

Sport des enfants – Jouer: Jeu libre

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

Le jeu libre revêt une importance fondamentale pour les enfants, à qui il permet de longues plages de mouvement. Il occupe du reste une place centrale dans la philosophie du Sport des enfants J+S.

En s'inscrivant dans une leçon ou un entraînement clairement structurés, il offre un espace dans lequel les enfants peuvent donner libre cours à leur créativité tout en ménageant une pause active à ceux qui n'arrivent pas à se concentrer longtemps.



Le jeu libre s'insère de manière idéale au début de la leçon; il peut toutefois aussi être intégré dans la partie principale de l'entraînement ou à la fin.

Idées de jeux supplémentaires

Niveau facile

- [Funambule](#)
- [Acrobate](#)
- [Artiste du ballon](#)

Niveau moyen

- [De 10 à 1](#)
- [Acrobaties](#)

Niveau difficile

- [Jeu des dix](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO