

## Annexe 2 : J+S-Sport des enfants: Athlétisme – Aperçu MP 2015/2016

### Jouer

#### Auteur

Nicola Gentsch, chef-expert J+S Sport des enfants / expert Athlétisme J+S

#### Buts / Objectifs pédagogiques

En référence au thème de perfectionnement J+S Sport des enfants 2015/2016 et à la brochure „J+S Sport des enfants - Jouer“, 5 leçons types d'athlétisme ont été créées pour le module de perfectionnement.

Il s'agit de leçons de base destinées aux enfants de 7-10 ans.

Certaines parties de ces leçons peuvent être utilisées telles quelles pour les cours MP.

Les leçons Courir, Sauter et Lancer sont des leçons-types permettant d'utiliser les exercices avec les enfants sans les adapter. Les leçons UBS Kidscup Team et tests d'athlé sont des leçons qui montrent comment la thématique peut être transmise aux participants à l'aide d'exemples pratiques.

Les cahiers pratiques Mobile Courir, Sauter et Lancer Kids ont servi à élargir les leçons.

#### Classement des formes de jeu de la brochure „Jouer“ dans les disciplines d'athlétisme

|            | Jeux libres<br>(p.26 /27) | Jeux de perception<br>(p.28/29) | Jeux de changement de place<br>(p.30-33) | Jeux de course et estafettes<br>(S.34/35) | Jeux de réaction<br>(p.36/37) | Jeux de poursuite<br>(p.38-41) | Jeux de cache-cache<br>(p.42/43) | Jeux de lutte et de combat<br>(p.38-41) | Jeux de balle brûlée et de balle Alaska<br>(p. 46/47) | Jeux d'adresse<br>(p.48-49) | Jeux de lutte pour le ballon<br>(p.50/51) | Jeux de tirs au but<br>(p.52/53) | Jeux de renvoi<br>(p.54/55) |
|------------|---------------------------|---------------------------------|--|---|-------------------------------|--------------------------------|----------------------------------|---|---|-----------------------------|---|----------------------------------|-----------------------------|
| Courir (1) | x                         | x                               | x  | x   | x                             | x                              | x                                |   | x   | x                           | x   | x                                | x                           |
| Sauter (2) | x                         |                                 | x  |   |                               |                                |                                  |   |   |                             |   |                                  |                             |
| Lancer (3) | x                         |                                 | x  |   |                               |                                |                                  | x                                       | x   | x                           | x   | x                                | x                           |

**Légende:** Plus la coloration de la forme de jeu est foncée, plus le domaine respectif (Courir, / Sauter /Lancer) est fortement entraîné.

*Dans les leçons-types certaines formes de jeu de la brochure de jeux sont reprises, expliquées et complétées avec des variations spécifiques à l'athlétisme!*

Toutes les formes de jeu de la brochure "Jouer" peuvent être organisées 5:5. Les jeux ont été classés selon les niveaux de difficulté Facile, Moyen et Difficile. Dans pratiquement toutes les formes de jeu, au moins une des trois formes de base Courir, Sauter ou Lancer est entraînée.