

Cahier pratique 59: J+S-Kids «Best of»

Les enfants de cinq à dix ans disposent désormais de leur propre répertoire de jeux avec la parution de «J+S-Kids: Exemples pratiques». «mobile» vous propose une sélection d'exercices tirés de cette brochure et consacrés aux neuf formes motrices fondamentales. Un recueil indispensable dans votre bibliothèque!

Jeunesse+Sport fait d'une pierre deux coups! Les moniteurs et experts J+S-Kids, ainsi que les enseignants dispensant des cours d'éducation physique à de jeunes enfants peuvent se référer depuis peu à deux précieux ouvrages.

La brochure «J+S-Kids: Exemples pratiques » entend les soutenir dans la planification et la réalisation de leurs leçons et entraînements.



A travers les nombreuses idées de jeux et d'exercices qu'elle propose, elle devrait les aider à mettre en place des leçons et des entraînements variés qui répondent aux besoins des enfants. Les éléments théoriques sur lesquels les exercices pratiques se fondent figurent dans la brochure «J+S-Kids: Bases théoriques». Les deux brochures se complètent; elles contiennent des renvois chaque fois qu'il existe un lien direct entre les deux.

Encourager la diversité

L'apprentissage de mouvements aussi variés que possible constitue le thème central de la brochure «J+S-Kids: Exemples pratiques». A travers les formes motrices fondamentales, il s'agit de développer chez les enfants un certain nombre d'habiletés motrices essentielles.

J+S-Kids entend donner à ses jeunes participants une formation de base complète en leur permettant des expériences motrices variées et en élargissant leur répertoire gestuel.

Structure des exemples pratiques

Tous les exemples pratiques sont présentés selon le même schéma: un exercice de base ou une forme de jeu avec un objectif clairement défini pour commencer, puis des variantes au niveau du mouvement et/ou du matériel. Celles-ci comportent des difficultés et des défis supplémentaires pour que les participants avancés et les plus grands y trouvent également leur compte.

Grâce à un enseignement différencié, tous les enfants doivent pouvoir faire des expériences gratifiantes. Chez l'enfant, l'apprentissage se construit principalement en partant d'éléments connus et en répétant constamment les mêmes exercices avec des variantes progressives. Les variantes proposées tiennent compte de ce principe clé dans l'apprentissage moteur.

Une précieuse sélection

Ce cahier pratique s'appuie exclusivement sur le chapitre «Encourager la diversité» et propose une sélection des meilleurs exercices et jeux pour les enfants de cinq à dix ans. Les personnes désireuses d'obtenir d'autres jeux et variantes trouveront leur bonheur dans la brochure «J+S-Kids: Exemples pratiques», développée par Patricia Steinmann, avec la collaboration de Claudia Harder, Monika Kurath, Daniel Friedli, Thomas Richard, Andreas

Weber et d'autres spécialistes.

[Cahier pratique 59: J+S-Kids «Best of»](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO