Cahier pratique 17: Agrès autrement

Beaucoup d'agrès prennent la poussière dans le local à matériel. Pourtant ils offrent d'innombrables possibilités de jeux et de mouvements. A voir dans ce cahier.

Des études l'ont prouvé: les enfants d'aujourd'hui sont moins adroits, ils bougent moins, leurs capacités physiques ont diminué. De nombreux maîtres d'éducation physique ont d'ailleurs fait ce constat. 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.

Jardin d'escalade en salle

On les trouve dans chaque salle de sport: barres parallèles, recks, anneaux, sauts de mouton, espaliers, cordes, perches, caissons suédois, bancs, 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 cahier pratique recense des idées d'exercices et de jeux pour les différents agrès, pris individuellement. Leur combinaison, ensuite, offre des possibilités pratiquement illimitées. L'accent sera mis tantôt sur la force, sur l'équilibre, l'orientation ou encore le travail de groupe.

Vous trouverez aussi des idées de circuit et des propositions de parcours d'obstacles. Réussite assurée auprès des élèves! Des consignes de sécurité (page 7) complètent le tableau, histoire de rassurer les enseignants craintifs.

Cahier pratique 17: Agrès autrement (pdf)

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO