

Leçon pour familles et enfants: Le rouleau de papier journal

Tout le monde a chez soi quelques journaux et du ruban adhésif. Cela tombe bien, car ces objets permettent de bricoler un super accessoire de sport: le rouleau de papier journal.

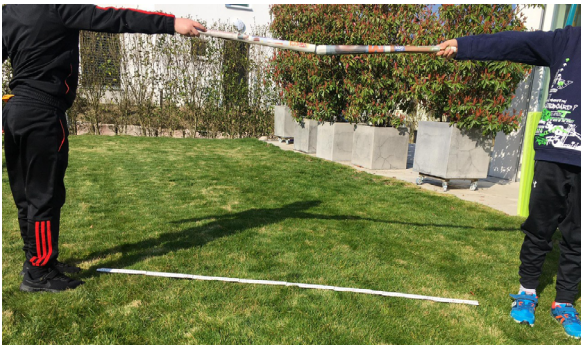
Conditions cadres

- Groupe cible: familles avec enfants
- Degré scolaire: cycle 1
- Durée: env. 30 minutes

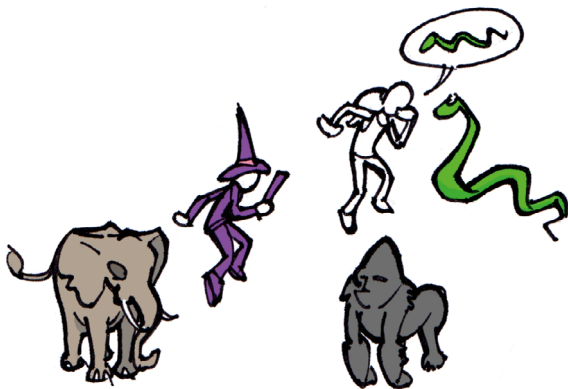
Objectifs d'apprentissage

- Bricoler
- Estimer les distances
- Favoriser la créativité
- Améliorer l'habileté, la force, l'endurance, la vitesse
- Développer la coopération

Indications: Toutes les activités proposées, à l'exception des deux jeux de poursuite, peuvent se déployer dans des espaces restreints. Si vous n'avez pas de jardin, adaptez les deux poursuites en modifiant le mode de déplacement pour réduire le tempo et la place nécessaire au jeu. Le plus important reste de garantir la sécurité de l'activité! Libérez donc le «terrain» de tout objet inutile, évitez les angles et les rebords dangereux à proximité de l'espace de jeu. Car une fois plongés dans l'activité, les enfants ne voient plus les obstacles et les dangers sur leur chemin.

	Durée	Contenus	Illustrations/Organisation
Mise en train	5'	Préparer le matériel Les enfants récupèrent plusieurs journaux et du ruban adhésif (scotch). Ils roulent quelques feuilles ensemble dans le sens de la longueur et les consolident avec au moins trois scotchs. Plus il y a de feuilles, plus l'objet est solide. En fonction de l'envie et des idées, les «épées» peuvent être personnalisées. Matériel: Journaux, ruban adhésif (scotch), rouleaux de journaux	
	2'	Estimer la distance En période de coronavirus, nous devons respecter une distance de deux mètres au moins entre nous. A quoi cela correspond-il exactement? Les enfants prennent chacun leur épée et se placent face à face, comme dans un duel, en essayant de trouver la bonne distance. Matériel: Double-mètre	
	3'	Matérialiser la distance Le papa, ou la maman, pose alors un double-mètre sur le sol entre les enfants. Ont-ils réussi leur mission d'évaluation? Variante • Estimer sa propre taille et la matérialiser sur le sol à l'aide des rouleaux. Mesurer ensuite avec le double-mètre la distance au sol puis sa taille. Correspondent-elles plus ou moins? Matériel: Double-mètre	

	Durée	Contenus	Illustrations/ Organisation
Partie principale	5'	Artistes en herbe: Jeu libre avec les rouleaux Mission: Quelles figures artistiques sais-tu faire avec ton rouleau? Trouves-tu de nouveaux tours d'adresse stimulants? Matériel: Rouleaux de journaux Tâches proposées aux enfants: Etes-vous capables de... • tenir le rouleau en équilibre vertical sur la main? • faire de même avec la «mauvaise» main? • lancer le rouleau en l'air et de le rattraper? • lancer le rouleau en lui faisant faire un salto et le rattraper? • faire tourner le rouleau plusieurs fois en l'air et le rattraper? • lancer le rouleau en l'air, tourner sur vous-mêmes et le rattraper? • etc.	Les enfants expérimentent leurs inventions individuellement. C'est ainsi qu'ils trouvent les meilleures idées qu'ils montrent ensuite à leurs parents! A gauche figurent quelques idées pour s'exercer. Les enfants les auront sans doute imaginées tout seuls.
	5'	Exercices de force avec le rouleau Jouer en position d'appui facial Jouer avec les pieds Jouer en position ventrale Matériel: Rouleaux de journaux, évent. un tapis ou une serviette si le sol est dur ou humide	 Les enfants ont vite tendance à frapper leurs camarades avec le rouleau au lieu de les toucher. Il est important d'établir une règle claire: le chasseur qui frappe un lièvre est «puni» (ranger la table, faire la vaisselle, etc.). Proposition pour faciliter le respect de la règle: la touche ne doit pas faire de bruit.

	Durée	Contenus	Illustrations/ Organisation
Partie principale	5'	Jeux de poursuite Chaque joueur se déplace avec son rouleau. Un chasseur tente de toucher les lièvres avec son rouleau. Celui qui est pris remplace le chasseur. • Si la place est limitée, imposer le mode de déplacement: marcher au lieu de courir par ex. • Tout le monde se déplace comme les pingouins (plus lent, idéal pour les petits espaces). Remarque: Ce jeu se prête mieux pour le jardin ou une grande pièce sans obstacles. Matériel: Rouleaux de journaux, objets de marquage (gobelets par exemple pour délimiter le terrain) Alternative Jeu de poursuite «Mot magique» Les enfants se déplacent librement dans la clairière enchantée. Un magicien essaie de les toucher avec sa baguette. S'il y parvient, il chuchote un mot magique à l'oreille de l'enfant (éléphant, serpent, singe, etc.). Le «prisonnier» imite l'animal en silence. Un camarade peut le délivrer s'il reconnaît l'animal et lui murmure la bonne réponse à l'oreille. Variante (en cas de place restreinte) • Marcher au lieu de courir et mettre l'accent sur l'ensorcellement et le rachat par une fée qui devine les animaux imités. Source: Brochure «Sport des Enfants J+S – Jouer» p. 39.	 © Luzi Etter
Retour au calme	5'	Passage de rouleaux Enfiler un rouleau de papier WC vide au bout de l'épée. Les enfants (ou un enfant avec un des parents) arrivent-ils à se transmettre le rouleau d'une épée à l'autre? • Quel duo réussit le plus de passages en une minute? • Réussissez-vous à traverser la pièce en vous passant continuellement le rouleau? A passe à B, court de l'autre côté de B et récupère le rouleau, etc. Matériel: Rouleaux de journaux, rouleaux de papier WC vides	