

6

Manuel 3 Brochure 6

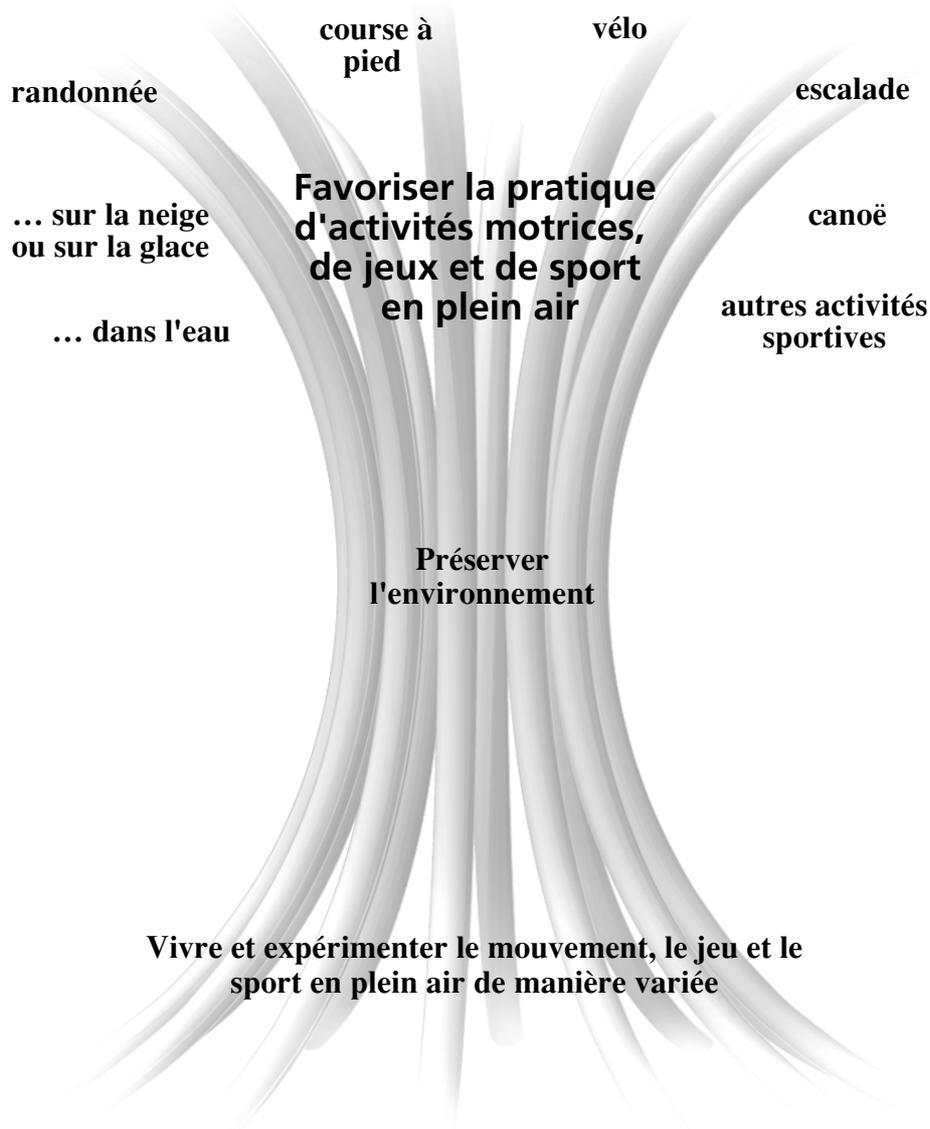


Plein air

SPORTERZIEHUNG
EDUCATION PHYSIQUE
EDUCAZIONE FISICA
EDUCAZIUN FISICA



La brochure 6 en un coup d'oeil



Les enfants vivent le mouvement, le jeu et le sport en plein air et apprennent à se comporter de manière responsable envers l'environnement.

Accents de la brochure 6 des manuels 2 à 6:
➔ voir page 3 de la couverture à la fin de cette brochure.

Accents de la brochure 6 des manuels 2 à 6

- Vivre la joie du mouvement en plein air
- Expérimenter le jeu en plein air avec du matériel simple ou de récupération
- Apprendre et pratiquer des activités motrices et des jeux selon les saisons
- Découvrir l'environnement et les éléments naturels



Ecole enfantine,
degré pré-scolaire

- Découvrir l'espace de jeu naturel proche de l'école
- Vivre l'école dynamique aussi en plein air
- Expérimenter en plein air les nombreuses activités motrices et ludiques de tous les domaines de l'éducation physique
- Acquérir les habiletés fondamentales par la pratique d'activités motrices en plein air
- Sensibiliser au respect du milieu naturel



1^{re} – 4^e année scolaire

- Vivre la richesse du mouvement, du jeu et du sport en plein air
- Mettre en pratique "l'école en mouvement" en plein air
- Expérimenter le milieu naturel comme espace propice au mouvement, au jeu et au sport
- Apprendre et pratiquer en plein air des activités motrices et ludiques de tous les domaines de l'éducation physique
- Cultiver le sens du respect de l'environnement



4^e – 6^e année scolaire

- Connaître les possibilités de la pratique sportive en plein air et en accepter les limites
- Accomplir en plein air des jeux, des exercices et des formes de compétition seul, à deux ou par équipes
- Pratiquer en plein air les disciplines sportives traditionnelles et nouvelles
- Organiser, réaliser et évaluer en commun des randonnées à vélo, des camps de sport d'été ou d'hiver, des activités d'endurance (p. ex. triathlon par équipe)



6^e – 9^e année scolaire

- Découvrir le sport en nature comme une opportunité de saine occupation des loisirs ("sport pour la vie")
- Choisir des disciplines sportives individuelles ou collectives et les pratiquer selon des objectifs définis en commun
- Exercer de manière exemplative quelques disciplines sportives choisies
- Participer à des manifestations polysportives ou combinées



10^e – 13^e année scolaire

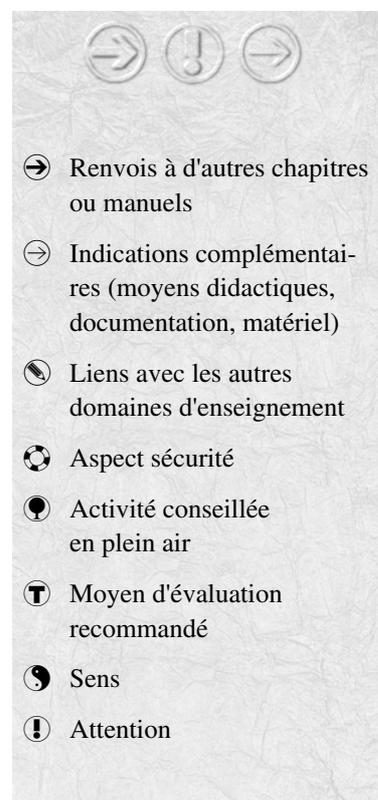
- Le *livret d'éducation physique et de sport* contient des remarques et des suggestions sur les thèmes suivants: conseils pour le sport en plein air, équipement et matériel, respect de l'environnement, etc.



Livret d'éducation
physique et de sport

Table des matières

Introduction	2
1 Dans l'environnement quotidien	
1.1 Cacher et découvrir	3
1.2 Autour du bâtiment scolaire	4
1.3 Comparer des plans, trouver des anomalies	5
1.4 Où habitez-vous, les enfants?	6
1.5 A vélo, en toute sécurité	7
1.6 Jeux de groupes dans le pré ou sur la place	8
2 En forêt	
2.1 A la découverte de la forêt	9
2.2 Jeux d'orientation	10
2.3 Jeux d'observation	11
2.4 Comme chez les Indiens	12
2.5 A vélo	13
2.6 Jeux de groupes	14
3 Au bord de l'eau	
3.1 La sécurité d'abord	16
3.2 Près d'un ruisseau, au bord d'un lac	17
4 Dans la neige et sur la glace	
4.1 La neige, c'est génial!	19
4.2 Sur des patins	22
Sources bibliographiques et prolongements	24



Introduction

Pour les enfants, le "mauvais temps" n'existe pas

L'enseignement en plein air permet de vivre des expériences irréalisables en salle de gymnastique. Il est donc important que les enfants puissent s'adonner à de fréquentes activités motrices en plein air, pour autant, bien entendu, que les conditions le permettent. A maintes reprises dans les présentes brochures, le symbole  est une invitation à pratiquer les activités décrites en plein air.

S'il est difficile de motiver les adolescents à pratiquer du sport dans des conditions atmosphériques peu favorables, cela ne pose, en revanche, généralement pas trop de problèmes pour les enfants des degrés inférieurs. L'enseignant veillera cependant à ce que ses élèves soient vêtus de manière appropriée et qu'ils puissent, au terme de l'enseignement, prendre une douche et revêtir des habits secs.

La responsabilité est grande, mais l'expérience digne d'être vécue

Les impondérables qu'engendre l'enseignement en plein air rend celui-ci plus risqué. L'enseignant doit être conscient de sa responsabilité et, de ce fait, porter un soin particulier à la planification de son enseignement. S'il ne connaît pas précisément les lieux, une reconnaissance préalable est indispensable.

➔ Check-list pour la préparation d'une leçon en plein air: voir bro 6/1, p. 5

Les formes ludiques en plein air, plus particulièrement celles en forêt, impliquent la formation de groupes. Un lieu et un signal de rassemblement doivent être définis pour éviter que les enfants ne se perdent. Il peut être judicieux de délimiter, voire de marquer le terrain de jeu au début d'une activité. Si deux enseignants planifient leur enseignement en plein air en commun, ils peuvent se partager les différentes tâches de préparation et de réalisation. L'implication de parents d'élèves lors d'événements plus conséquents tels que des après-midis sportifs en forêt, p.ex., permet aussi de décharger l'enseignant.

Apprentissage moteur en plein air

L'activité en plein air est importante dans la perspective d'une éducation physique globale et est, de ce fait, particulièrement recommandée. Apprentissage *global* signifie aussi apprendre par les sens. L'activité en plein air offre un terrain d'expérimentation plus vaste et plus propice que celui de la salle de classe. Quelques idées:

➔ Global: voir bro 1/3, p. 11

- Vivre et approfondir les notions d'addition et de soustraction par des formes sautillées (sur des marches d'escalier ou à la corde à sauter).
- Exercer la syllabation en lançant et en rattrapant une balle.
- Pratiquer des exercices de mémorisation dans des jeux de course.
- Evaluer des espaces et des distances et les découvrir par le mouvement.
- Evaluer et mesurer ses "performances sportives" (p.ex. saut en longueur).
- Faire des gammes sur un escalier faisant office de portée musicale.
- Reconnaître l'espace vital des plantes et des animaux durant une course.
- Fabriquer des objets à lancer et des aéronefs (balles, cerf-volants ...) et les inclure dans des formes de jeux de mouvements.

 Apprendre en mouvement: voir bro 7/3, p. 6; liens avec les autres domaines d'enseignement: voir bro 7/3, p. 7

➔ Enseignement par projets: voir bro 7/3, p. 12 ss.

1 Dans l'environnement quotidien

1.1 Cacher et trouver

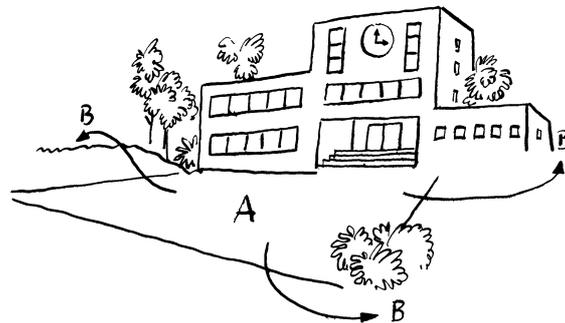
Pour les exercices et les jeux décrits ci-après, la classe sera divisée en deux. Le va-et-vient constant des deux groupes imprime un bon rythme de travail.

Nous devons retrouver tous les objets que nous avons cachés!

Hänsel et Gretel: Chaque paire d'enfants se donne le nom d'une paire connue, p.ex. Astérix et Obélix, chaud et froid, amer et sucré, etc. Hänsel (A) et Gretel (B) se séparent. Pendant que tous les A participent à un jeu par demi-classe, chacun des B va cacher un objet dans le préau de l'école. B explique à A à quel endroit il a caché son objet et prend son rôle (changement "volant") et ce, sans interruption du jeu. Aussitôt que A a découvert l'objet, il le cache à son tour, retourne vers B et l'informe, etc. Les enfants sont-ils capables de se donner des indications correctes et claires?

- Au début, B donne des indications précises, ex.: "Depuis ici, dix pas en direction de l'église, puis ...".
- A revient vers B et écrit à quel endroit il a caché son objet. B n'a pas le droit de poser des questions; A ne fait que de transmettre les consignes écrites à B.
- B fait une esquisse, y reproduit l'emplacement du "trésor" et la transmet à A.
- Placer une grille de secteurs (feuille transparente) sur l'esquisse. B indique uniquement le secteur dans lequel se trouve le "trésor".

🔗 Interdisciplinarité: A et B réalisent une esquisse.

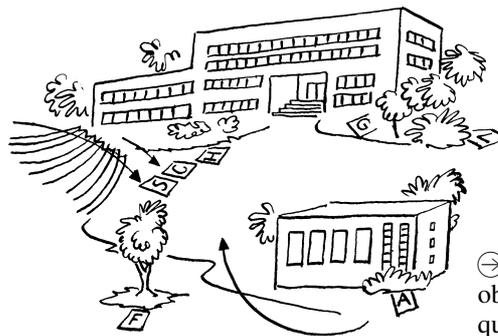


⚠ Contrairement à un plan ou à une carte, une esquisse a des angles morts, (voir "lire un plan" ci-dessous) et ne comportent pas encore de symboles.

Course aux lettres: Les enfants forment des mots composés (p.ex. durant la leçon de français) et en font une liste. Les lettres correspondantes sont cachées autour du bâtiment scolaire et un secteur est attribué à chaque groupe, ex.: O-U-V-R-E-B-O-U-T-E-I-L-L-E. Deux enfants du premier groupe cherchent deux lettres dans le secteur adverse, puis reviennent donner le départ aux deux suivants. Ces derniers essaient à leur tour de découvrir deux lettres. Des informations quant à l'emplacement d'autres lettres peuvent être transmises aux membres du groupes, mais chaque groupe ne peut ramener que deux lettres à la fois.

- 2-4 enfants partent en même temps. Chaque enfant doit trouver une certaine lettre. Les plus rapides ou les plus chanceux continuent de chercher les lettres manquantes et en communiquent l'emplacement aux autres enfants.

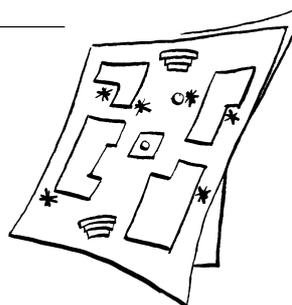
📄 Travaux manuels/ écriture: reproduire les lettres sur des fiches en carton ou des morceaux de bois.



➡ Quelles règles observons-nous lorsque nous cachons les lettres? Définir et respecter les règles.

Lire un plan: A un lieu de rassemblement, afficher un plan sur lequel on indiquera les endroits où les enfants devront cacher certains objets. La moitié de la classe va cacher env. 30 objets. Les autres enfants consultent le plan et cherchent jusqu'à ce qu'ils aient découvert tous les objets. Le premier groupe doit aller rechercher les objets n'ayant pas été trouvés. Où était l'erreur?

- Un groupe "d'experts" contrôle l'emplacement de chaque objet sur le plan avant chaque départ.



🗺 Connaissance de l'environnement/dessin: confectionner une série de cartes (coller une feuille sur du carton, le recouvrir de papier collant transparent). Indications complémentaires à l'aide de feutres solubles à l'eau.

⚠ Symboles; reproduire fidèlement la réalité (le plan, la carte).

1.2 Autour du bâtiment scolaire

Les enfants connaissent leur salle de classe et savent où trouver les différents objets. Pourtant, sont-ils capables de la décrire ou même de retrouver certains objets les yeux fermés?

Les enfants connaissent toutes sortes de jeux d'observation par lesquels ils apprennent, dès leur plus jeune âge, à déceler des différences et des particularités. Peuvent-ils dessiner ou reproduire un plan après l'avoir mémorisé? Un partenaire est-il en mesure de placer divers objets au bon endroit en s'orientant d'après ce plan? Est-il possible d'établir un plan d'après une description? Ensemble, les enfants pourront vérifier l'exactitude des descriptions, discuter les éventuels malentendus ou expliquer les imprécisions figurant sur leur plan.

Si les enfants parviennent à reproduire, sur leur plan, un petit espace dont ils ont une bonne vue d'ensemble, ils réussiront, progressivement, à s'orienter sur un étage, dans tout le bâtiment scolaire, dans le préau, et en fin de compte, dans tout le quartier avoisinant.

Jeux d'orientation: Il existe une grande multitude de jeux d'orientation prenant en compte l'âge des enfants et les conditions locales:

- Course d'orientation (C.O.) avec une craie: Les enfants se promènent dans les alentours du bâtiment scolaire par groupes de 3-4 et inscrivent, à l'aide d'une craie (ou sur de petites cartes), les lettres d'un mot-énigme à divers endroits. L'emplacement exact de chaque lettre est reproduit sur la "carte" à l'aide d'un cercle. Les groupes s'échangent ensuite leur carte et essaient de retrouver les lettres puis de les mettre dans le bon ordre pour retrouver le mot-énigme.
- C.O. par paires: deux enfants (A et B) partent en même temps. Ils placent chacun 1-2 postes et les indiquent sur leur carte. De retour au départ, ils s'échangent leur carte et se mettent à la recherche des postes de l'autre. Qui sera de retour en premier?
- C.O. par boucles: prévoir plusieurs parcours ayant un départ et une arrivée communs. Par groupes de deux, les enfants choisissent un parcours correspondant à leurs capacités et vont chercher les postes.



🕒 Collectionner des "cartes" (vues d'ensemble, esquisses, plans) avec les enfants et les dessiner.

Course aux photos: Les enfants reçoivent un certain nombre de photos représentant des parties de leur quartier. Par groupes de trois, ils essaient de localiser les endroits de prise de vue réels de chaque photo, les indiquent sur leur carte, puis retournent au départ.

- Course de mémorisation: au départ, les enfants regardent attentivement une photo. Ils en mémorisent quelques particularités. Dès qu'ils sont persuadés avoir reconnu l'endroit, ils s'y rendent le plus vite possible et reportent sur leur carte l'emplacement de la prise de vue et les différentes particularités qu'ils ont mémorisées.



🕒 Reconnaître, au préalable, le quartier (chantiers, traversées de routes dangereuses, chiens en liberté ...).

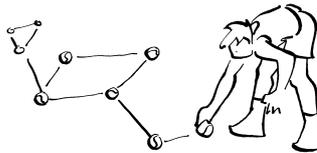
Nous nous orientons d'après un plan dans les environs du bâtiment scolaire.

1.3 Comparer des plans, trouver des anomalies

Les enfants connaissent le principe des jeux d'énigmes, d'anomalies et adorent jouer aux détectives en quête d'indices. Ces activités de recherche et de découverte sont tout à fait compatibles avec les jeux d'orientation et peuvent également s'inscrire dans le cadre de l'enseignement de la connaissance de l'environnement.

Un bon détective sait observer et être attentif!

Images à partir de points: Ce procédé est caractéristique d'une image télévisée ou de certaines techniques de dessin: une grande quantité de points rapprochés forment une image. Dans certains magazines, on trouve aussi des énigmes qui consistent à relier un certain nombre de points par des traits. Agrandir le motif et le représenter sur un plan. Les enfants vont chercher des balles de tennis éparpillées à une certaine distance et les indiquent sur le plan. Quelle image obtient-on?

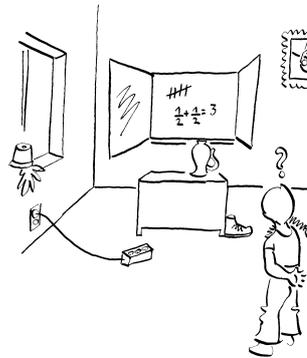


Observer attentivement: Une bande de malfrats a dévalisé l'école, mais Rambo, le chien du concierge, les a mis en fuite. Qui est capable de retrouver un objet perdu au cours de la débandade?

- Des petits groupes d'enfants introduisent des erreurs sur des plans de situation (faux buissons, constructions ...). D'autres petits groupes comparent ces plans erronés avec la réalité et trouvent les erreurs.
- Un objet est caché à l'emplacement de chaque erreur.
- Déceler des anomalies: un certain nombre de choses sont anormales dans la salle de classe: p.ex. les craies sont dans le pot de fleurs, une image est suspendue à l'envers, des bandes dessinées sont dans l'évier, une chaussure sur le bureau du maître, etc.
- Exposer les feuilles de plantes étudiées au cours de la leçon de sciences. D'où proviennent-elles? A quel endroit du complexe scolaire peut-on rencontrer telle ou telle plante, lesquelles proviennent-elles d'ailleurs? Par paires, les enfants recherchent 2-3 plantes correspondantes dans les environs du collège et marquent leur emplacement sur un plan.



☞ Expression orale: laisser les enfants inventer des histoires originales.



L'endroit préféré: Par paires, les enfants se promènent en plein air et ont 10 minutes pour choisir un endroit qui leur plaît. Ensuite, ils décrivent leur endroit préféré aux autres. Pourquoi avez-vous choisi cet endroit, que pouvez-vous y voir, que pouvez-vous y entendre ...? Les enfants essaient de décrire l'endroit avec précision. Qui pourra deviner l'endroit?

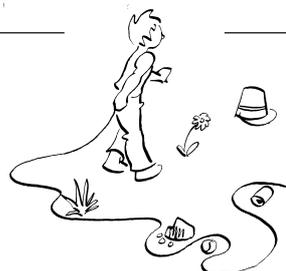
- Ne décrire que ce que l'on peut voir depuis l'endroit en question. Qui peut le marquer sur un plan?



☞ Expression orale: par groupes de 2, les enfants préparent leurs descriptions; év. en mimant.

Poteaux indicateurs: Le groupe A balise un chemin dans le bâtiment scolaire, dans le préau, dans le quartier ... Le groupe B réalise le parcours, et, à son retour, reproduit son itinéraire sur un plan. Les groupes changent ensuite les rôles.

- Mémoriser les découvertes particulières faites en chemin et les signaler; év. les reproduire sur le plan.



☞ Eviter les traversées de routes dangereuses.

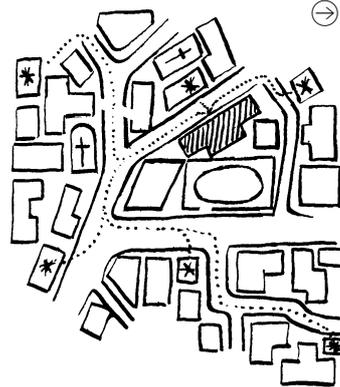
1.4 Où habitez-vous, les enfants?

L'école est le lieu de rencontre quotidien des enfants. Avec le temps, chaque enfant connaît comme sa poche le chemin de l'école. Ce qui est routine pour les uns est aventure pour les autres. Chaque enfant peut indiquer son propre chemin à un camarade et devenir ainsi plus responsable.

Nous indiquons le chemin de l'école à nos camarades de classe.

Chemins d'école: Avec l'aide de leurs parents, les enfants reproduisent leur lieu de domicile ainsi que leur chemin d'école sur un plan qu'ils ont réalisé avec leur enseignant(e). Que peut-on dire de ces chemins? Sont-ils longs ou courts? Sont-ils droits ou sinueux? Le chemin traverse-t-il une grande route? Passe-t-il près de magasins, de feux, de chiens?

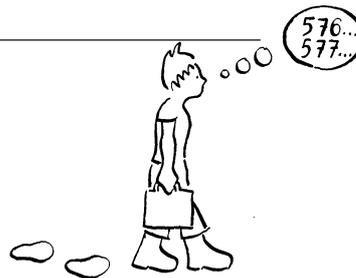
- Tous les enfants placent un poste à proximité de leur porte d'entrée; le maître attribue un poste à chaque paire d'enfants. Après avoir trouvé le poste, les enfants retournent au point de départ (course en étoile).
 - a) Un enfant connaissant bien le chemin conduit un petit groupe.
 - b) Par paires/petits groupes, les enfants trouvent successivement la moitié des postes.



⇒ Impliquer aussi les parents.

Evaluer et mesurer des distances: Combien de pas normaux un enfant fait-il pour aller à l'école ?

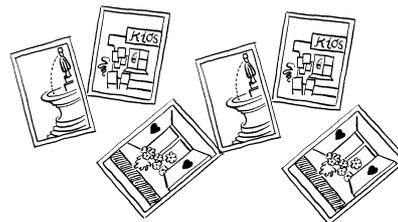
- Combien de pas de géant, de pas de course?
- Quel est le nombre total de pas réalisés par toute la classe jusqu'à la cour de récréation; combien de marches faut-il gravir/descendre, quelle est la dénivellation en mètres?
- Longueur du bâtiment scolaire en pas/pieds?



🌀 Compter: opérations de base; estimations et mesures; calculer un nombre de pas en mètres, etc.

Découvrir des quartiers: L'enseignant(e) distribue aux enfants des photos représentant des parties de leur village ou de quartiers. Par 3 ou 4, ils sillonnent le village et retrouvent les endroits photographiés.

- Ils décrivent ce qu'ils ont vu.
- Ils reproduisent leurs découvertes sur une carte.
- Certaines photos sont découpées en 2-3 morceaux. Pourront-ils quand-même retrouver le bon endroit?



Traditions locales: Diverses manifestations sportives ont lieu annuellement dans les villages. Et si les élèves de 3ème année d'une école étaient responsables, annuellement, d'animer une demi-journée du mois de juin? Exemples:

- Planifier un parcours à vélo sur une route de quartier; jeux aquatiques près de la fontaine communale.
- Organiser une leçon de danse folklorique dans une école avoisinante; mettre sur pied un spectacle de danse dans un home pour personnes âgées.
- Les enfants confectionnent des engins mobiles, proposent des ateliers d'agilité et vendent leurs engins: p.ex. collecte en faveur d'une action particulière (vacances pour enfants handicapés, etc.).
- Jeux et danses pour agrémenter la soirée des parents.



🗣 Expression orale/traditions locales: réaliser une interview de personnes âgées à propos de traditions villageoises

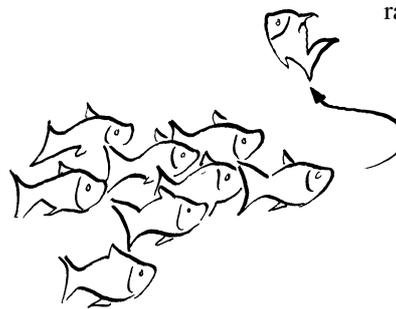
1.6 Jeux de groupes dans le pré ou sur la place

Certains jeux en grands groupes requièrent un minimum de matériel. Pourtant, ils favorisent le développement de la coopération, incitent à avoir des égards pour les autres, améliorent la faculté de concentration et offrent une alternative pédagogique à la position assise permanente.

Savez-vous ce que cela signifie d'être en groupe?

En groupes: Sensibiliser les enfants aux expériences de groupes, (pourquoi pas en prenant l'exemple de groupes d'animaux): qui est le leader, à qui vais-je me joindre, pour quelle raison, etc.?

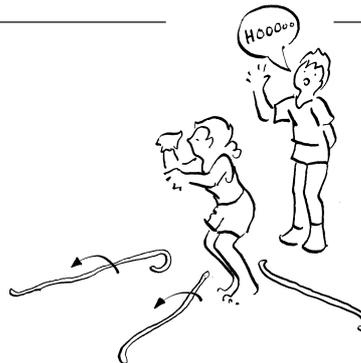
- Marcher, courir, "voler" ... toujours dans la même direction et selon le même mode de déplacement.
- L'enseignant désigne un enfant (p.ex. en le touchant dans le dos alors que tous ont les yeux fermés). Ce dernier essaie de diriger le "banc de poissons" sans trop se faire remarquer. En est-il capable?
- En cercle: à distance régulière, les enfants se déplacent en cercle. Lentement, leur vitesse augmente progressivement, puis diminue à nouveau, sans qu'aucun rythme de course ne soit imposé.



☞ Quels animaux vivent-ils en groupes, pour quelles raisons?

Prudence: Des cordes à sauter jonchent le sol à distance irrégulière. Pieds nus et yeux fermés, A sautille dans cette "zone dangereuse". B conduit A autour et par-dessus des obstacles de la voix.

- Maintenir sa trajectoire: longer un serpent géant (toutes les cordes à la suite). Attention aux croisements! Qui peut deviner le prénom de l'enfant qu'il est en train de croiser (à tâtons ou en posant des questions)?
- Pêche: un petit groupe d'enfants essaie d'encercler les autres à l'aide d'une longue corde (= filet). Les captifs participent à la prochaine partie de pêche.

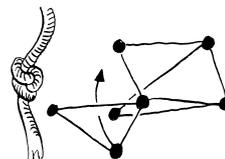


☞ Utiliser des branches à la place de cordes.

☞ Expression orale: mémoriser une comptine et la réciter en mouvement (p.ex. en sautant), de plus en plus vite. Exemple: "Les chaussettes de l'archi-duchesse sont-elles sèches? -Oui, archi-sèches!" voir aussi bro 7/3, p.6

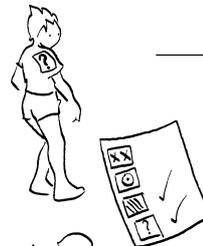
Le noeud gordien: Les enfants forment un cercle en tenant chacun les extrémités de deux cordes différentes. Ils franchissent ou passent sous les différentes cordes sans les lâcher; on obtient un noeud. Seront-ils capables de défaire le noeud, sans lâcher une seule corde et sans parler?

- Idem, mais sans cordes, en se tenant par les mains.



☞ Aussi possible sous la forme d'un jeu de concentration.

Qui suis-je? Coller un numéro, une lettre ou un symbole quelconque sur l'épaule de chaque enfant. Distribuer ensuite à chacun une feuille de papier sur laquelle figurent tous les symboles. A chaque fois qu'un enfant en reconnaît un chez un autre enfant, il le biffe sur sa liste. Quel est le mien?



☞ Peut aussi faire l'objet d'une variante d'un jeu de recherche. Symboles: oiseaux, animaux, fruits, légumes ...; définir en commun les règles du jeu.

Aimants: Les enfants forment un cercle en pressant les paumes de leurs mains les unes contre les autres (= aimants). Ils essaient de tourner sur eux-mêmes, de rouler, de se déplacer, de s'asseoir, de se relever ...

- S'asseoir: les enfants sont en cercle, très rapprochés les uns des autres. Simultanément, chacun essaie de s'asseoir sur les cuisses de celui qui est derrière.



☞ Autres idées: voir "1012 jeux et exercices dans les loisirs" (bibliographie bro 6/3, p. 24)

2 En forêt

2.1 A la découverte de la forêt

Introduction et préparation

Le thème de la forêt peut faire l'objet d'un projet d'enseignement thématique transdisciplinaire et ainsi sensibiliser les enfants à une attitude respectueuse de la nature.

En premier lieu, l'enfant devra apprendre à connaître la forêt en compagnie de son enseignant. Diverses excursions à caractère botanique l'aideront à se situer dans ce milieu naturel et à se familiariser avec lui. L'enseignant pourra alors introduire quelques séquences ciblées du domaine de l'éducation physique. Une préparation soigneuse permet de limiter le risque d'accident!

Préparation et réalisation

Les aspects suivants doivent être pris en compte:

- *Découverte*: choisir un terrain approprié en fonction des activités planifiées; reconnaître le terrain (chemins d'accès, terrains de jeu, espaces de mouvement, lieux de rassemblement ...).
- *Information*: informer les parents, la direction, le propriétaire de la forêt...
- *Équipement de l'enseignant*: pharmacie (pansements, set de secours pour allergiques, bande élastique, produit contre les piqûres d'insectes et les tiques), signal acoustique pour le jeu ou le rassemblement des enfants (sifflet, corne de brume ...); moyens didactiques (jeux, plans, boussole, matériel pour écrire), papier de toilette.
- *Équipement des enfants*: habits appropriés (qui recouvrent bras et jambes!), vêtements contre la pluie, petit ravitaillement (boisson et autres), montre (s'ils en ont une et s'ils connaissent les heures).
- *Sécurité*: un enfant ne se déplace jamais seul en forêt. Toutes les activités et tous les jeux se font par groupes d'au moins 3 enfants. Les règles de conduite face aux autres utilisateurs de la forêt (personnes inconnues, chiens) sont à définir. Quels dangers y a-t-il? Que faire en cas d'accident? (le no de tél. 111 renseigne quant au médecin d'urgence régional).
- *Lieu de rassemblement*: à un signal donné (év. une heure précise), tous les enfants se rassemblent à un endroit qui leur est familier. Cet endroit restera en principe le même pour toutes les activités ultérieures afin d'éviter tout malentendu. Les vestes, les sacs des enfants, le matériel ludique seront de préférence déposés à cet endroit.
- *Règles de jeu et espace ludique*: définir des signaux (év. des heures) pour le début et la fin des différentes activités. Les limites de l'espace de jeu ainsi que les zones interdites (jeunes pousses, réserves naturelles, terrain en pente) doivent être claires pour tous et visualisées en commun.
- *Conclusion, fin des activités*: à l'heure du rassemblement, év. en fin d'activité, l'enseignant contrôle si la classe et le matériel sont au complet et si l'endroit a été nettoyé. Le retour à l'école est soigneusement organisé.
- *Implication des parents*: un pique-nique de fin d'année, év. en compagnie des parents peut être l'occasion d'un événement particulier.



➔ Inventaire pour la planification, la réalisation et l'évaluation: voir Bro 6/1, p. 5

2.2 Jeux d'orientation

Par diverses activités ludiques, les enfants se familiarisent avec le milieu forestier. Ils apprennent à maîtriser leurs craintes et à s'orienter d'après un simple plan (croquis) de la forêt. Dans le cadre d'un projet d'enseignement transdisciplinaire, ils élaborent un plan puis explorent le secteur par petits groupes.

Nous apprenons à mieux connaître notre forêt.

L'oeil perçant de l'aigle: Nous marchons/courons en suivant la lisière, les chemins tracés, les sentiers ... Que pouvons-nous observer? Nous mémorisons les signes distinctifs ou des lieux tels que collines, mangeoires, fossés, clôtures, racines, grottes, mirador ...

- Par trois: pouvez-vous retrouver le chemin qui mène à la colline, au grand fossé, au ... Ceux qui ont trouvé le bon endroit poussent un cri (ou se cachent).
- Contact visuel: un groupe de trois s'enfuit jusqu'à disparaître du champ de vision du prochain groupe de trois. A ce moment-là, ce dernier crie "HALTE!". Le premier groupe s'arrête et attend que le second l'ait rejoint. Changer les rôles.

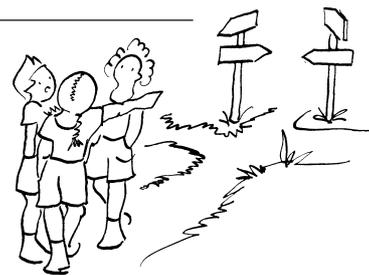


🕒 Pourquoi parlons-nous de l'oeil de l'aigle? Savoir s'orienter au moyen d'un croquis ou dessiner un plan sur place.

🕒 Définir un lieu de rassemblement ou de rendez-vous et un signal de rassemblement (sifflet, corne de brume ...).

Le meilleur chemin: Ensemble, nous nous enfonçons profondément dans la forêt (avec pauses). Qui peut s'orienter? Voyez-vous des signes distinctifs que nous connaissons déjà: la colline, la mangeoire, le petit fossé, l'emplacement du feu ...?

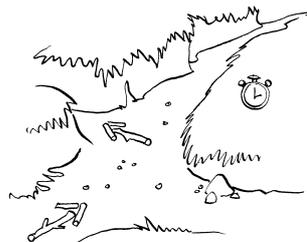
- Un enfant définit un but et y conduit tous les autres enfants. Le chemin était-il exact? Y aurait-il eu un raccourci ou un meilleur chemin?
- Même tâche par groupes de trois enfants.



🕒 Choisir des raccourcis ou des chemins tracés? Pourquoi plutôt des chemins?

Course d'orientation avec ficelle ou fanions: Bien baliser le chemin. Course par petits groupes avec diverses tâches (d'observation). Exemples:

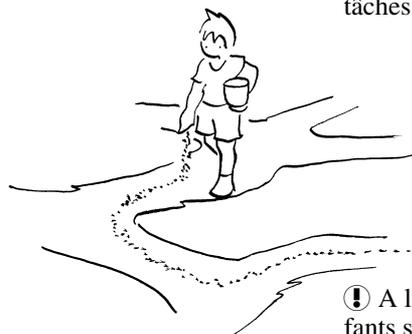
- Combien de cabanes en bois avez-vous rencontré?
- A combien de reprises avez-vous franchi un ruisseau?
- Quelle est votre estimation de la longueur de trajet?
- Quelle en était la durée?



🕒 Nettoyer ensemble; avoir une attitude responsable. Si des fanions ont été utilisés, il est indispensable de les ramasser au terme de l'activité.

Le "petit Poucet": A partir d'un point de départ commun, nous laissons des traces derrière nous (copeaux de bois, sciure, papier de journal, fanions, év. traces dans la neige). Les enfants reviennent sur leurs traces.

- Nous rebroussons chemin par petits groupes de trois. Nous nous retrouvons à un endroit bien connu, p.ex. à l'école, près de l'église, à côté du petit banc, etc.
- Qui veut essayer de couvrir toute la distance en courant sans s'arrêter?
- Des postes jalonnent le chemin du retour: les enfants doivent les trouver et résoudre différentes tâches.
- Quelle est votre estimation de la longueur du chemin du retour?
- Conclusion et évaluation: Quel est le jeu que vous voudriez refaire lors de notre prochaine sortie en forêt? Qu'avez-vous (moins) aimé?



🕒 Laisser les enfants imaginer les tâches aux différents postes.

🕒 A la fin, vérifier si tous les enfants sont présents et si tout le matériel a été ramené. Libérer les enfants tous ensemble.

2.3 Jeux d'observation

Dans les premiers degrés de la scolarité, les enfants ne possèdent pas pour la plupart (encore) une grande capacité d'endurance. Si, cependant, leur attention est captivée par une tâche attrayante qu'ils doivent résoudre, ils ne pourront s'empêcher, voire s'arrêter de courir. Exemple:

Course-énigme:

Une sombre affaire! Qu'a donc trafiqué cette bande de malotrus? Comparez les deux images! En groupe, les enfants réalisent un parcours séparant les deux images, les comparent et se consultent mutuellement. La



solution est ensuite déposée auprès de la personne de contrôle (enfant dispensé, maîtresse). Si la réponse est exacte, le groupe a accès à l'énigme suivante. La longueur du parcours dépend de la quantité d'énigmes à résoudre. Chaque groupe analyse une image différente. Il est bien entendu que toute autre forme d'énigme adaptée à l'âge des enfants peut être utilisée.

Rechercher: Le groupe B place plusieurs objets sur le parcours du groupe A. Ils doivent être clairement visibles et le trajet doit être sûr. En un temps donné, tous les enfants du groupe A réalisent le parcours et, à leur retour, décrivent les objets qu'ils ont vus et leur emplacement.

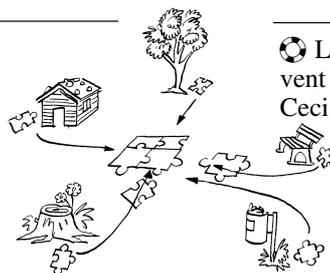


➔ Tiré de: Les aventuriers de la "main noire". Ravensburger Verlag 1987; RTB Detektiv 60, p. 71; les enfants peuvent aussi apporter leurs propres images-énigmes.

➔ Définir les règles du jeu: nos "découvertes" nous rapportent-elles des points, obtient-on des renseignements pour la localisation d'autres "trésors", ou ...?

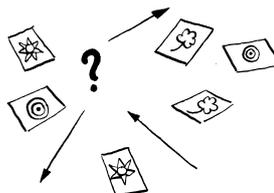
Course au puzzle: Deux puzzles comportant le même nombre de pièces sont nécessaires: les enfants du groupe A répartissent les pièces du puzzle dont le dos est marqué d'un A, ceux du groupe B celles marquées d'un B dans un secteur qui leur est attribué. Le groupe A va chercher les pièces B et vice-versa. Lequel des deux groupes aura-t-il terminé son puzzle en premier?

- Une seule pièce à la fois par enfant.



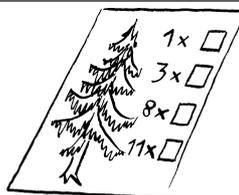
🏐 Les secteurs de recherche doivent être libres de tout danger. Ceci est valable pour tous les jeux de course et de recherche.

Course-memory: Des cartes de memory sont réparties dans un secteur. Leur double est caché et leur emplacement est indiqué sur un plan par la personne de contrôle. Par paires, les enfants vont chercher une carte, puis se rendent auprès de la personne de contrôle qui leur indique l'emplacement de son double sur le plan. Trouvé? Bravo, maintenant, trouvez-en une autre!



➔ Autres idées de jeux de course: voir bro 4/3, p. 5 ss.

Course d'observation: Toute la classe se déplace en courant. Les enfants ont un questionnaire qu'ils remplissent durant les temps de pause. Les questions se réfèrent au parcours. Exemple: "Combien de sapins avez-vous compté en chemin, quelle est votre estimation de la longueur du parcours en mètres, etc.?"



🌲 Connaissance de l'environnement: questions relatives à la nature, au paysage ...

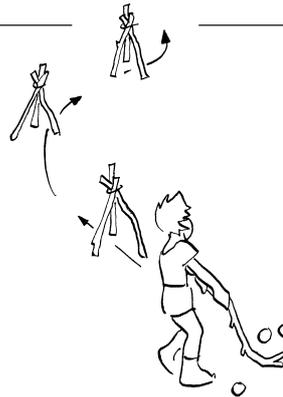
2.4 Comme chez les Indiens

Se déplacer en pleine nature et dans la forêt représente, pour les enfants, une expérience riche en événements et en aventures. Cet environnement alimente leur imagination et leur ouvre de nouveaux mondes comme celui des Indiens.

Qui veux-tu être:
"Oeil d'aigle" ou
"Plume agile"?

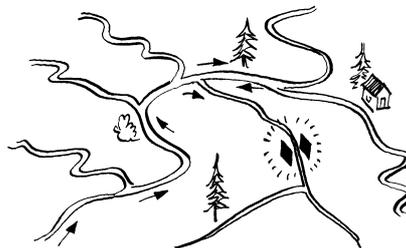
Tipi: Pour construire leurs tentes, les Indiens ramassent de longues branches. Par trois, ils les appuient les unes contre les autres et les recouvrent de peaux (ne pas arracher les branches des arbres ou des buissons!).

- Viser son propre tipi avec des pierres, des pives.
- Jeu de poursuite: ceux qui se trouvent dans les tipis ne peuvent pas être attrapés. Si un enfant se réfugie dans un tipi déjà occupé, celui qui s'y trouvait auparavant doit s'enfuir.
- Course autour des tipis: tous les enfants courent de tous les côtés autour des tipis. Ceux qui sont fatigués peuvent se reposer un peu dans un tipi. Quel petit Indien se reposera le moins?
- Cris d'Indiens: tout en courant, les enfants poussent le cri qu'ils ont secrètement défini à l'intérieur des tipis.



🕒 Connaissance de l'environnement/les Indiens/voyage au Far-West: voir bro 2/3, p. 25.

Poser des signes: Utiliser les petits sentiers et les chemins de bûcherons. Chaque groupe de trois (un par point cardinal) se met en route et marque une piste en indiquant chaque changement de direction d'un signe: trois branches appuyées les unes contre les autres, comme un tipi; du côté droit = tourner à droite; pas de signe = continuer tout droit; des deux côtés = attention, les "éclaireurs" sont cachés dans les alentours. Le groupe des poursuivants les recherche puis, tous ensemble, les enfants retournent au lieu de rassemblement. Echanger les rôles et recommencer une partie.



🕒 Un enfant ne se déplace jamais seul en forêt; toujours au moins par groupes de trois.

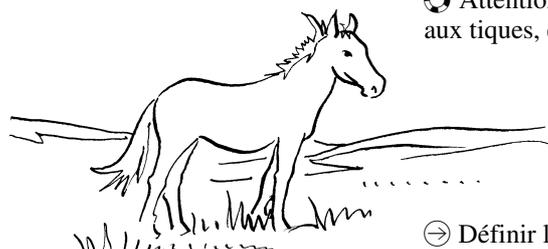
🕒 Connaissance de l'environnement: trouver les points cardinaux grâce au soleil, au paysage, à la végétation. Emporter une boussole.

Le grand chef Indien "Sitting Bull": Les chefs indiens et les squaws sont assis en tailleur, torse redressé et bras croisés, sur différentes souches de la forêt. Ils "méditent" les yeux fermés, en restant à l'écoute de tout ce qui se passe autour d'eux. Les autres enfants tentent de s'approcher silencieusement pour pouvoir toucher leur tête et ainsi devenir chef ou squaw à leur place. Cependant, si le chef ou la squaw désigne un Indien du doigt sans ouvrir les yeux, ce dernier doit reculer de trois pas.



Mustangs: Les chevaux sauvages (mustangs) se sont échappés et se déplacent librement dans un secteur délimité de la forêt. Les Indiens essaient de les rattraper et de les garder ensemble dans un pâturage (= carré représenté par 4 arbres). Les mustangs touchés se rendent dans le pâturage gardé par les Indiens.

- Libérer: la fuite est possible par deux en se donnant la main. Libérer depuis un côté différent de celui par lequel les chevaux captifs sont ramenés. Les Indiens seront-ils capables de rattraper tous les chevaux?



🕒 Attention aux racines, aux tiques, etc.

🕒 Définir les règles du jeu; notions de fair-play.

2.5 A vélo

Nous avons appris comment nous comporter sur la route (→ voir bro 6/3, p. 7). Nous pouvons maintenant profiter d'un après-midi sportif pour nous rendre, à vélo, dans une forêt de la région. Objectif: apprendre et respecter les règles de comportement à vélo en forêt.

Un après-midi sportif à vélo.

Sur les chemins forestiers: Durant 3 minutes, les enfants roulent sur des chemins forestiers, par groupes de trois, puis reviennent à leur point de départ.

- Les enfants se répartissent individuellement dans les différents groupes en fonction de leurs aptitudes. Ils empruntent des itinéraires faciles, intermédiaires et difficiles.
- Estimer une durée: essayer de réaliser un parcours qui dure exactement 3 minutes.
- Imaginer et installer un parcours d'agilité avec de simples objets trouvés sur place.



⚠ Ne pas quitter les chemins forestiers!

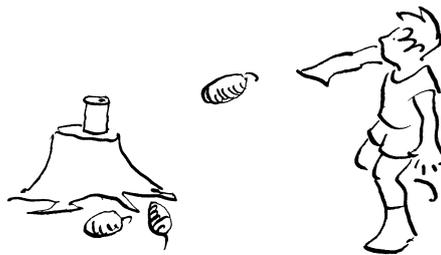
Arbres et arbustes: Un enfant connaissant bien la botanique ou l'enseignant montre une feuille. Les enfants circulent par groupes de trois et essaient de retrouver l'arbre ou l'arbuste correspondant pour pouvoir l'observer de plus près: à quoi ressemble son écorce? Comment décrire celle-ci au toucher, à l'odeur? Inversement, essayez, à l'aide d'une photographie, d'un morceau d'écorce ou d'une branche, de définir l'arbre ou l'arbuste en question!



🕒 Connaissance de l'environnement: plantes médicinales; attention, poison!

Jeux durant une pause: Les enfants ramassent des pives ou des morceaux de bois pour lancer sur des arbres ou sur d'autres cibles.

- Viser une souche ou lancer le morceau de bois le plus loin possible.
- Course d'obstacles: atteindre l'arrivée sans marcher sur une seule pive ou sur un seul morceau de bois.
- Ne marche pas dessus: par deux, en se tenant par les mains: qui peut tirer ou pousser l'autre et le (la) faire marcher sur une pive?
- Bowling: planter neuf morceaux de bois dans le sol et essayer de les renverser en lançant des pierres.
- Golf: frapper une pive avec un morceau de bois, comme avec un club de golf.
- Toucher les pieds de l'autre: deux enfants ont chacun 5 pives. Peuvent-ils toucher un pied de leur adversaire? Si un enfant touche une autre partie du corps, il est pénalisé d'un point.



Course d'orientation à vélo: Equipés d'une carte ou d'un extrait de carte, les enfants recherchent des postes par groupes de trois. Le dernier poste leur indique le lieu de rassemblement. Au départ, chaque groupe reçoit une enveloppe de secours dans laquelle ce lieu est aussi inscrit. Les groupes perdus peuvent avoir recours à l'enveloppe de secours et l'ouvrir.



⚠ Seulement pour les classes sachant s'orienter d'après une carte.

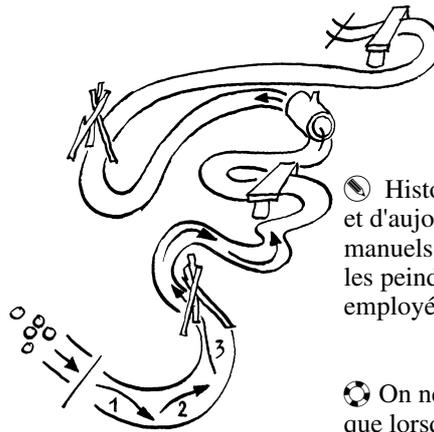
2.6 Jeux de groupes

Les objets que l'on trouve dans la forêt sont sources d'innombrables idées et permettent une grande variété de jeux. Avant de passer à la pratique, il est indispensable que l'enseignant reconnaisse préalablement le coin de forêt.

**Vivre en harmonie
avec la nature et la
protéger, telle est
notre devise.**

Croquet: Ce jeu, mélange entre le golf et la pétanque, est accessible à la plupart des enfants. Il est important de le préparer en classe et d'en définir les règles en commun.

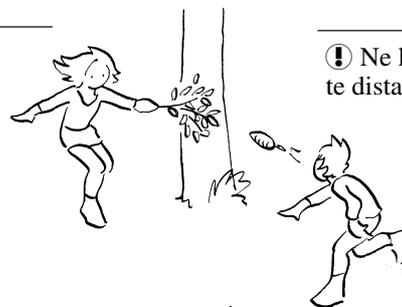
- *But du jeu:* l'équipe gagnante est celle qui, en fonction des règles du jeu, aura réussi à réaliser tout le parcours en effectuant le moins lancers. Chaque enfant compte ses propres points ou l'un d'eux tient la comptabilité (comme au minigolf).
- *Règles de base:* chaque enfant possède une pierre de couleur (boule). Le dernier enfant de chaque groupe lance sa pierre et ainsi de suite.
- *Parcours:* chaque groupe choisit un parcours comportant, si possible, beaucoup de virages et y ajoute des obstacles complémentaires.
- *Règles de lancer:* on ne peut lancer que par le bas (comme au bowling).
- *Pénalités:* si la pierre quitte la piste ou si la cible est manquée.



- ⊙ Histoire: jeux d'enfants d'antan et d'aujourd'hui; dessin/travaux manuels: ramasser des pierres et les peindre. Elles pourront être réemployées pour d'autres jeux.

- ⊙ On ne peut lancer une pierre que lorsque tous les joueurs se trouvent dans le dos du lanceur suivant, de manière à éviter que quiconque ne reçoive une pierre.

Ensorceler les arbres: Des nains maléfiques ensorcellent et transforment les arbres qui les entourent en une autre sorte d'arbres en les touchant avec des pives. S'ils y parviennent, ils déposent leur pive au pied de l'arbre (= 1 point). Pour pouvoir ensorceler un autre arbre, le nain doit aller chercher une nouvelle pive dans le dépôt. Les elfes essaient de protéger les arbres en les touchant avec une baguette magique (branche). Un arbre ne peut être ensorcelé si un elfe le touche de avec baguette. Combien d'arbres les nains pourront-ils ensorceler en 2 minutes? Changer les rôles.



- ⚠ Ne lancer que depuis une courte distance; fair-play!

Piste d'obstacles: Un groupe d'enfants organise une piste d'obstacles: slalom, franchir des fossés, des troncs couchés, lancer sur des cibles, etc. Ils se lancent des défis et courent les uns contre les autres.

- Pistes d'obstacles parallèles.
- Les enfants essaient d'améliorer leur temps de course de x secondes au deuxième passage.



- ⊙ Les enfants peuvent inventer et appliquer leurs propres règles du jeu.

Mikado en forêt: Les enfants choisissent et ramassent les branches les plus droites qu'ils puissent trouver. Les points sont marqués sur chaque baguette à l'aide de ficelles, de papier collant ou en y gravant des anneaux avec une pierre.

- Qui obtient le plus grand nombre de points?
- Si un enfant fait bouger le tas de baguettes au moment où il essaie d'en retirer une, il doit faire un tour de circuit avant de pouvoir rejouer.



- ⊙ Comme jeu de retour au calme ou pour les enfants ayant terminé une activité.

Conduire un aveugle: A conduit B (yeux fermés) sur un chemin forestier en le tenant par la main. B compte ses pas ou essaie de mémoriser la durée du trajet jusqu'au point d'arrivée. A y dépose un signe, puis reconduit l'"aveugle" au point de départ. B enlève son bandeau, essaie de refaire le parcours et de s'arrêter au bon endroit. De combien de longueurs de pieds dévie-t-il? Changer les rôles.

- A la montée, à la descente, en arrière ...
- A travers la forêt, en contournant des arbres ...



❗ Indiquer la distance maximale.

Canne d'aveugle: Sur un terrain plat, essayer, les yeux fermés, de suivre un chemin ou de rejoindre un certain point. Une baguette (canne d'aveugle) permet aux enfants de mieux s'orienter. Un partenaire observe et aide son (sa) camarade à maîtriser les difficultés.

- Un enfant conduit deux "aveugles" en les tenant avec une branche et les mène à travers la forêt, les fait franchir des obstacles faciles ...



Jeux de cache-cache: Il était une fois 5 petits renards, mais voici, il n'en reste que 4! Le cinquième s'est soudain caché. Celui qui le trouve se joint discrètement à lui. Le dernier renard pourra se cacher lors de la partie suivante. Les enfants inventent leurs propres règles.

- Disparaître: les enfants disposent de 10 secondes pour se cacher. Si l'observateur voit un enfant au terme des 10 secondes, ce dernier devient observateur.
- L'observateur siffle env. toutes les 20 secondes. A ce signal, les enfants doivent changer de cachette.



🕒 Délimiter le terrain de jeu.

Sur les troncs: Nous avons découvert des troncs d'arbres couchés et nous les employons pour nous exercer.

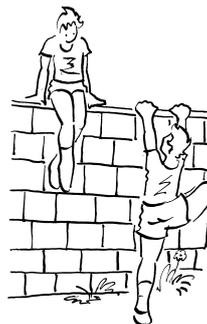
- Se maintenir en équilibre, sur une jambe ...
- Essayer de déséquilibrer l'autre en gardant les mains croisées derrière le dos.
- Un enfant essaie de franchir le tronc en portant son (sa) camarade sur le dos.
- Qui trouve un exercice difficile? Les autres enfants essaient de l'imiter.
- 4-6 enfants par tronc: inventer une suite de "steps" et de sauts et la présenter de manière synchronisée et rythmée. Les autres enfants accompagnent cette suite en tapant du pied ou en frappant dans les mains ...



➞ Se maintenir en équilibre: voir bro 3/3, p. 4 ss.

Parcours de grimpe: On est autorisé à grimper là où se trouve l'enseignant ou un enfant désigné: sur un bloc erratique, sur un mur, sur un arbre ...

- Les enfants peuvent-ils s'entraider?
- Qui peut trouver une autre voie?
- Par deux: A grimpe, B observe et essaie d'emprunter exactement la même voie.
- S'attraper: les enfants perchés à une hauteur inférieure à 1 pied peuvent être attrapés et deviennent chasseurs (plusieurs chasseurs).
- Les chasseurs déterminent le mode de déplacement.



➞ Grimper: voir bro 3/3, p. 14 ss.

3 Au bord de l'eau

3.1 La sécurité d'abord!

Les enfants doivent être sensibilisés aux dangers que représentent les jeux aquatiques. L'enseignant est responsable et doit donc reconnaître le milieu aquatique et son infrastructure avant d'y enseigner: la profondeur est-elle appropriée aux enfants, comment accède-t-on aux différents moyens de secours, où se trouve le téléphone le plus proche, le matériel sanitaire? Les points suivants doivent avoir été réglés au préalable: règles de conduite générales et normes de sécurité locales (à discuter en classe!), recours à des personnes accompagnantes, présence d'un maître-nageur.

Les secteurs nageurs et non-nageurs sont clairement délimités et connus de tous. Les tâches de surveillance des personnes responsables (parents, maître-nageur) doivent être définies au départ.

L'emplacement de l'enseignant est connu des enfants et doit lui permettre d'avoir une bonne vue d'ensemble de la classe. Les enfants doivent être parfaitement renseignés quant à leurs possibilités d'évolution, aux règles à respecter et aux tâches qu'ils doivent accomplir. Pour des raisons de sécurité, les enfants doivent s'habituer à se déplacer toujours par deux dans et hors de l'eau et à toujours garder en vue leur camarade. Cette mesure de sécurité est une aide pour l'enseignant mais ne le dispense en aucun cas de son devoir de surveillance!

Collaboration avec les parents

Pour l'enseignant, il est difficile de diriger une classe nombreuse et "avide" de mouvements, a fortiori d'enseigner en milieu aquatique, qu'il s'agisse d'un lac, d'un étang ou d'une piscine. Une collaboration planifiée et coordonnée avec les parents facilite un tel enseignement. Une annonce préalable auprès de l'autorité scolaire est recommandée .

Nager – plonger – sauter

Dans les premiers degrés de scolarité, certains enfants craignent l'eau et ne savent pas encore nager. Il est donc indispensable, avant la première leçon, de clarifier les différents niveaux au sein de la classe. Une progression systématique est recommandée, pour autant qu'un enseignement régulier de la natation soit prévu. Si les possibilités ne sont qu'occasionnelles, il est préférable de mettre des accents.

Manuels de natation

D'autres indications au sujet des règles de conduite, des aspects de sécurité et de l'enseignement systématique de la natation sont contenues dans le manuel fédéral de natation. La brochure 1 "Fondements" est particulièrement indiquée pour les degrés inférieurs. En outre, certains cantons disposent de prescriptions particulières en matière de sécurité que l'enseignant doit connaître et respecter.

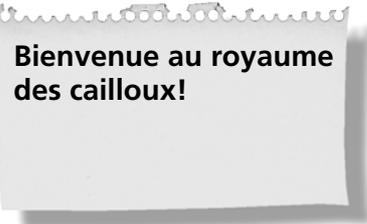
🕒 Avant et après la leçon de natation; aspects de sécurité pour l'enseignement de la natation: voir bro1/manuel de natation (bibliogr. bro 6/3, p. 24);



➔ Manuel fédéral de natation: voir bro 6/3, p. 24

3.2 Près d'un ruisseau, au bord du lac

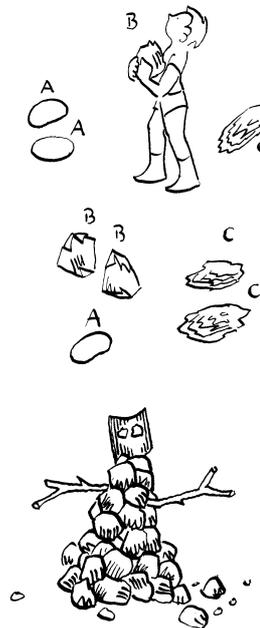
Les abords d'un ruisseau ou d'un lac sont pleins de mystères. Ils nous font rêver, mais nous réservent aussi quelque aventure. L'exemple qui suit nous montre comment plonger les enfants dans des "histoires de pirates". L'enseignant veillera à reconnaître préalablement le terrain et à prendre les mesures de sécurité nécessaires. Dans l'optique d'un enseignement transdisciplinaire, il cherchera à créer des liens avec d'autres domaines (p.ex. "projet de pirates"). Emmener une serviette et un maillot de bain.



☞ Faire lire, ou lire raconter une histoire de pirates.

Groupes de pirates: Chaque enfant choisit un caillou qui lui plaît. Essayer de faire des groupes de pirates en fonction de la taille des cailloux, de leur couleur et de leur forme. Chaque groupe dessine, au moyen de ses cailloux, un cercle d'env. 10 m de diamètre (= territoire ou "bateau"). Les cercles sont plus ou moins espacés, en fonction de la place à disposition.

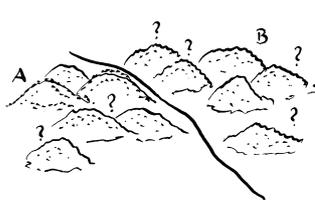
- **Cible:** les enfants dessinent ou posent des cercles complémentaires à l'intérieur de leur territoire pour obtenir une cible géante, dont chaque cercle correspond à une zone de points. Les règles du jeu sont élaborées au sein de chaque groupe de pirates. Exemples: 1. Lancer depuis l'extérieur du cercle. 2. Pour gagner, il faut marquer exactement 100 points. 3. Le dernier lancer sera effectué avec l'autre main. 4. L'équipe gagnante aide la dernière équipe; la deuxième aide l'avant-dernière, etc.
- Construire un petit bonhomme de pierre au centre du cercle et le couvrir d'un morceau d'écorce, signe distinctif du navire. A un signal donné, les pirates partent à l'"attaque" et essaient de s'approprier un bateau adverse en renversant le bonhomme de pierre.



☞ Les enfants apportent leur propre caillou teinté ou peint: voir bro 7/3, p. 13; inscrire les résultats sur le sable à l'aide d'un morceau de bois.

🎯 On ne peut lancer que depuis l'extérieur du cercle et depuis un secteur de lancer délimité.

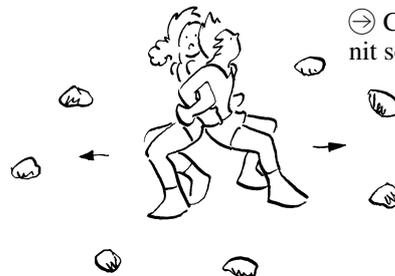
Cachette: Les enfants enterrent un "fanion" (pierre) de chacune des équipes adverses dans le sable sur leur territoire. Ils peuvent surveiller leur "butin". Si quelqu'un se fait toucher par un garde à l'intérieur d'un territoire adverse, il ne peut plus revenir à cet endroit et doit, le cas échéant, restituer le "fanion". Combien de pierres chaque groupe pourra-t-il récupérer?



❗ Discussions sur la tactique à adopter: qui va chercher les "fanions", qui défend le territoire?

Combat des chefs: Certains enfants veulent devenir chefs de leur groupe et défient les autres pirates en combats singuliers. Exemples:

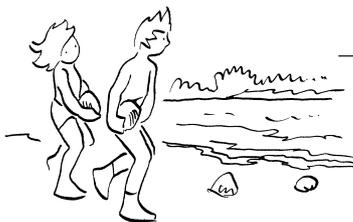
- Dos à dos, accrochés par les bras, essayer de pousser l'autre à l'extérieur d'un cercle.
- Se marcher dessus: tous dans un cercle, les enfants essaient de se marcher sur les pieds. Les "victimes" quittent le cercle et ont une tâche supplémentaire.
- Papier-caillou-ciseau: deux enfants sont face à face, mains derrière le dos. Tous deux disent: "papier-caillou-ciseau, un-deux-trois!". A "trois!", ils avancent rapidement une main et montrent un papier (main tendue, à plat), un caillou (faire le poing) ou un ciseau (deux doigts écartés). Le papier gagne contre le caillou, le ciseau contre le papier et le caillou contre le ciseau.



☞ Chaque groupe de pirates définit ses propres rituels.

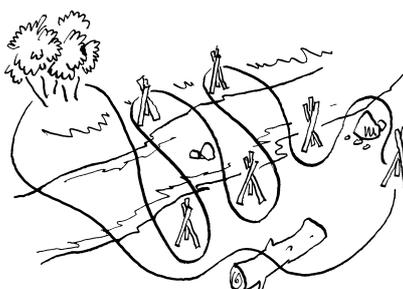


Courses sur le rivage: Un groupe prépare un parcours que les autres devront réaliser. Une grande partie du trajet passe par l'eau. Les membres du groupe peuvent compliquer la tâche des coureurs de manière active, p.ex. en créant des vagues ou en éclaboussant les participants à chaque passage.

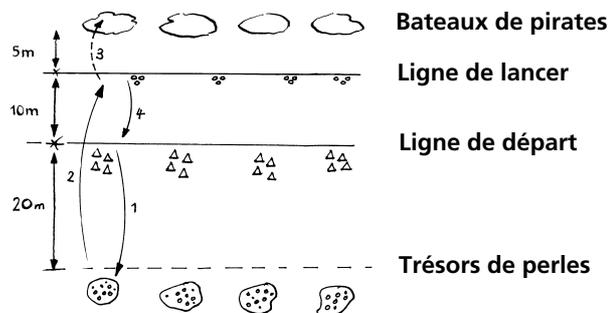


Cross aquatique: Les enfants doivent, en un temps record, ramasser toutes les pierres colorées dispersées (tous les 50 à 100 pas) sur le rivage et dans l'eau.

- Course d'orientation sur le rivage: les pierres sont réparties de manière irrégulière. Leur emplacement est indiqué sur une "carte de sable" dessinée par un enfant sur le sable, à un endroit central.
- Course au croquis: ensemble, les enfants ont réalisé, en classe, un croquis du rivage. Des postes y sont indiqués. Quel groupe pourra tous les trouver?



Chasse aux perles: A un signal donné, le premier enfant d'un groupe de 4 court jusqu'au "trésor de perles" (petit tas de 15 pierres) (1), prend une "perle", court jusqu'à la ligne de lancer (2) et essaie, depuis cette ligne, de lancer sa perle dans son "bateau de pirates" (corde à sauter formant un cercle, secteur entre deux lignes ...) (3). S'il réussit, il va donner le départ au suivant en lui tapant dans la main (4). Si la perle manque sa cible et tombe dans la "mer", il peut refaire un essai avec l'une des trois perles de réserve se trouvant près de la ligne de lancer. Quelle équipe termine en premier? Qui a le plus de perles à l'intérieur du bateau?



Bateau de pirates: Deux groupes (les pirates et les insulaires) s'affrontent. Dessiner un bateau de pirates sur le sable. Diverses "passerelles" (lignes sur le sable, év. planches ou branches) mènent au bateau. Une branche (év. avec drapeau de pirate symbolique) est plantée au milieu du bateau. Les pirates essaient d'attraper les insulaires en les touchant. Les prisonniers se rendent sur le bateau sans leur résister. Les autres insulaires peuvent libérer leurs compatriotes en empruntant les passerelles. Ils ne peuvent être attrapés sur le bateau (=espace de refuge). Si un insulaire réussit à s'échapper avec le drapeau de pirates (branche) et à le ramener sur son "île" (cercle dessiné, à l'aide de pierres), les pirates sont vaincus. Si, inversement, les pirates réussissent à capturer tous les insulaires et à les garder sur leur bateau, ce sont eux qui ont gagné.



Couler les bateaux: Chaque enfant prépare 10 cailloux et essaie de les lancer sur des "bateaux" (objets flottants tels que morceaux d'écorce, morceaux de bois ...) mis à flots par l'enseignant ou par un autre enfant.

- Combien de fois avez-vous touché un bateau?
- Qui atteint sa cible avec l'autre main?
- Qui touche la cible deux fois de suite?
- Qui réussit à toucher avec la main droite, puis tout de suite après, avec la main gauche?
- Qui atteint ...?



⊙ Laisser une distance suffisante entre les objets flottants. Prendre garde aux autres camarades.

4 Dans la neige et sur la glace

4.1 La neige, c'est génial!

Les enfants sont fascinés par les jeux et les glissades dans la neige et sur la glace. Infatigables, ils enchaînent toutes sortes de jeux qui leur procurent des sensations de glisse. Ils sont si enthousiasmés qu'ils en oublient parfois les autres enfants. Les enseignants doivent être conscients de cela.

Une activité avec beaucoup d'enfants est possible grâce à une bonne organisation, des consignes claires et la constitution de plusieurs groupes. Des vêtements appropriés et chauds sont indispensables. Les enfants emmènent leur propre luge (bob), un sac en plastique et/ou une chambre à air de voiture gonflée.

Les parents doivent être informés à l'avance. Peut-être l'un d'entre eux accompagnera-t-il la classe lors de la sortie dans la neige ou pourra-t-il aider l'enseignant(e) dans son organisation.

**Nous jouons
dans la neige!**

Echauffement, en cercle: Tous les enfants sont en cercle et se donnent la main. L'enseignant(e) donne le rythme en piétinant la neige et accompagne le mouvement avec des mots, des vers ou un chant.

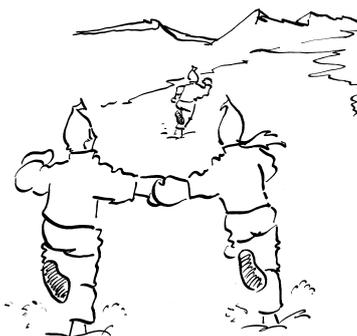
- Tous les enfants piétinent la neige selon un rythme imposé. L'enseignant(e) commence et dit, dans un rythme régulier de 4 temps: "J'm'a (1) -pelle (2) Ri (3)-ta (4). Puis les enfants piétinent à nouveau 4 fois. Un enfant reprend à son tour, etc.
- Est-il possible d'accélérer le tempo?
- Aussi en frappant dans les mains, sur les cuisses.



☞ L'enseignant(e) crée l'ambiance!

Jeux de courses, de lancers et de poursuites: Les enfants proposent des jeux de poursuites connus. Les règles du jeu, à savoir la grandeur du terrain, la manière d'attraper, de lancer ou de toucher, les possibilités de délivrer un(e) camarade, etc. sont définies en commun. Exemples:

- Deux-quatre-deux: l'enseignant(e) ou un enfant commence à chasser. Dès que quelqu'un est attrapé, on obtient une paire qui poursuit la chasse. Dès que le quatrième enfant est attrapé, on obtient deux paires, etc. L'enfant attrapé en dernier a gagné et peut, p.ex., choisir un nouveau jeu ou chasser en premier.
- Viser les pieds: chaque enfant essaie d'atteindre le pied des autres avec une boule de neige. Les enfants se tenant sur un pied ne peuvent pas être touchés.



🎯 Définir les règles du jeu avec précision et délimiter le terrain.

Jeux dans la neige, par postes: La classe est subdivisée en 3 groupes. L'enseignant(e) explique les trois postes et impose certaines règles de conduite aux enfants. Ceux-ci jouent de manière indépendante. L'enseignant(e) surveille, encourage, motive, etc. Exemples de parcours:

- Piste de glisse sur sac en plastique.
- Piste de luge (bob).
- Piste pour chambres à air de voitures ou autres.



⚠ Prévoir le matériel adéquat, laisser aussi les enfants apporter leur matériel personnel.

Flocons de neige: Par groupes de 6, les enfants dessinent un cercle dans la neige. Ils se tiennent par la main et, bras tendus, se penchent en arrière. Soudain, ils se lâchent tous ensemble et se laissent tomber dans la neige qui amortit leur chute.

- Tempête de neige: creusez avec les mains et projetez la neige vers l'extérieur, vers l'avant ou vers l'arrière, entre les jambes, comme si une tempête faisait rage.
- Lancer une boule de neige en l'air et attendre courageusement qu'elle retombe, sans la regarder. Quelle est ta réaction si tu la reçois sur la tête? Les enfants essaient de se positionner de manière à recevoir la boule de neige sur l'épaule droite, sur la gauche.
- Simultanément, tous les enfants lancent chacun deux boules de neige en l'air, à la verticale, et attendent, tête rentrée dans les épaules, que toutes les boules soient retombées.
- Etoile filante: Les enfants lancent une grande quantité de boules de neige en direction des étoiles. Des boules se télescopent-elles?

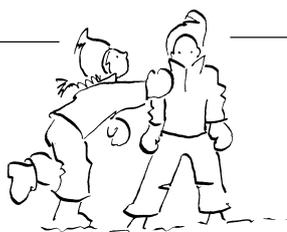


⚠ Toujours veiller à ce que tous les enfants participent.

🗣 Expression orale: (faire) raconter une histoire ou un conte.

Chasse au lapin: 6 chasseurs essaient d'attraper les lapins qui peuvent de se réfugier dans un "flocon de neige" (voir ci-dessus). Les lapins touchés sont transformés en "glaçons" et restent sur place, jambes écartées. Les lapins en liberté peuvent les délivrer en se faufilant entre leurs jambes.

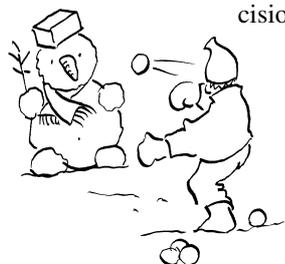
- Les "glaçons" sont délivrés s'ils réussissent à attraper une boule de neige lancée par un lapin.



➔ Autres formes de courses et de poursuites: voir "Courir", bro 4/3, p. 5 ss.

Bonhomme-hiver: Tous ensemble ou par groupes, les enfants créent un bonhomme-hiver. Celui-ci porte un chapeau (carton, boîte de conserve, ballon ou autres). Des lignes de lancer entourent le bonhomme-hiver.

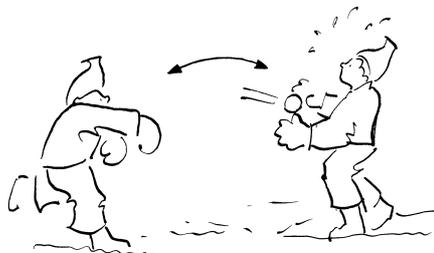
- Qui réussit à atteindre le bonhomme-hiver?
- Qui touche son ventre, son bras gauche, sa tête, son chapeau?
- Bonhomme-poursuite: Le premier enfant touché doit "donner la main" au bonhomme-hiver. Le second donne la main au premier et ainsi de suite. Les chasseurs sont-ils capables "d'enchaîner" toute la classe? Il est possible de libérer la chaîne en touchant l'un des enfants qui la composent. Plusieurs chasseurs.



➔ Autres jeux de lancers de précision: voir bro 4/3, p. 22 ss.

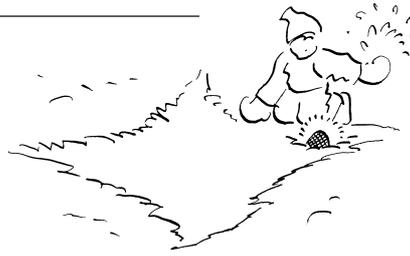
Comètes: Par paires, les enfants se lancent des "comètes" (boules de neige) et essaient de les rattraper. A combien de reprises une seule et même comète peut-elle être lancée et attrapée sans se décomposer?

- Zones de lancer: de combien de lancers, év. de boules une paire a-t-elle besoin pour obtenir 20 points?
- Lancer loin, par deux: A lance une boule de neige le plus loin possible dans la direction indiquée par l'enseignant(e). B lance à son tour depuis le point d'impact de la première boule, etc. De combien de lancers l'équipe a-t-elle besoin pour couvrir une distance définie? Qui en aura le moins?
- Remplir une vieille chaussette ou un vieux collant avec de la neige et la (le) lancer le plus loin ou le plus haut possible.



Chasse aux trésors: Les enfants dissimulent des pierres colorées dans un secteur appartenant à un autre groupe. Quel groupe trouvera-t-il tous ses trésors?

- Les pierres servent d'yeux à diverses sculptures animales. Créations sur le thème du "zoo".
- Les pierres servent d'instruments de percussion: les enfants courent sur place, sautillent tous ensemble ou interprètent une "danse des neiges", en rythme.



➔ Pierres magiques: voir bro 7/3, p. 13

Piste de glisse: Tous les enfants ont apporté un sac en plastique. En quelques minutes, ils essaient de construire une piste de glisse.

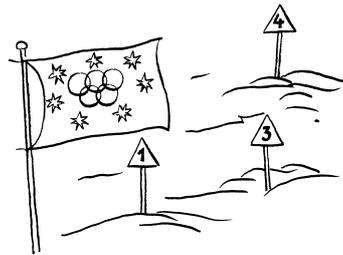
- Descendre sur la piste: assis, debout, à plat-ventre, avec élan ...
- Glisser loin: on peut prendre de l'élan jusqu'à une certaine marque après laquelle il n'est plus permis de se pousser. Qui glisse le plus loin?
- Trouver d'autres formes ludiques et de compétitions.



❗ Emporter une quantité suffisante de sacs de réserve, év. aussi des chambres à air de voitures gonflées (que l'on peut se procurer, sur demande préalable, dans un garage ou dans un commerce de pneus).

Olympiades hivernales: Diverses formes ludiques et d'estafettes individuelles ou par équipes sont possibles:

- Estafettes ou courses en neige profonde.
- Concours de jonglage avec des boules de neige.
- Duels: debout sur des sacs en plastique, les enfants essaient de se tirer et de se pousser dans la neige.
- Course de chiens de traîneaux sur neige bien damée: un enfant assis ou debout sur un sac en plastique se laisse tirer par deux autres enfants.
- Lancers de précision: lancer dans un sac en plastique tenu ouvert.



Glaçons: Groupes de 6: un enfant est au centre, debout, raide comme un glaçon, et commence à tomber. Heureusement, les 5 autres enfants sont là pour rattraper le glaçon avant qu'il ne se casse et le remettent debout, mais il tombe toujours à nouveau...

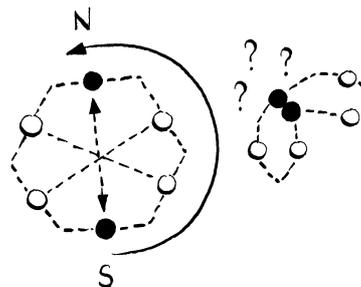
- Faire fondre le glaçon: tout le groupe frotte énergiquement le "glaçon" pour le faire fondre. Changer.
- Comme des éléphants, les enfants se frottent les uns contre les autres pour se réchauffer ou se saluent comme les esquimaux.
- Froid aux mains: nous présentons un concert en frappant un rythme dans les mains d'un(e) camarade.



➔ Tenue du corps/coopération/combinaisons: voir bro 3/3, p. 29

Pôle Nord et Pôle Sud: Les enfants sont par groupes de 6 et forment un cercle en se donnant la main. Deux enfants opposés (= pôles) se repoussent. Par des mouvements habiles et des brusques changements de direction, le groupe essaie tout de même de les rapprocher. Y parviendront-ils? Changer les rôles.

- Le groupe se déplace en cercle. Chaque enfant a un pôle opposé direct. Au signal (d'un enfant ou de l'enseignant) "Pôle Nord!", tous les enfants se lâchent les mains et les pôles nord poursuivent leur pôle sud opposé. Le pôle sud aura-t-il le temps de se réfugier au-delà d'une ligne désignée préalablement? Un enfant ayant réussi à échapper pourra désigner le pôle suivant.



🕒 Connaissance de l'environnement: où se trouvent ces pôles? Où habitent les pingouins?

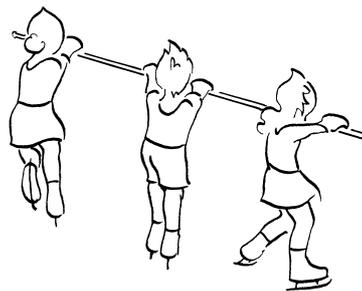
4.2 Sur des patins

Sur les patins, les enfants aiment se lancer des défis. Les grandes différences de niveaux d'apprentissage exigent un enseignement différencié (notamment par un enseignement mutuel). Un bon équipement est indispensable. Autres exercices et formes ludiques propice à l'apprentissage: ➔ voir bibliogr. bro 6/3, p. 24.

Ensemble, nous apprenons à patiner et nous aidons les uns les autres.

Jeux d'accoutumance: Deux enfants exercés (A et B) tiennent chacun l'extrémité d'un bâton. L'enfant débutant (C) se tient au milieu et se laisse tirer ou pousser.

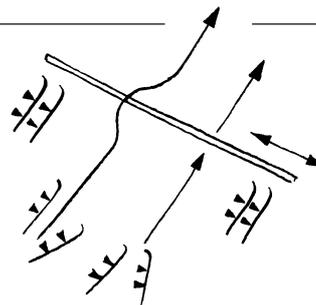
- Lâcher tantôt la main droite, tantôt la main gauche.
- Lâcher brièvement et frapper dans les deux mains.
- Fléchir les genoux et se baisser comme pour skier.
- Sur une jambe, comme une patineuse artistique.
- Les deux aides peuvent-elles changer de côté sans négliger leur soutien?
- Les aides peuvent-elles aussi patiner en arrière, en cercle, l'une en avant et l'autre en arrière?
- Par groupes de 3, les enfants préparent un programme qu'ils peuvent répéter et présenter aux autres.
- Deux enfants et deux bâtons: A et B ont chacun un bâton avec lequel ils tirent ou poussent C.



⚠ Toutes les formes décrites ici pour le patin à glace sont aussi réalisables sur des patins à roulettes. Le cas échéant, le port du casque, de protections pour les poignets, les genoux et les coudes est vivement recommandé. Les cannes de unihockey peuvent idéalement remplacer le bâton.

Jeux de portes: Deux enfants forment une porte en tenant un bâton. Si la porte est haute, les autres enfants passent dessous; si la porte est basse, ils doivent le franchir. Les portes peuvent aussi se déplacer.

- Les plus expérimentés peuvent jouer au chat et à la souris: la souris peut passer sous une porte, le chat doit toujours la contourner.
- Balle interceptée: l'équipe qui réussit à rouler sa balle sous une porte (mobile) obtient un point. Les portes ont une attitude neutre.
- Jouer la balle avec des cannes de unihockey.

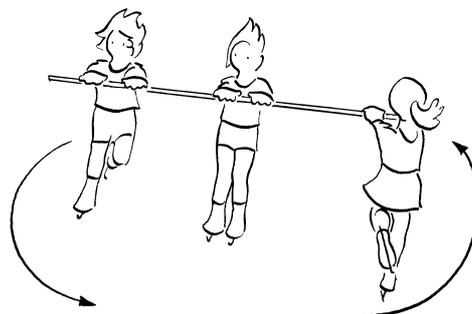


⚠ Attribution différenciée des rôles. La subdivision en petits groupes augmente l'intensité et les chances de succès.

Jeux en cercle: Deux enfants se tiennent à un bâton. Un enfant (l'ancre) reste sur place pendant que l'autre (la toupie) se déplace en cercle, en avant et en arrière. L'ancre tourne sur place (prudence!).

- Dès qu'une "toupie" a pris son élan, elle se lâche et essaie de glisser jusqu'à une autre "ancre". Tous les enfants changent de rôle.
- Slalom: les ancres sont en ligne, à une distance d'env. 3m les unes des autres; à chaque demi-tour, la toupie passe à l'ancre suivante.
- L'enseignant(e) est au milieu et tient deux bâtons par ses extrémités. Les enfants s'y cramponnent, les débutants plutôt au centre du cercle, les autres à l'extérieur. Qui peut se déplacer en arrière?
- Deux enfants tiennent un bâton, l'un de la main gauche, l'autre de la main droite, de manière à regarder dans des directions opposées. 2-4 enfants se tiennent aussi au bâton et tout le groupe se met en mouvement. Les enfants placés aux extrémités peuvent lâcher si la vitesse devient excessive (prévoir un dégagement suffisant!).

⊕ Espace suffisant!



Avancer, tourner et freiner: Les enfants contournent les anneaux/cerceaux posés sur la glace. Ils ramassent les balles se trouvant dans certains cerceaux et les reposent dans des cerceaux libres. Quelles sont les différentes manières de ramasser ou de poser les balles?

- Défendre: Quelques enfants protègent leurs "perles" contre les voleurs. Si un voleur est touché, ce dernier doit faire un tour de patinoire ou exécuter une autre tâche. Les défenseurs peuvent s'entraider.
- Tous les enfants se pavanent fièrement comme des coqs avec un anneau sur la tête. Si ce dernier tombe à terre, le coq doit p.ex. chanter, puis réaliser une certaine tâche motrice.
- Le maître et son chien: le chien se tient toujours à la même distance et du même côté de son maître (p.ex. à sa droite).
- Le chien et son maître: le chien peut aller où il veut et son maître / sa maîtresse doit le suivre partout où il va.

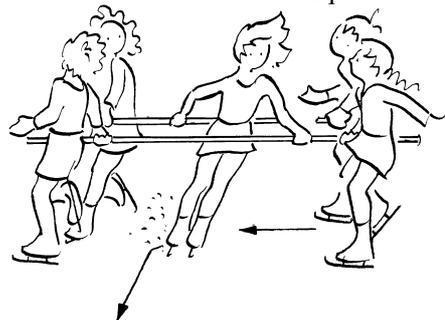
⇒ Utiliser des anneaux de plongée rigides ou autres.



Se tenir à la barrière: Un enfant se tient entre deux bâtons tenus à chaque extrémité par quatre enfants. Il dirige ses camarades et leur indique la direction à prendre en tirant d'un côté ou de l'autre avec ses mains ou en mettant ses patins de travers. Changer les rôles après un temps donné.

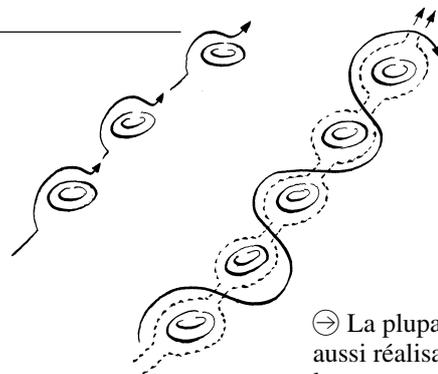
- L'enfant se trouvant au centre franchit des obstacles (p.ex. des marques ou des objets) en s'appuyant sur les bâtons.
- L'enfant se trouvant au centre avance en gardant les yeux fermés, dans un premier temps, en se tenant aux bâtons. Qui a le courage de lâcher les mains? Dans tous les cas, les gardes protègent l'enfant "aveugle" en l'assistant avec les bâtons.
- Prisonnier: l'enfant placé au milieu essaie de s'échapper, mais les gardes l'en empêchent à l'aide des deux "barreaux" de la prison.
- Parcours d'orientation: L'enfant au centre ferme les yeux et se tient aux bâtons. Les quatre autres enfants réalisent un parcours en silence. Après un certain temps, l'enfant "aveugle" stoppe le convoi et tente de deviner l'endroit où il se trouve. Changer les rôles.

⇒ Utiliser des bâtons de gymnastique.



Courses de lignes: Les lignes peuvent être exploitées de multiples manières: patiner sur une ligne, entre deux lignes, sur une jambe, etc.

- Rester sur la ligne ou longer le bord gauche, le bord droit de la ligne.
- Essaie d'enjamber, de franchir, ou de contourner divers objets posés sur la ligne.
- Slalomer entre les enfants qui longent une ligne et se placer en tête de file.
- De ligne en ligne, à l'aveugle! Quelqu'un te pousse légèrement aux hanches. Laisse-toi glisser jusqu'à ce que tu penses avoir atteint l'autre ligne.
- Entre les lignes: essayez de vous pousser ou de vous tirer mutuellement au-delà d'une ligne.



⇒ La plupart des exercices sont aussi réalisables sur patins à roulettes.

Sources bibliographiques et prolongements

AMICALE EPS:	Le plein air ... un jeu d'enfant. Editions EP.S. Paris.
BUCHER, W.:	Manuel fédéral de natation. Commission fédérale de Sport. OFIM. Berne 1993.
BUCHER, W.:	1000 exercices et jeux de natation. Vigot. Paris 1986.
COLLECTIF D'AUTEURS:	Faites vos jeux: recueil des annexes pratiques de la brochure "Education physique à l'école". ASEP. Berne 1996.
COLLECTIF D'AUTEURS:	Natation : le fichier de l'élève. Editions EP.S. Paris.
CPD/CPC GIRONDE:	Natation à l'école élémentaire: 17 repères. Editions EP.S. Paris
FLUCKIGER, E.:	Le guide pratique de la place de jeu. ASEP. Berne 1992.
FLURI, H.:	1000 exercices et jeux de plein air. Vigot. Paris
LAMOUREUX, P.:	Patinage. 72 jeux pour l'école élémentaire. Editions EP.S. Paris 1991.
MADELENAT, G.:	Jeux aquatiques. Editions EP.S. Paris.
MINISTERE DE L'EDUCATION NATIONALE:	Les activités d'orientation. Editions EP.S. 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.
SANGLARD-VALLAT, C.:	De l'accoutumance à l'eau à ... la natation (livre + vidéo).Editions CEMEA. Genève 1997.
VERNHES, F.:	Fichier jeux et activités nature (dès 6 ans). Les Francas, Jeunes années. Paris.
ZIOEJEN, M: ET COLL.:	Education physique à l'école (n° 9): plein air. Commission fédérale de sport. Berne 1982.

CASSETTES VIDEO

ECOLE FEDERALE DE SPORT DE MACOLIN:	Série de cassettes vidéo sur les diverses disciplines aquatiques. EFSM. Macolin.
ECOLE FEDERALE DE SPORT DE MACOLIN:	Norda. Initiation à la course d'orientation. EFSM. Macolin.

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