

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

# Course automobile

### Auteur

Ruth Siegenthaler, cheffe de discipline J+S tir sportif

### Conditions cadres

Durée de la leçon ≥60 minutes  
 Niveau  simple  moyen  difficile  
 Âge recommandé 8-10 ans  
 Taille du groupe 5-8 enfants  
 Env. du cours Stand de tir 10m, esplanade ou espace entre banc de chargement et cibles avec au moins 100m<sup>2</sup>  
 Aspects de sécurité Pour l'exercice de tir, un deuxième moniteur doit être présent

### Objectifs/But d'apprentissage

Les enfants améliorent leurs qualités de coordination et doivent prendre plaisir au mouvement et au jeu de tir.

### Indications

Lors des exercices principaux, les enfants sont divisés en deux groupes. Même pendant les jeux de tir, il faut faire attention au déroulement de mouvements corrects.

### Contenu

#### MISE EN TRAIN

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
8'	<b>Jeu du vers luisant</b> 2 poursuivants avec une balle de tennis de table dans la main (=vers luisant) attrapent les autres enfants en les touchant avec celle-ci. S'ils y parviennent, il y a changement de rôle. Règles: les poursuivants ne sont pas obligés de montrer clairement la balle (les vers luisants n'émettent pas toujours la même luminosité). Les joueurs libres peuvent prétendre être des poursuivants en bombant la main. Réalisable en marchant, en courant, en sautant d'une ou de deux jambes.		Balles de tennis de table
5'	<b>Peter Pan</b> 1 à 2 poursuivants (Capitaine Crochet) sont désignés. Ils portent un ruban et doivent quitter la salle pour un court instant. A leur insu, un enfant dans la salle est désigné pour jouer le rôle de «Peter Pan». Il possède des pouvoirs magiques car il peut délivrer les joueurs capturés. Cela doit se passer aussi discrètement que possible pour que les poursuivants ne découvrent pas qui est «Peter Pan». Si «Peter Pan» est capturé, le jeu touche à sa fin quand plus aucun joueur ne peut être libéré. Règle: les joueurs capturés doivent rester sur place et ne peuvent reprendre la partie qu'après avoir été distinctement touchés par «Peter Pan».		

### PARTIE PRINCIPALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
20'	<p><b>Course automobile</b></p> <p>Chaque enfant reçoit 20 coups de munition comme «carburant». Afin de pouvoir monter en voiture, le tireur doit tirer un 6 ou mieux. Si le coup est plus mauvais, il ne peut pas monter et doit répéter le coup. Après il faut tirer un 7 pour attacher la ceinture, avec un 8 (ou mieux) le tireur met symboliquement son moteur en marche. Avec la munition restante, il peut maintenant faire des kilomètres. La valeur tirée par coup indique les km à rouler. Qui roule le plus loin?</p>		<p>Carabine ou pistolet à air comprimé, cibles Diabolo, appuis fixes</p>
20'	<p><b>Circuit</b></p> <p>Des groupes de deux sont formés. Sur un circuit, les groupes sont envoyés pour faire des tours comme automobiles. Quelle équipe fait le plus de mètres en 10 minutes?</p> <p>Ce résultat peut aussi être combiné avec le résultat de la course automobile de l'exercice de tir et donner un classement global.</p>	<p>Les tours durent 1 minute puis il y a une minute de pause.</p> <p>Les tours peuvent être effectués comme suit:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- comme attelage de brouette</li> <li>- comme attelage de chevaux</li> <li>- assis sur une planche à roulettes, poussé</li> <li>- sautant avec un moteur défectueux</li> <li>- en courant en avant et en arrière</li> <li>- en rampant</li> <li>- etc.</li> </ul>	

### PARTIE FINALE

Durée	Thème/Exercice/Forme de jeu	Organisation/Esquisse	Matériel
8'	<p><b>Photographe</b></p> <p>Deux enfants forment un couple. A se bande ou ferme les yeux. B guide A vers un endroit proche, puis fait une pression sur les épaules (=actionner le déclencheur). C'est le signal pour A d'ouvrir les yeux une demi-seconde et de faire une «photo» de l'endroit. Après 5 photos, A doit pouvoir retrouver dans les environs les motifs qu'il avait photographiés?</p>		