenir en l'air sans toucher le sol.

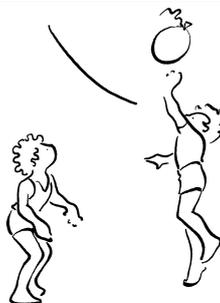
- Par la suite, trois enfants peuvent essayer de maintenir plusieurs ballons en l'air.
- Essayer avec différentes parties du corps, prendre des postures, des positions variées.



⇒ Avant de les gonfler, bien étirer les ballons et les gonfler légèrement une à deux fois.

**Ballon par-dessus la corde:** Deux enfants essaient de jouer au "ballon par-dessus la corde" avec un ballon de baudruche. Comme les ballons retombent lentement, les enfants ont suffisamment de temps pour s'adapter aux différentes situations de jeu.

- Avec le temps, le ballon ne peut plus être joué que de la tête, de la main gauche, du pied, etc.
- Jouer aussi 2 contre 2 ou même 3 contre 3. Le terrain devra alors être agrandi, de manière à éviter que les joueurs ne se gênent mutuellement.



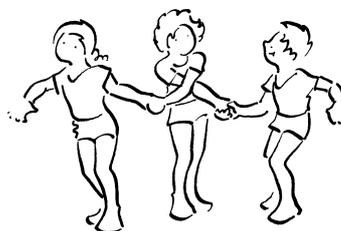
**Bulles de savon:** Plusieurs enfants sont debout sur des chaises (au parc, ils grimpent sur un portique, etc.) et soufflent des bulles de savon en direction des autres enfants.

- A l'aide de tuyaux en carton d'un diamètre allant jusqu'à 2 cm, de produit de vaisselle et d'un peu de glycérine, il est possible d'obtenir des bulles géantes.
- Les enfants au sol essaient de crever les bulles.
- Les enfants essaient de maintenir les bulles en l'air en leur soufflant dessus intensivement.



**Noeud gordien:** Quatre à six enfants sont étroitement liés ensemble. Chacun donne sa main à un autre enfant, mais jamais les deux mains au même. Dès qu'il n'y a plus de main libre, le groupe essaie de défaire lentement et prudemment le noeud en se tournant, en passant par-dessus, par-dessous, sans se lâcher les mains.

- Est-ce aussi possible avec un plus grand groupe?



**Clins d'oeil en cercle:** Les enfants et la maîtresse sont assis en tailleur en cercle. Discrètement, la maîtresse fait un clin d'oeil à un enfant. Aussitôt que ce dernier a intercepté le clin d'oeil, il peut se lever et quitter silencieusement la salle. Le jeu se prolonge jusqu'à ce que tous les enfants soient au vestiaire.

- La fois suivante, c'est un enfant qui fait les clins d'oeil.



⇒ Leçon se terminant dans le calme et pas de précipitation au moment de quitter la salle.

## Sources bibliographiques et prolongements

- ADAM, R.: Education physique et créativité par le jeu. Editions d'Arc. Ottawa 1991.
- ASEP, COLLECTIF D'AUTEURS: Faites vos jeux: recueil des annexes pratiques de la brochure "Education physique à l'école". ASEP. Berne 1996.
- BONHOMME, M.: L'éducation physique à l'école maternelle. 10 activités. Revue EP.S. Paris.
- BRUGGER, L.: 1000 exercices et jeux d'échauffement. Vigot. Paris 1994.
- BUCHER, W.: 741 Spiel- und Übungsformen «Bewegtes Lernen». (manuel 1: école enfantine / 1<sup>re</sup> – 4<sup>e</sup> année scolaire). Schorndorf 2000.
- BUCHER, W.: 1000 exercices et jeux sportifs par spécialités. Vigot. Paris 1989.
- COLLECTIF D'AUTEURS: Des jeux à la carte. Editions EP.S. Paris.
- DE GRANDMONT, N.: Le jeu éducatif, conseils et activités pratiques. Editions LOGIQUES. Montréal 1994.
- EISENBEIS, M.: 48 fiches jeux pour l'école maternelle. Editions EP.S. Paris.
- FLURI, H.: 1000 exercices et jeux de plein air. Vigot. Paris
- RAFFY, G.: Jeux sportifs collectifs. Nathan. Paris.
- REVUE: EPS 1, paraît 5 fois par an. Editions EP.S. Paris.
- ROLLET, M.: Les thèmes transversaux en éducation physique. Editions EP.S. Paris.
- VERNHES, F.: Fichier de jeux. Les Francas, Jeunes années. Paris.
- VERNHES, F.: Jeux de tradition enfantine pour les enfants de 4 à 12 ans. Les Francas, Jeunes années. Paris.

La bibliographie de référence peut être consultée dans le manuel paru en allemand



**Editions ASEP**

Littérature spécialisée: brochures, manuels, vidéo, cassettes audio, moyens didactiques, compléments aux manuels officiels