

Sport des enfants – Jouer: Jeux de lutte et de combat

Cet article contient une sélection de jeux de lutte et de combat, complétant ceux présentés dans la brochure «Jouer», destinée aux moniteurs et aux experts J+S Sport des enfants.

Pratiqués loyalement, les jeux de lutte et de combat sont amusants et permettent aux enfants d'assouvir leur besoin de bouger de diverses manières ainsi que de se mesurer aux autres.

En guise de préparation, on optera pour des jeux plus simples, qui habituent les enfants au contact physique.



Idées de jeux supplémentaires

Formes préparatoires

- Attention à la flaque!
- Voleur de trésor

Niveau facile

- Chasse à la tortue
- Roi des îles
- Chute du mur

Niveau difficile

- Le roi des lutteurs

→ Autres jeux de lutte et de combat



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO