

Sport des enfants – Jouer: Sept entraînements

Les enfants veulent jouer et ont le droit de jouer. Leur plaisir passe par des jeux adaptés. Cet article présente un entraînement possible pour sept sports s'appuyant sur ces constats et permettant toutes sortes d'expériences gratifiantes, seuls ou en groupe!



Les enfants utilisent ce qu'ils voient et entendent, ce qu'ils touchent et tiennent dans leurs mains et ce qu'ils ressentent et comprennent dans leurs jeux. Les expériences qu'ils accumulent ainsi – s'amuser, bouger, faire partie d'un groupe, engranger des succès – leur ouvrent des possibilités pour découvrir le monde qui les entoure. Pour les enfants, le jeu est une façon d'appréhender la vie.

«Jouer», une brochure J+S

Le jeu occupe une place tellement importante pour les enfants dans les leçons et les entraînements que Jeunesse+Sport a décidé de lui consacrer une brochure spécifique (voir «En savoir plus» ci-dessous). Destinée aux moniteurs et aux experts J+S Sport des enfants, elle vise à donner aux jeunes participants une formation de base aussi complète que possible en leur permettant des expériences motrices variées et en élargissant le répertoire gestuel dont ils disposent. Les 17 catégories proposées comportent toutes plusieurs jeux assortis de multiples variantes.

Un jeu, différents sports

Autre atout de cette brochure, un grand nombre des jeux peuvent être réalisés en association avec un sport. Une dizaine d'expertes et experts J+S ont fait la démonstration dans ce thème du mois. Ils ont composé sept entraînements possibles (voir ci-dessous) en modifiant si besoin est les contenus aux spécificités de leur sport. Il va également sans dire que ces jeux et leurs conditions cadres (règles, matériel, etc.) peuvent à nouveau être adaptées à l'âge et aux besoins de vos enfants. Dans cette optique, la plateforme www.mobilesport.ch propose un large éventail d'autres jeux et leçons.

Des jeux pour tous

Ce qui importe, c'est que tous les enfants participent! Grâce aux conseils et aux astuces qui figurent dans ce thème du mois (voir articles «Apprendre à jouer» ci-dessous) et dans la brochure «Sport des enfants J+S – Jouer», ils devraient tous avoir du plaisir à jouer et à découvrir un ou plusieurs nouveaux sports.

Thème du mois

- [Jouer](#) (pdf)

Articles

- [Apprendre à jouer \(perspective de l'enfant\)](#)
- [Apprendre à jouer \(perspective du moniteur\)](#)

Entraînements

- [Sports de neige](#) (pdf)
- [Natation](#) (pdf)
- [Lutter](#) (pdf)
- [Tennis](#) (pdf)
- [Unihockey](#) (pdf)
- [Handball](#) (pdf)
- [Football](#) (pdf)

Source: Patricia Steinmann, Fachleiterin J+S-Kindersport



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO