

■ Gymnastique enfantine: leçon d'expérimentation avec postes

Excursion dans le monde animal africain

Nos enfants deviennent-ils de moins en moins mobiles? Perdent-ils le plaisir de faire les fous, de sauter, d'escalader et de courir? Nous les moniteurs avons la possibilité, grâce à des leçons de gym intéressantes, drôles et motivantes, de réagir contre cette image dérangeante. Sur mandat de la Fédération suisse de gymnastique, une brochure spécifique a été publiée dans cette optique. Jürg Baumberger, Urs Müller et Sonja Lienert ont élaboré les «Tests de base», une formation de base polysportive, avec beaucoup d'engagement et de savoir-

faire. Le test 1, destiné à la catégorie d'âge des cinq – six ans, constitue la base de cette «Excursion du monde animal africain». Les tests de base sont disponibles auprès de la Fédération suisse de gymnastique, vente, case postale, 5001 Aarau, téléphone 062 837 82 68, fax 062 824 14 01, courriel: verkauf@stv-fsg.ch

Objectif

Les enfants exercent les activités de base.

Organisation

Dans la mesure du possible, les postes sont installés avant la leçon de gym. Si cela n'est pas possible, on laissera tomber deux postes afin de disposer de suffisamment de temps pour effectuer l'installation avec les enfants. L'important est de distribuer leurs tâches aux enfants avec précision, de manière à ce chacun sache quel matériel il doit transporter dans la salle et avec qui. Les postes sont répartis dans les bords de la salle afin de laisser le centre libre pour les jeux.

Introduction/échauffement

15 minutes

Un document comprenant 24 images d'animaux est joint aux tests de base. La monitrice l'utilisera pour en faire un memory. Un memory des animaux pour enfants peut également faire l'affaire.

La monitrice s'assied en rond avec les enfants et leur demande: «Savez-vous où se trouve l'Afrique?» «Que savez-vous de l'Afrique?» «Connaissez-vous des animaux qui vivent en Afrique?»

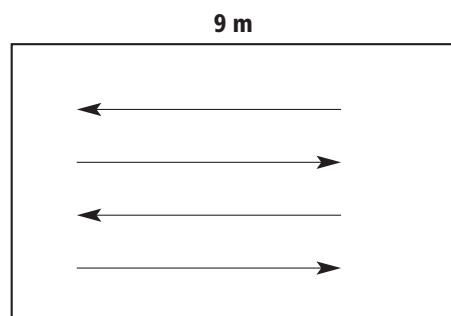
Chaque enfant donne le nom d'un animal. Si cet animal se trouve dans le memory, l'enfant reçoit les deux cartes et monte aux autres quelque chose qu'il connaît à propos de «son» animal (cri, démarche, particularité). Tous les enfants répètent ce qui a été montré.

Qu'est-ce que les enfants retiennent de ce qui a été présenté?

La monitrice définit un parcours de 9 m de long. La moitié du terrain de volleyball, marqué en bleu, peut être utilisée à cet effet. D'un côté se trouve la ligne de départ. L'autre côté, où l'on fait demi-tour, est indiqué par deux piquets. C'est là que les enfants dé-

posent leurs cartes de memory retournées sur le sol. Au départ, les enfants sont répartis en deux groupes.

Un enfant par groupe court vers les cartes et en retourne une. Au retour, il essaie d'imiter l'animal représenté par la carte retournée comme il avait été montré durant la première partie.



Partie principale

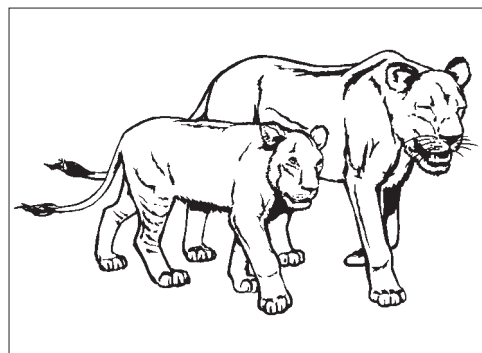
30 minutes

Thème

Les différents postes permettent aux enfants de faire connaissance avec les animaux et leur environnement.

Déroulement

Les postes sont marqués par des piquets. A chacun de ces piquets est suspendue l'image d'un animal qui vit dans cet environnement. Les enfants ont trois minutes à chaque poste et 30 secondes pour les changements de poste.



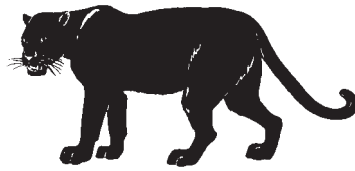
Photos: Mario Gaccioli

Poste 1

(escalader, ramper, franchir)

Matériel

Corde magique, chiffons



Le tigre et la panthère se faufilent silencieusement à travers les buissons.

La corde magique est fixée dans tous les sens aux espaliers. Des chiffons sont noués à la corde. Les enfants explorent ce poste de toutes les façons possibles (grimper, ramper par-dessous, passer par-dessus la corde, etc.).

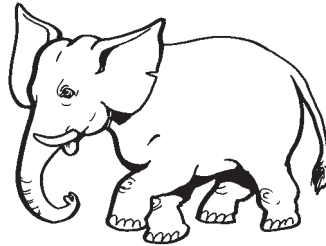


Poste 2

(balancer)

Matériel

Bancs, cordes pour fixer



L'éléphant piétine les taillis et traverse d'étroites passerelles.

Variante facile: un banc retourné avec le côté étroit vers le haut.

Variante difficile: deux bancs croisés (balance), fixés avec les cordes.



Poste 3

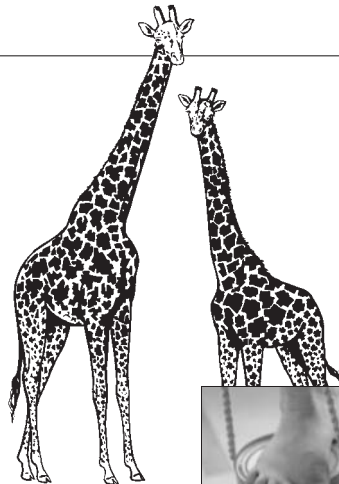
(balancer, tirer, marcher, coordonner)

Matériel

Piquets, échasses de confection maison

Les échasses sont fabriquées avant la leçon avec de grandes boîtes de conserve.

(Enlever complètement le couvercle du fond et percer un trou à droite et à gauche à 1 cm du bord supérieur). Tisser des cordelettes avec des restes de laine ou du coton épais, passer celles-ci dans les trous et les nouer à l'intérieur de la boîte).



La girafe parade dans la steppe sur ses longues jambes.

Délimiter un parcours de 6 m de long par deux piquets. Les enfants peuvent aller et venir sur ce parcours en paradant sur les échasses confectionnées auparavant.

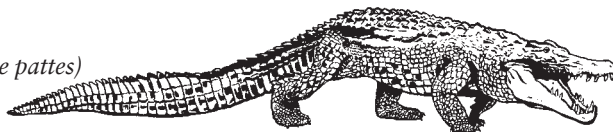


Poste 4

(ramper, marcher à quatre pattes)

Matériel

Deux grandes cordes à sauter



Des crocodiles nagent tranquillement à travers l'eau et rampent sans bruit sur la berge.

Le fleuve est délimité par les deux cordes à sauter. Sur le ventre, les enfants rampent et nagent à travers le fleuve. Ils effectuent le retour sur la berge (un côté des cordes) à quatre pattes.



Poste 5

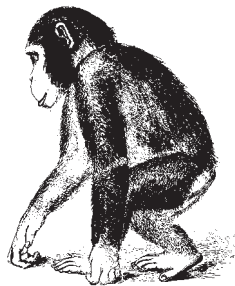
(se suspendre, se balancer, escalader)

Matériel

Grande corde, tapis de 16 cm

Les singes se balances de branche en branche.

Les tapis sont placés sous la grande corde. Les enfants se balancent à la corde. Qui veut essayer de passer de corde en corde.



Poste 6

(courir, jogger, sautiller, sauter)

Matériel

Un puzzle d'animaux, des motifs de la jungle. (Attention, pas de trop grand puzzle!).

Les gazelles traversent la plaine comme l'éclair.

Un parcours de 9 m est marqué par deux piquets. L'un des piquets représente le départ, où l'on reconstituera le puzzle. Les pièces du puzzle sont déposées en vrac près de l'autre piquet. L'enfant court d'un piquet à l'autre, prend une pièce du puzzle et vient la placer au bon endroit près de l'autre piquet. Au retour, les enfants peuvent jogger, sautiller ou marcher.



Tests de base

Formation de base polysportive pour les enfants de 5 à 10 ans

Les tests de base de la Fédération suisse de gymnastique, avec leurs exercices et formes de jeu, ont pour but d'amener les enfants âgés de 5 à 10 à notre culture du mouvement et du sport et de contribuer à les soutenir dans leur développement psychique et physique grâce à une offre diversifiée de mouvement adaptée à leur catégorie d'âge.

Conception

La série de tests proposée compte trois tests. Chaque test est conçu pour une tranche de deux années de naissance et vise les capacités sportives de la catégorie d'âge concernée.

Test 1: pour les 5/6 ans
Test 2: pour les 7/8 ans
Test 3: pour les 9/10 ans

Les tests ont été principalement conçus pour les enfants et jeunes des sociétés de gymnastique. Mais ils peuvent également être utilisés dans l'enseignement du sport à l'école. Les exercices des tests et les formes de conception s'adressent à l'ensemble de l'appareil moteur et contribuent à concevoir des leçons ciblées et adaptées aux enfants sur une période prolongée. Dans la brochure «Tests

de base», les moniteurs de groupes enfantine et jeunesse découvriront d'innombrables idées sur les thèmes suivants:

- bouger sur des rythmes
- se produire, danser
- se balancer, grimper, tourner
- courir, sauter, lancer
- jouer
- s'orienter à l'extérieur
- endurance

L'apprentissage et le passage d'un test se révèlent très motivant pour l'enfant car ils représentent un objectif à atteindre. C'est pourquoi les exercices des tests devraient toujours être introduits en conclusion d'une unité thématique.

Un test est réussi lorsque les six exercices du test de la catégorie d'âge concernée sont effectués. L'enfant reçoit alors l'insigne correspondant.

Source:

La brochure et les insignes des tests sont disponibles auprès de la Fédération suisse de gymnastique, vente, case postale, 5001 Aarau, téléphone 062 837 82 68, fax 062 824 14 01 ou courriel: verkauf@stv-fsg.ch, prix Fr. 15.– (frais d'envoi en sus).

Jürg Baumberger, Urs Müller, Sonja Lienert



Poste 7

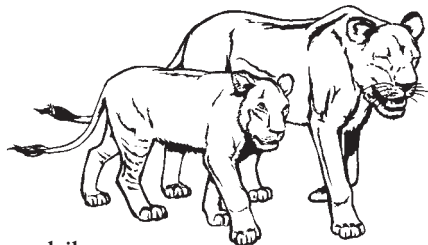
(Poste de récupération)

Matériel

Mémoire

Les lions paressent et jouent au soleil.

Les enfants jouent au mémoire et profitent de ce poste pour reprendre leur souffle.



Poste 8

(tendre, tourner, rouler, se suspendre, se balancer)

Matériel

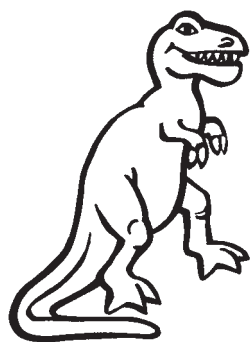
Barre de reck à hauteur de poitrine, tapis

Les perroquets font les fous dans les branches.

La barre de reck est placée à hauteur de poitrine. Les enfants peuvent ainsi essayer différentes variantes (tendre, tourner, se suspendre, se balancer).



Conclusion



15 minutes

Les enfants reviennent s'asseoir en cercle.

Question: «Aujourd'hui, nous avons fait connaissance avec de nombreux animaux. Lesquels? Pouvez-vous imaginer qu'il y a peut-être dans la forêt vierge des animaux que personne ne connaît?»

Les enfants sont divisés en groupes de quatre et répartis dans toute la salle. Les groupes ont quatre à cinq minutes pour imaginer un monstre. La monitrice observe les groupes et les aide en leur donnant des tuyaux. Le monstre peut être couché, debout, un enchevêtrement des quatre en-

fants, etc. Chaque groupe présente son monstre aux autres. Qui découvre ce que ça pourrait être?

Pour terminer la leçon, on s'assied une dernière fois en cercle. Tous mettent les mains au milieu, prennent chacun une main et forment ainsi un nœud gordien. On revient une fois encore sur ce que les enfants ont vécu durant la leçon. Effectuer ensemble un voyage à travers le vaste continent africain et faire connaissance avec tous ces animaux unit et rend fort – très fort – aussi fort que ce nœud gordien.

Les enfants défont le noeud sans lâcher aucune main.

Barbara Badertscher/cg

