

Natation – Formes fondamentales de jeux dans l'eau

Les formes fondamentales de mouvements et de jeux constituent un pilier essentiel des activités J+S dans le domaine clé «Foundation». Les enfants et les jeunes qui exercent différentes formes fondamentales de jeux développent une solide compréhension du jeu et prennent durablement goût aux activités sportives à caractère ludique.



Formes fondamentales de jeux

- Jeux libres
- Jeux de réaction
- Jeux d'estafettes
- Jeux de poursuite et de cache-cache
- Jeux de lutte
- Jeux de lancer
- Jeux de passes
- Jeux de tirs au but
- Jeux de renvoi
- Autres formes

En général très intensives, les formes fondamentales de jeux sont bénéfiques pour la santé et collent au goût prononcé des enfants pour le jeu. Elles leur permettent d'accéder aux activités physiques et sportives dans une atmosphère joyeuse tout en stimulant leur motivation et leur intérêt. Les enfants en redemandent.

Dans le domaine clé «Foundation», prends en considération un large éventail de formes fondamentales de mouvements et de jeux pertinentes et travaille-les au travers de tâches motrices motivantes proposées sous une forme ludique.

Exemples pratiques

- Jeux libres
- Jeux de réaction
- Jeux d'estafettes
- Jeux de poursuite et de cache-cache
- Jeux de lutte
- Jeux de lancer
- Jeux de tirs au but
- Jeux de passes

Source: swiss aquatics



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO