

FICHES PEDAGOGIQUES

Stage Régional du 24 septembre 2016 à Colomiers



***Introduction*** :

Le jeu est un espace de liberté

Que les règles viennent sécuriser.

Il nait toujours dans l’imagination

Mais grandit et évolue dans l’action.

Le jeu procure beaucoup de plaisirs

Il permet d’apprendre avec le sourire

A travers lui, l’enfant construit son « je »

Pour l’enseignant il est un bien précieux.

Educatif et pédagogique

Il donne au cours un coté dynamique.

**Toi et moi, jouons avec des ballons**

**En guise d’échauffement :**

**

Mon ballon vole

Intérêt pédagogique : utiliser des ballons de baudruche pour permettre à l’enfant de se déplacer dans l’espace, de prendre conscience de son corps et de l’autre.

Effectif : de 2 à 20 enfants à partir de 6 ans

Matériel : ballons de baudruches

Marquage au sol pour délimiter des espaces

Durée : 5’ ou plus selon le public.

But du jeu : échauffement global

Principe : se déplacer dans un espace donné avec un ballon de baudruche en faisant attention aux autres tout en se concentrant sur soi.

Organisation : en fonction du nombre d’enfant et de la surface disponible, on pourra délimiter plusieurs zones de jeu afin d’éviter les collisions.

Déroulement :

Chaque enfant a un ballon de baudruche qu’il gonfle (travail sur le souffle donc la respiration…)

L’enfant se déplace dans l’espace défini par le professeur en faisant voler son ballon qui ne doit pas tomber au sol. Pour cela, il peut utiliser toutes les parties de son corps.

Variantes 1 : demander à l’enfant de n’utiliser qu’une partie du corps pour se déplacer avec son ballon (poing, pieds, genoux, tête,…)

Variantes 2 : au signal l’enfant doit attraper son ballon et s’asseoir, faire un tour sur lui-même, sauter,…

**

Un ballon pour tous et tous pour un ballon

Intérêt pédagogique : utiliser des ballons de baudruche pour jouer avec mes camarades et les connaitre

Effectif : de 2 à 20 enfants à partir de 6 ans

Matériel : ballons de baudruches et marquage au sol pour délimiter des espaces si besoin

Durée : 5’ environ ou plus selon le public

But du jeu : échauffement global et esprit d’équipe

Principe : appeler ses camarades pour éviter que le ballon ne touche le sol

Organisation : en fonction du nombre d’enfant et de la surface disponible, on pourra délimiter plusieurs zones de jeu afin d’éviter les collisions.

Déroulement :

Un ballon de baudruche (ou plusieurs selon le choix du professeur et le nombre d’enfants)

Les enfants doivent se déplacer sur le tatami et veiller à ce que le ballon ne tombe jamais au sol

*Attention* : un enfant ne peut pas taper deux fois de suite dans le ballon

Le professeur peut rajouter un ou plusieurs ballons dans le jeu.

Variantes 1 : Un enfant est au centre du tatami dans un cerceau avec un ballon de baudruche. Il est le maitre du jeu. Les autres courent autour du tatami. Le maitre du jeu tape dans le ballon vers le ciel et appelle un camarade. L’enfant appelé doit venir attraper le ballon avant qu’il ne touche le sol. S’il réussit, il devient le maitre du jeu et appelle un camarade à son tour. S’il échoue, il continue de courir autour du tatami.

***Un peu de kihon :***

**

Le relais ballon

Intérêt pédagogique : permettre à l’enfant d’approfondir les techniques de déplacement de base, de frappe et sa concentration

Effectif : de 2 à 20 enfants à partir de 6 ans

Matériel : ballons de baudruches

Marquage au sol (ceinture)

Durée : 10’ environ.

But du jeu : perfectionnement technique

Principe : se déplacer en ligne en avançant et/ou en reculant

Organisation : faire des groupes de trois enfants

Matérialiser le point de départ et d’arrivé à environ trois pas l’un de l’autre.

Déroulement : Deux enfants se mettent sur le point de départ A. Un enfant sur le point B.

Un premier enfant doit apporter le ballon au deuxième selon la position déterminée par le professeur. Le ballon est posé dans la main bras tendu devant soi et ne doit pas tomber au sol.

Au signal du professeur, l’enfant avance d’un pas, effectue un changement de main pour le ballon,…

Une fois le relais passé, le deuxième enfant apporte le ballon au troisième,…

NB : la main qui ne tient pas le ballon, doit être en hikite.

Variantes 1 : Par deux, faire l’aller en avançant et le retour en reculant. Passer le relais

Variantes 2 : Par deux, l’enfant qui avance exécute un déplacement défini par le professeur et doit frapper le ballon de baudruche grâce à une technique de poing ou de pieds. Le deuxième enfant place le ballon sur son ventre et recule d’un pas en utilisant le déplacement demandé par le professeur. Au bout de trois pas, changement de rôle.

NB : dans cette variante, en plus du déplacement et de la technique, on introduit la notion de distance et de précision.

***Le kumite :***

**

Le volley ballon

Intérêt pédagogique : coordination motrice, perception de l’espace et de son partenaire

Effectif : de 2 à 20 enfants à partir de 6 ans

Matériel : ballons de baudruches

Ceinture à scratch

Durée : 10’ environ.

But du jeu : améliorer ses déplacements en situation duelle

Principe : se déplacer dans un espace donné avec son partenaire

Organisation : faire des groupes de deux enfants avec 1 ballon pour deux.

En fonction du nombre d’enfant on peut délimiter plusieurs zones de jeu

Déroulement :

Au signal, les enfants doivent frapper dans le ballon à tour de rôle. Le ballon ne doit pas tomber au sol.

Attention : un enfant ne peut pas taper deux fois de suite dans le ballon.

Le professeur peut déterminer le membre qui frappe (poing, pied,…)

Variantes 1 : Relier les deux enfants avec une ceinture à scratch qui ne doit pas se défaire.

**

Le ballon cible

Intérêt pédagogique : coordination motrice, perfectionnement technique, réactivité

Effectif : de 2 à 20 enfants à partir de 6 ans

Matériel : ballons de baudruches

Ceinture à scratch

Cerceaux

Durée : 10’ environ.

But du jeu : améliorer ses déplacements, sa précision et sa rapidité en situation duelle

Principe : frapper le ballon de baudruche et revenir à sa place

Organisation : faire des groupes de deux enfants avec 1 ballon pour deux.

Un enfant (enfant 1) place son pied avant dans le cerceau.

L’autre enfant (enfant 2) se déplace autour de lui

Les deux enfants sont reliés par la ceinture.

Déroulement :

Au signal, l’enfant 1 sautille en position fudo datchi

L’enfant 2, se déplace autour de lui en faisant voler son ballon.

Le professeur détermine une technique d’attaque (poing, pied,…)

Au signal du professeur, l’enfant 2 saisie le ballon et se positionne, ceinture tendu face à l’enfant 1 en mettant le ballon contre lui (face ou coté selon la technique demandée)

L’enfant 1 brise la distance en sortant du cerceau, vient frapper le ballon et revient dans le cerceau.

Au bout de plusieurs essais, on change les rôles.

Variantes 1 : même exercice mais les enfants se déplacent dans un espace déterminé avec ou sans ceinture.