



## J+S-Kids: Introduction au curling – Leçon 10

### My fun lesson

#### Auteur

Sandra Gugolz, experte J+S-Kids

#### Conditions cadres

Durée de la leçon 90 minutes  
Niveau  simple  moyen  difficile  
Âge recommandé 7 à 10 ans  
Taille du groupe 8 à 10 enfants  
Env. du cours Halle de curling  
Aspects de sécurité Garder un coup d'œil sur les différentes situations sur la glace.

#### Objectifs/But d'apprentissage

Consolider ce qui a été appris. Jouer et avoir du plaisir!

#### Indications

Lors du jeu de l'échelle, il faut surveiller le temps (évent. arrêter prématurément).

#### Contenu

##### MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
2'	<b>Bienvenue</b>	Présentation de la leçon de ce jour	Semelles de sliding Balais
1'	<b>Rituel avant d'entrer dans la halle</b>	Ensemble: «On y va!»	
5'	<b>Echauffement</b>  «7-6-5...et stop!» Secouer isolément le bras dr. et g., la jambe dr. et g. ainsi que les fesses en comptant à rebours de 7 à 1. Puis on recommence le tout de 6 à 1, puis de 5 jusqu'à ce que tout le mélange de mouvements soit terminé par un «Et stop!»		
22'	<b>Aller sur la glace</b> Faire un aller-retour sur la piste en glissant.  <b>Jeu de l'échelle</b>	Aller sur la glace par le hack.  Chaque enfant joue aux dés sur la planche de jeu. Résoudre les tâches selon les indications (planche de jeu et indications: voir fichier joint).	Dés Planche de jeu Matériel selon liste séparée

##### PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
5'	<b>Echauffement de sliding</b> Chaque enfant slide d'abord 2x avec le balai sans pierre et essaie ensuite de slider sans balai et sans pierre.		
40'	<b>A chaque end, une autre tâche!</b>  «Ponte des œufs» A la fin du end, quelle équipe a le plus grand nombre d'œufs dans le panier (maison)?  «Ne te brûle pas!» La température est la plus élevée dans le dolly, puis elle diminue en s'éloignant de celui-ci. C'est celui qui est le plus éloigné du dolly qui gagne l'end (règle inverse pour le comptage des pierres)	Deux skips décident qui a le droit de choisir son équipe.  Chaque enfant joue une pierre	



40'	<b>«Voleurs et police»</b> Former deux groupes: celui des voleurs qui commettent un cambriolage et celui des policiers qui essaient de sortir les voleurs de la maison et de les mettre en prison. S'il y a davantage de «pierres voleuses» dans la maison qu'en dehors, ce sont les voleurs qui gagnent! Celui qui gagne le tirage au sort (pile ou face) décide qui sont les voleurs.	Deux skips décident qui a le droit de choisir son équipe.  Chaque enfant joue une pierre	
-----	--	--	--

#### **PARTIE FINALE**

<b>Durée</b>	<b>Thème/Exercice/Forme de jeu</b>	<b>Organisation/Esquisse</b>	<b>Matériel</b>
4'	<b>Ranger le matériel</b> On quitte une halle en ordre!	En général, les pierres «Cherry» doivent être enlevées de la glace. Les enfants aident, mais ne l'enlèvent pas! Les balais doivent être nettoyés après usage.	
2'	<b>Carrousel</b>	Pour terminer, un nouveau carrousel... Vous souvenez-vous de la première fois?	
3'	<b>Chien détrempé</b> Se tenir confortablement en laissant pendre les bras. Les enfants s'imaginent être des chiens qui sortent de l'eau et se secouent. Commencer par les mains, puis les bras, le dos, le bassin et finalement les jambes. Répéter le tout.		
5'	<b>Discussion de fin et aperçu de la suite</b>	Feed-back et aperçu de la prochaine leçon.	
1'	<b>Rituel pour les adieux</b>	Ensemble: «Au revoir!»	