Développer les bases

Autor(en): **Donzel, Raphael**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : la revue d'éducation physique et de sport**

Band (Jahr): **11 (2009)**

Heft 6

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-995773

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Développer les bases

Ne pas aller plus vite que la musique: ce dicton est de circonstance lors de l'initiation au mouvement avec des enfants en âge préscolaire. Avant de diversifier l'offre, il est important de fixer le cadre. Petits conseils à l'intention des moniteurs.

Texte: Raphael Donzel; photo: Ueli Känzig

Les enfants qui se trouvent dans la tranche d'âge couverte par J+S-Kids participent souvent pour la première fois à des offres de loisirs facultatives ou à des leçons d'éducation physique. Il convient de les initier à ces nouveautés de manière appropriée. «Un moniteur doit connaître les particularités de ces enfants et tenir compte de leur degré de développement dans la planification et la mise en œuvre des cours», explique Alexandra Stuber, enseignante au degré préscolaire et primaire 1re/2e année. Ce ne sont pas des adolescents, encore moins de petits adultes. Il s'agit avant tout de leur donner confiance et assurance en développant les bases nécessaires. «Pour y parvenir, des principes pédagogiques sont à respecter».

Valoriser l'indépendance

La brochure «J+S-Kids: Exemples pratiques» en recense quatre: les rituels, la perception de son corps, l'orientation dans le groupe et l'espace, le retour au calme. Alexandra Stuber, qui a œuvré à la réalisation de ce document didactique, accorde également une place de choix à la valorisation de l'indépendance. «Dans les vestiaires tout d'abord: à l'école enfantine, il faut aider les enfants de cinq ans à re-

vêtir leurs habits de gymnastique. Puis dans la salle de sport: ils doivent être en mesure de sortir et ranger seuls les tapis, les caissons, etc.» Au début de l'année scolaire, l'institutrice soleuroise consacre beaucoup de temps au matériel et à son utilisation afin de pouvoir, avec le soutien des enfants, mettre rapidement sur pied de grands postes et leur offrir ainsi des activités motrices variées. «Ce sont des bases fondamentales auxquelles un enseignant des degrés supérieurs ne pense pas forcément. Dans les clubs, la situation est encore différente: la fourchette d'âge des participants est souvent plus large; les grands aident les petits.»

Des rituels structurants

Les rituels sont d'une précieuse utilité dans l'enseignement. En introduisant un découpage temporel et en donnant des points de repère, ils structurent la leçon et confèrent une certaine sécurité. «A cet âge-là, les enfants laissent libre cours à leurs émotions et entrent volontiers dans un monde magique», souligne notre enseignante. «Les rituels fixent un cadre: ils permettent d'obtenir l'attention des enfants, notamment lorsque l'on souhaite introduire des nouveautés. Un déroulement structuré et de la discipline sont importants du point de vue de la prévention des accidents.» Se mettre en cercle au début et à la fin de la leçon, recourir à des signaux acoustiques ou visuels selon l'objectif visé (demander le silence, se réunir à un endroit précis) sont des passages obligés.

Bien percevoir son corps

«C'est un élément central, au même titre que l'orientation dans le groupe et l'espace», indique Alexandra Stuber. Les enfants doivent apprendre à percevoir leur corps, à en nommer si possible les différentes parties, et se familiariser avec plusieurs de ses fonctions. Ils pourront ainsi plus facilement effectuer une tâche ou une correction demandée par l'enseignant. «Cette perception a aussi une incidence sur la capacité d'écrire, de lire ou encore de compter. De nombreux enfants confrontés à des difficultés d'apprentissage ont des problèmes de perception et d'orientation.»

Dis-moi où je suis

L'orientation est un aspect à prendre en considération dès la planification de la leçon. «Tout doit être pesé et maîtrisé avant de proposer une activité», précise Alexandra Stuber. Entre cinq et huit ans, l'enfant est centré sur lui-même. Ses expériences en groupe dans un espace aussi grand que celui d'une salle de gymnastique sont rares. Les stimuli y sont nombreux et rendent l'orientation, l'évaluation des distances et de la vitesse difficiles. «Les jeux de réaction, avec l'emploi de la musique par exemple, favorisent cette initiation et réduisent les accrochages et les collisions.»

L'emploi de repères clairs (cônes, piquets, etc.) facilite aussi cette orientation. «Un enfant ne voit pas les lignes de terrain. Il importe de poser des marques à un intervalle d'environ deux mètres, et pas uniquement aux extrémités d'une ligne. Se servir d'un cerceau ou

d'un tapis pour définir le départ ou l'arrivée est une autre aide précieuse.» Par ailleurs, l'organisation de jeux complexes nécessite un apprentissage progressif: «Prenons l'exemple du jeu ‹Ramasser de l'or en Chine›: la première étape consiste à mettre l'accent sur la direction de la course, puis d'introduire un chasseur et d'indiquer finalement la manière de libérer les enfants touchés.»

Retour au calme bienvenu

Les enfants sont fréquemment dans un état d'excitation émotionnelle intense au terme de la leçon. Alexandra Stuber: «Pour que le retour dans les vestiaires se fasse dans le calme et en toute sécurité, il importe de marquer une rupture.» Les exercices de détente sont généralement appréciés s'ils sont ludiques. «Le langage imagé est un excellent moyen pour transporter les enfants dans un monde imaginaire.» Se calmer et se détendre ne se limitent toutefois pas à des jeux. «Une évaluation de la leçon ou des progrès de chacun, le règlement d'une dispute peuvent également clore le cours.» ■

Alexandra Stuber est enseignante d'école enfantine à Kappel (SO), éducatrice spécialisée à l'école primaire de Kappel et de Gunzgen (SO), ainsi qu'experte J+S-Kids. Aux pages 27 et 29, elle nous montre de quelle manière la brochure «J+S-Kids: Exemples pratiques» peut être utilisée à l'école.

Contact: lex.stuber@gmail.com

«Une source d'exercices et de jeux»

La brochure «J+S-Kids: Exemples pratiques» doit permettre aux enfants de faire des expériences motrices variées, d'élargir leur répertoire gestuel et de faciliter l'apprentissage des différentes disciplines sportives. Ce sont les bases d'une activité physique régulière.

«mobile»: Que trouve-t-on dans cette brochure? Patricia Steinmann: Elle est articulée autour de six chapitres contenant de nombreux exercices et formes de jeux adaptés aux enfants et consacrés à différents thèmes. Les trois premiers chapitres sont étroitement liés: il s'agit en premier lieu de développer les bases avec les enfants, puis d'encourager la diversité au travers des neuf formes motrices fondamentales (voir fig.) et de donner finalement la possibilité aux enfants d'expérimenter et pratiquer plusieurs disciplines sportives. Les chapitres «Apprendre à jouer», «Changer d'environnement» et «Leçons-types» complètent cette brochure. Le chapitre «Encourager la diversité» en est incontestablement le cœur.

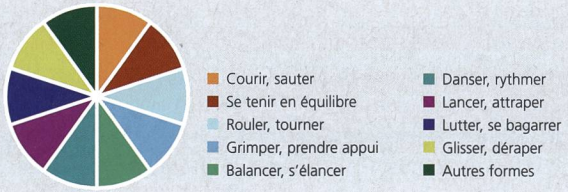

Figure: Les formes motrices fondamentales

Pourquoi nager n'est-il pas une forme motrice fondamentale? La natation est une discipline sportive très importante. Sa pratique dans le cadre de J+S-Kids nécessite toutefois des conditions bien particulières. Les moniteurs doivent disposer d'une formation et leur nombre est dépendant de la taille du groupe. Ce sont les raisons pour lesquelles les éléments clés de la natation sont abordés dans la partie «Dans l'eau» du chapitre «Changer d'environnement», et non dans celui consacré aux neuf formes motrices fondamentales. Les enseignants et entraîneurs désireux d'approfondir ces mouvements sont invités à se référer aux leçons d'introduction J+S-Kids et aux moyens didactiques spécifiques à cette discipline.

Les différences de développement entre un enfant de cinq et de dix ans sont énormes. Cette brochure est-elle en mesure de couvrir tous les besoins? La brochure «J+S-Kids: Bases théoriques» distingue les jeunes enfants (5-8 ans) des plus âgés (7-10 ans) (voir pp. 10-13). Dans la brochure «J+S-Kids: Exemples pratiques», les exercices et les formes de jeux ne sont en revanche pas présentés selon ce découpage. Chacun comprend un exercice de base et des variantes au niveau du mouvement et/ou du matériel. Les moniteurs disposent d'exercices adaptés aux compétences et à l'âge des enfants et ils peuvent ainsi individualiser leur enseignement.

Est-ce que cette brochure a également sa place à l'école? Elle a pour objectif de soutenir les moniteurs dans la planification et la mise en œuvre de leurs cours, et ce aussi bien à l'école que dans les clubs. Sa dimension polysportive se prête particulièrement bien à son utilisation dans le cadre scolaire. Il n'était évidemment pas possible d'accorder une place à chaque discipline sportive. Les moniteurs œuvrant dans les clubs trouveront donc peu d'exercices et de jeux pour leur entraînement dans la présente brochure. Ils disposeront, en contrepartie, d'une foule d'idées pour exercer les autres formes motrices fondamentales et des solutions en cas de changement d'environnement.

De nombreuses leçons d'introduction J+S-Kids peuvent être téléchargées sur le site Internet de Jeunesse+Sport. Ont-elles un lien avec cette nouvelle brochure? Ces leçons d'introduction forment en réalité le chapitre «Pratiquer les disciplines sportives», dans lequel les enfants sont initiés aux différents sports, les assimilent et apprennent à les mettre en pratique. Elles sont un parfait complément à la brochure et constituent une véritable source d'exercices et de formes de jeux pour l'enseignement et l'entraînement. *Interview: Raphael Donzel*

Patricia Steinmann est responsable du programme J+S-Kids dans les écoles et enseignante d'éducation physique. Elle dispense une heure d'éducation physique quotidienne aux enfants de la classe modèle de Macolin.

Contact: patricia.steinmann@baspo.admin.ch