Jouer: Une école de vie

S'amuser, bouger, faire partie d'un groupe, engranger des succès: les expériences que les enfants peuvent accumuler en jouant leur ouvrent des possibilités pour découvrir le monde qui les entoure et appréhender la vie. Ce dossier présente un entraînement possible pour cinq sports en plein air.

Kids Tennis Champion Games, Bienne (Urs Lindt/freshfocus)

Les enfants veulent jouer et ont le droit de jouer. Leur plaisir passe par des jeux adaptés. Grâce aux conseils et aux astuces qui figurent dans les leçons ci-après, ils devraient tous avoir du plaisir à jouer et à découvrir un ou plusieurs nouveaux sports.

Apprendre à jouer: deux perspectives

Cette partie aborde le jeu dans la perspective de l'enfant. Elle s'articule autour de deux messages clés: les enfants veulent jouer et le jeu répond à un besoin chez eux.

- Apprendre à jouer (perspective de l'enfant)

Cette partie considère le jeu sous l'angle du moniteur, à qui elle donne toute une palette d'informations de base, ainsi que des conseils pratiques pour lui faciliter la tâche lors des leçons et entraînements.

- Apprendre à jouer (perspective du moniteur)

Leçons en plein air

- Natation (pdf)
- Lutter (pdf)
- Tennis (pdf)
- Unihockey (pdf)
- Football (pdf)

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO