

Cet été, faites le plein d'idées pour

Parcours
"Activité physiques
& de plein air"

Grandir à Loisir(s)



les francas

L'éducation en mouvement !

AVEC LES FRANCAS EN NOUVELLE AQUITAINE
CHARENTE | CHARENTE-MARITIME | DORDOGNE
GIRONDE | LANDES | LOT-ET-GARONNE
PYRENEES-ATLANTIQUES | VIENNE

Parcours éducatif et culturel

Activités physiques & de plein air

Les enjeux

Les activités relatives à l'éducation physique et sportive jouent un rôle indispensable dans le développement des enfants et des adolescent.es.

Elles leur permettent d'accroître leurs possibilités fonctionnelles et psychomotrices, comme leurs potentialités intellectuelles ou leurs compétences sociales.

Elles font partie du socle des pratiques éducatives en accueil collectif de mineurs et tout particulièrement dans les centres de loisirs.

Ces derniers jouent, au côté de l'école, des associations sportives ou des pratiques familiales, un rôle particulier alliant accès et pratique pour tous, découverte, initiation et, parfois perfectionnement sans visées compétitives.

Supports à l'émergence de projets collectifs d'enfants et d'adolescent.es, ces activités restent à conforter, à développer quotidiennement, sous toutes leurs formes.

La démarche



Les activités permettront une sensibilisation, "un premier pas vers".

Les activités permettront de se documenter, de visiter des lieux, de rencontrer des personnes...

Les activités permettront aux enfants de créer, de fabriquer...

Les animateur.trice.s créeront avec les enfants des situations présenter, valoriser... les réalisations.

Les animateur.trice.s installeront les conditions pour que les enfants puissent s'exprimer sur ce qu'ils ont vécu et sur leurs attentes, leurs propositions.

Avant de commencer

Ce dossier a été réalisé pour aider les équipes pédagogiques à organiser des activités relative à la pratique d'activité physiques et de plein air. Les activités proposées ne sont qu'une petite partie des possibles. Pour aller plus loin, on pourrait décliner des jeux sportifs coopératifs, ou des jeux de plein air qui nous font découvrir la nature qui nous entoure...

N'hésitez pas à contacter l'association départementale présente sur votre territoire pour plus d'informations !

10 attentions

pour concevoir et mener une activité

Je tiens compte du contexte

Je crée les conditions de la participation des enfants et des adolescent·es à la démarche

J'aménage les espaces dans lesquels va se dérouler la démarche

Je m'assure de l'appropriation par les enfants des outils, supports et ressources nécessaires à la démarche

Je privilégie une approche ludique

Je m'appuie sur les savoirs et les savoir-faire des enfants pour mener à bien les projets et les activités

Je prends en compte le temps disponible

Je construis et ajuste ma relation au groupe, je porte une attention à chaque participant·e avec confiance et bienveillance

J'accompagne les enfants et les adolescent·es vers la valorisation de leurs projets, de leurs réalisations vers leurs pairs, les familles, les habitant·es du territoire, des élu·es...

Je prévois un temps d'analyse des situations vécues avec les enfants et adolescent·es pour accompagner le réinvestissement des acquis, de l'expérience



Je
découvre

Les activités permettront une sensibilisation, "un premier pas vers".

Les différents types de jeux :

Jeu coopératif : La traversée

Jeu collectif : Flagamore

Jeu de connaissance : Le Foot-Prénom

Activité de plein air : Course d'orientation

Jeu d'opposition : Les pinces à linge

Activité individuelle : Yoga pour les enfants





Ces ressources permettront de se documenter, de visiter des lieux, de rencontrer des personnes...



Des ressources adaptées pour la pratique d'activités physiques et sportives proposées aux enfants



Ressources éducatives autour des jeux sportifs.



Ressources autour de la réglementation en A.C.M.



Je pratique

Les activités permettront aux enfants de jouer et de découvrir...

Démarche de jeux sportifs et d'activités physiques

La démarche APS (Activité Physique et Sportive) a plusieurs objectifs:

- Permettre aux enfants de vivre des temps de jeux sportifs nécessaires dans leur développement physiologique, affectif et social.
- Favoriser la diversité des jeux tant pour les animateurs que pour les enfants.
- Permettre aux enfants d'être acteurs de leurs loisirs et en conséquence de favoriser la participation et l'expression des jeunes.

1. Echauffement :

Réveil musculaire (maîtrise du corps) en utilisant une chanson à geste, un petit jeu qui bouge ou une histoire. Ex: Tête, épaule, genoux, pieds.

2. Les règles dans le jeu: (maîtrise de l'espace et du temps)

Le meneur constitue deux équipes, sans souci d'équilibre des équipes. Il met un ballon à disposition, fixe une zone de but et donne la consigne suivante "on ne se fait pas mal" (pas de limites de terrain, pas de règles).

On joue (3/5 min).

Le meneur interrompt le jeu, et demande au groupe d'ajouter une règle.

On joue (2/3 min). On ajoute une, deux ou trois nouvelles règles. On joue... On ajoute... (15 min.)

3. Introduction d'un engin:

Ballon de rugby, de handball ou frisbee (maîtrise d'engins)

Chaque équipe a un engin identique (frisbee):

- Jeu de passe en cercle entre un au centre et ceux sur le cercle,
- passe à 10, avec les deux équipes : un joueur fixe dans chaque équipe, l'engin doit passer par le joueur fixe pour que le point soit validé.

En fonction de l'habilité des joueurs, il faut prévoir des jeux plus ou moins techniques. (10 min.)

4. Retour au jeu de départ : Type balle aux capitaines

(maîtrise d'opposition et coopération)

Avec toutes les règles fixées en début de séance, et avec l'engin maîtrisé.

Deux joueurs "fixes" : interdit de bouger dans un cercle (env. 1,5 m. de diamètre), les joueurs peuvent jouer dans les deux équipes.

Explications :

Le jeu doit être le support à tout le reste, c'est pourquoi l'animateur lance le jeu rapidement en ne donnant aucune règle (limites du jeu si danger).

Rapidement l'animateur arrête le jeu et fait analyser par le groupe le contenu du jeu (ses manques, ses dangers, ses incompréhensions, son but). le groupe (animateur.trice et enfants) propose et valide ensemble les règles qui viendront mettre un but au jeu.



Je donne
à voir

Les animateur.trice.s créeront
avec les enfants des situations
présenter, valoriser... les
réalisations.

Pourquoi ne pas créer des olympiades ou un sportivore ?

Permettre aux enfants de faire découvrir ce qu'ils ont pu expérimenter et apprendre est un bon moyen de se rendre compte de leur compréhension. Il est ainsi possible d'organiser une forme d'olympiades où les jeunes animent les ateliers et font découvrir à d'autres jeunes ou à leur famille des jeux ou des pratiques physiques et sportives

Créez un parcours dans votre centre de loisirs où les parents pourraient participer à un défi sportif, découvrir un nouveau jeu sur une jolie affiche, discuter avec un groupe de jeunes autour de activités physiques et sportives...

Cela peut aussi donner lieu à une représentation ou spectacle de fin de séjour, autour de pratiques physiques et sportives ou artistique comme de la danse, la gym, ou toutes autres formes d'activités d'expression corporelle.



Je
m'exprime

Les animateur.trice.s installeront les conditions pour que les enfants puissent s'exprimer sur ce qu'ils ont vécu et sur leurs attentes, leurs propositions.

Tout au long de la démarche, il s'agira de créer les conditions pour que les enfants et les adolescent.es puissent s'exprimer sur les situations vécues et formuler des attentes des propositions pour de futures animations.

Des outils peuvent être mobilisés pour recueillir l'expression, quelques exemples :

- la boîte à idées,
- le mur d'expression,
- le photo langage,
- le débat,

- le jeu de rôle, un expert du parcours (ex : un scientifique, un artiste, un philosophe, un sportif...) a un rendez-vous régulier avec les enfants et les adolescent.es pour dialoguer avec eux

- la discussion à visée philosophique « Graine de philo » : "Les émotions" (fiche activité) + la vidéo
- l'atelier radiophonique,
- le blog,

...

Les Francas ont créé un espace de recueil d'expressions permanent : le site

Il permet aux enfants et aux adolescent.es d'évoquer leurs conditions de vie, d'éducation et d'action.

www.enfantsacteurscitoyens.fr

A la fin du parcours, des questions ouvertes peuvent être posées et une invitation faite aux enfants et aux adolescent.es d'y répondre seuls ou avec d'autres via le site.

Exemples de question :

« Raconte ce que tu as apprécié dans le parcours et ce que tu as le moins apprécié »

« Quelles sont les émotions que tu as éprouvées ? »

« Demain quel parcours aurais-tu envie de vivre, d'inventer » ?

LES FRANCAS EN NOUVELLE AQUITAINE

CHARENTE

CHARENTE-MARITIME

DORDOGNE

GIRONDE

LANDES

LOT-ET-GARONNE

PYRENEES-ATLANTIQUES

VIENNE



les francas

L'éducation en mouvement !