

# Foire aux agrès: Tout est possible!

Beaucoup d'agrès prennent la poussière dans le local de matériel. Pourtant, les caissons, les barres parallèles et leurs compagnons offrent d'innombrables possibilités de jeux et de mouvements. A (re)découvrir.



Les enfants sont de moins en moins adroits, leur mobilité et leurs capacités physiques diminuent. Différentes raisons expliquent ce phénomène. Parmi elles, la disparition progressive de «lieux d'expérimentation», des endroits où les enfants pouvaient grimper, se balancer, se suspendre, sauter... Aujourd'hui encore plus qu'hier s'impose la nécessité d'offrir ces plages de mouvement dans le cadre des leçons d'éducation physique à l'école.

C'est au début de la scolarité obligatoire – entre 7 et 10 ans – que le développement moteur des enfants est le plus rapide. Dans cette optique, les exercices de ce thème du mois permettent aux enfants d'élargir leur répertoire de mouvements et de se familiariser avec les différents agrès à disposition.

## Jardin d'escalade en salle

On les trouve dans chaque salle de sport: barres parallèles, recks, anneaux, moutons, espaliers, cordes, perches, caissons, bancs suédois, tapis. Ces agrès – a priori traditionnels – se transforment aisément en engins d'équilibre, de suspension, ou encore en jardins d'escalade. La combinaison de ces éléments disparates ne connaît pas de limites pour qui fait preuve d'imagination. Force, coordination et créativité trouvent là un champ d'application idéal.

## Coup de projecteur

Ce thème du mois prend en compte le besoin naturel de mouvement des enfants et propose de nombreuses idées oeuvrant en faveur de leur développement moteur. On y trouve des exercices et des jeux pour les différents agrès, pris individuellement. Leur combinaison, ensuite, offre des possibilités pratiquement illimitées.

Selon que l'accent soit mis sur la force, l'équilibre, l'orientation ou encore le travail de groupe, le circuit proposé peut être complété ou modifié au bon vouloir en choisissant d'autres exercices de ce thème du mois. Vous trouverez également une leçon mettant en scène tous les agrès, sans oublier cinq leçons J+S Sport des enfants afin d'améliorer l'habileté aux agrès.

**Thème du mois**  
– [Foire aux agrès](#) (pdf)

**Article**

- Consignes de sécurité

**Exercices**

- Anneaux
- Banc suédois
- Barres parallèles
- Caisson
- Corde
- Espaliers
- Mouton
- Perches
- Reck
- Tapis

**Formes d'organisation**

- Parcours d'obstacles
- Circuit de force et de coordination

**Leçons**

- Leçon 1 – Au zoo
- Leçon 2 – Equilibre
- Leçon 3 – Courir / Sauter / Atterrir
- Leçon 4 – Formes élémentaires de suspension
- Leçon 5 – Barres parallèles couchées



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**