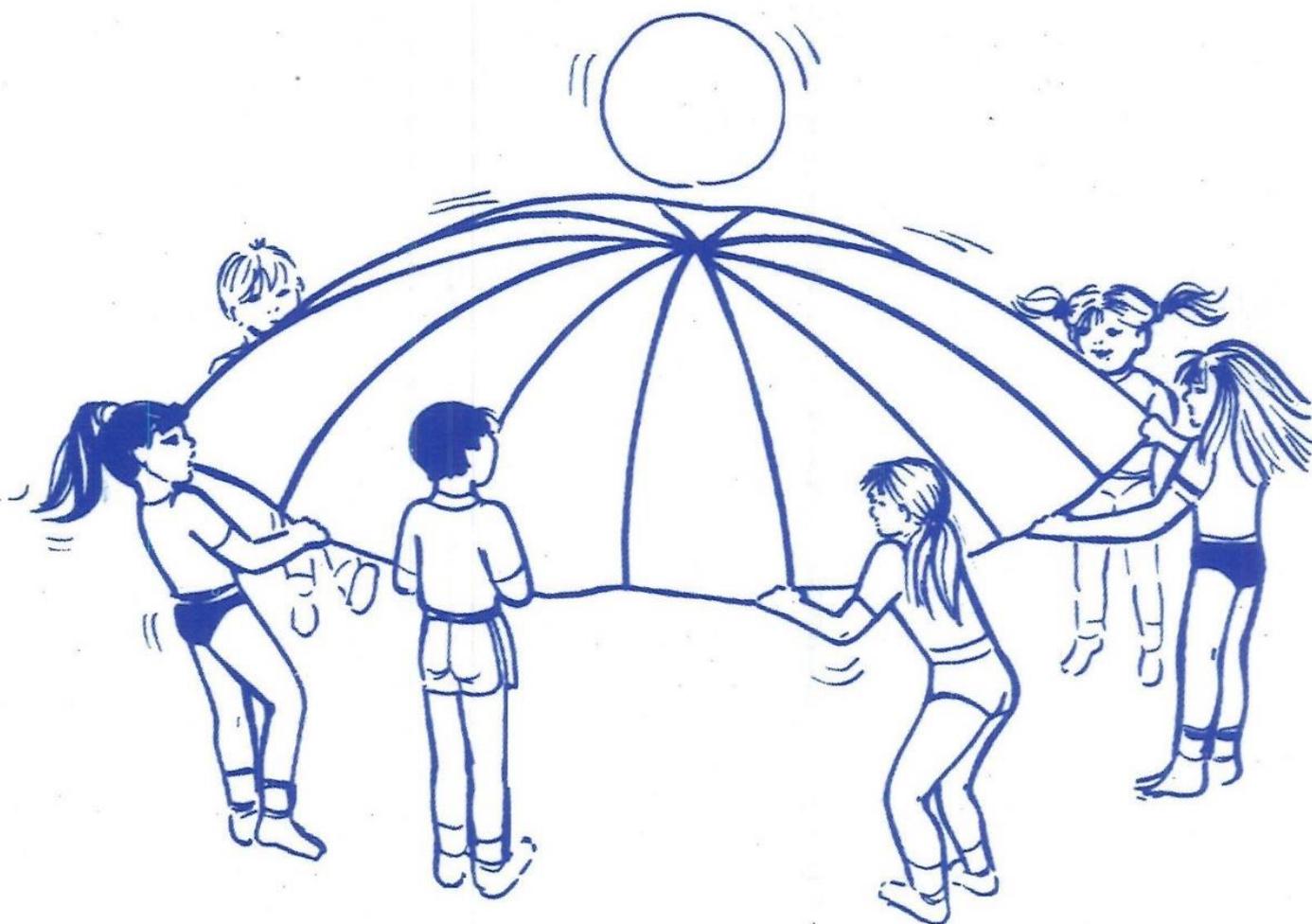




LOIRE-ATLANTIQUE

La Fédération Sportive Éducative de l'Enseignement catholique

JOUEZ AVEC LE PARACHUTE !



ÉDQUER... TOUT UN SPORT !

UGSEL - Fédération Sportive Éducative de l'Enseignement catholique
15, Rue Leglas Maurice - BP44104 - 44041 NANTES cedex 1
Tél.: 02.51.81.64.13 - ugsel@ec44.fr - www.ugsel44.fr

JOUER AVEC LE PARACHUTE...

- Une activité amusante, passionnante, différente et motivante. La stimulation motrice est une part importante dans la préparation et la présentation du processus d'apprentissage.

- Développe et crée la confiance entre les joueurs, développe également les relations personnelles et la sociabilité.

Dans ce manuel, vous trouverez quelques idées pour jouer avec le parachute, mais il existe quantité de jeux que nous n'avons pas mentionnés ici, à votre imagination d'en fixer les limites.

Amusez-vous bien !

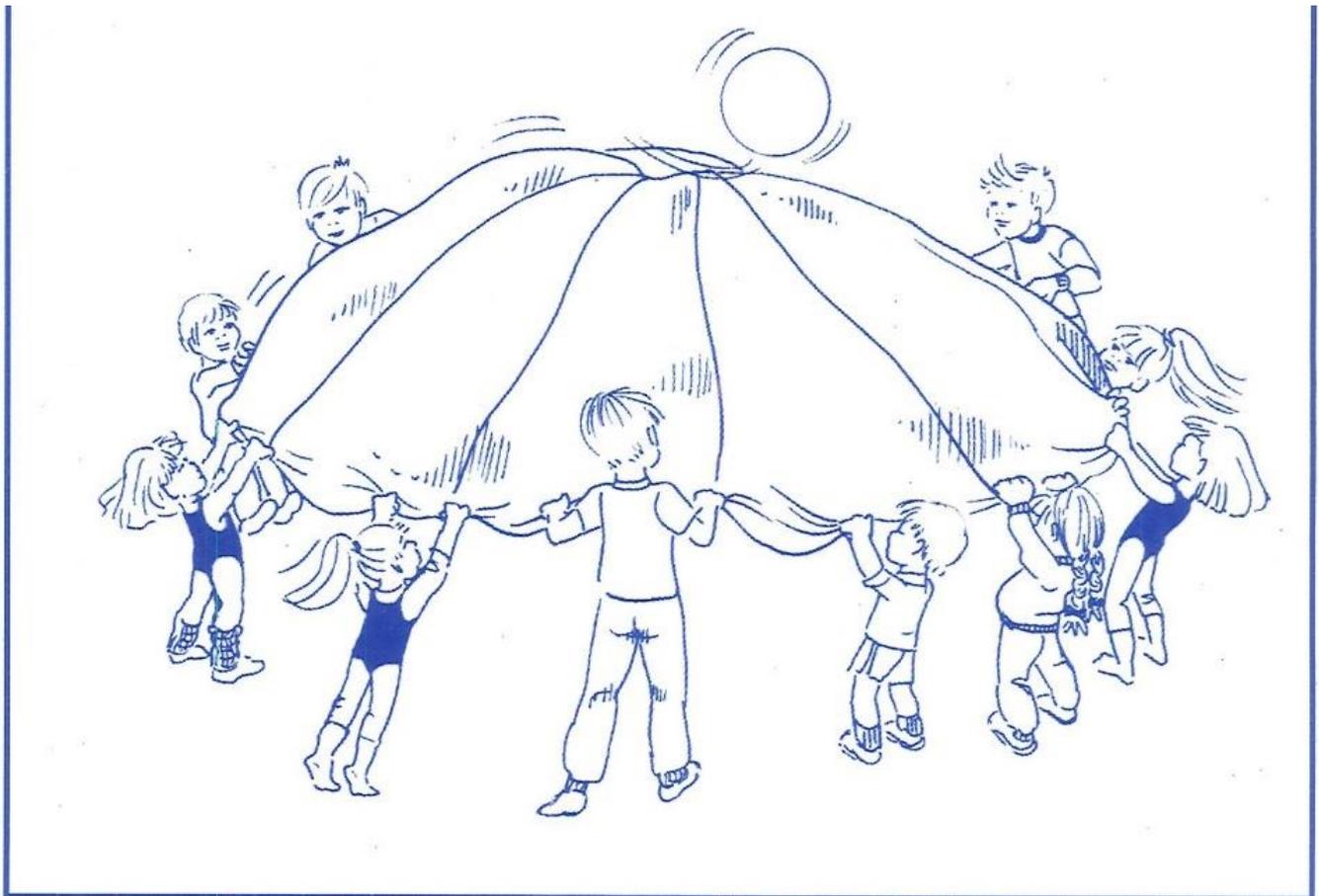
1 Pour commencer à jouer :



1. Les enfants tiennent les bords du parachute.
2. Commencez à balancer le parachute de bas en haut, éventuellement en comptant en même temps.
3. Laissez les enfants observer le parachute qui s'emplit d'air et qui s'élève.
4. Laissez les enfants faire l'expérience des différentes possibilités du parachute.
5. Essayez de faire les mouvements en musique.

RAPPELEZ-VOUS:

- Adaptez toujours les demandes et les rythmes en fonction de l'âge des enfants et de l'environnement.
- Nous avons tenté de donner dans ce manuel, des idées pouvant correspondre à des enfants à partir de quatre ans et au-delà.



1. Placez une balle (ex : balle en mousse) au milieu du parachute.

2. Laissez les enfants faire rouler la balle autour du parachute.

3. Augmentez la difficulté du jeu en appelant les noms des enfants. Les autres enfants doivent faire rouler la balle en direction de celui dont le nom a été appelé, doucement et délicatement.

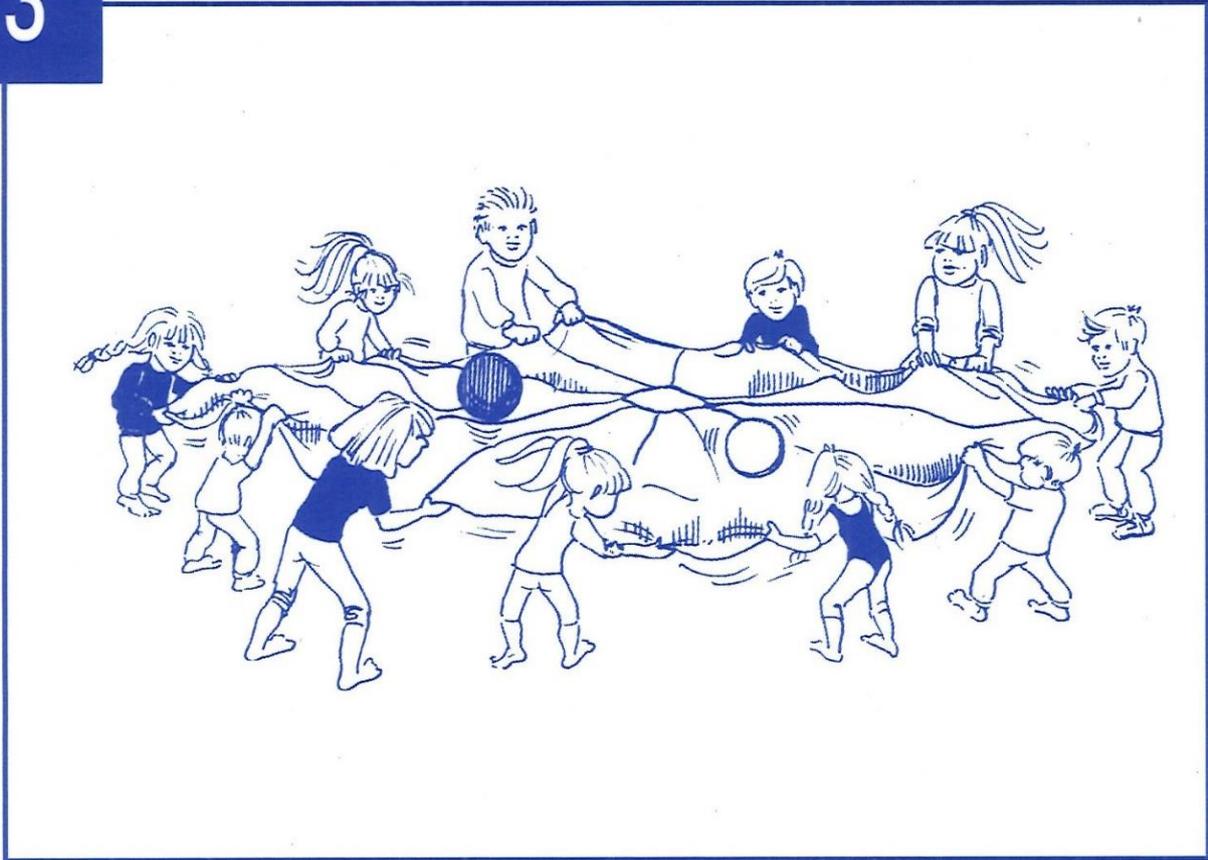
1. Jetez la balle en l'air en secouant le parachute vers le haut.

2. Essayez de rattraper la balle de manière à ce qu'elle aille dans le trou.

3. Vous pourriez essayer de compter les points.

3

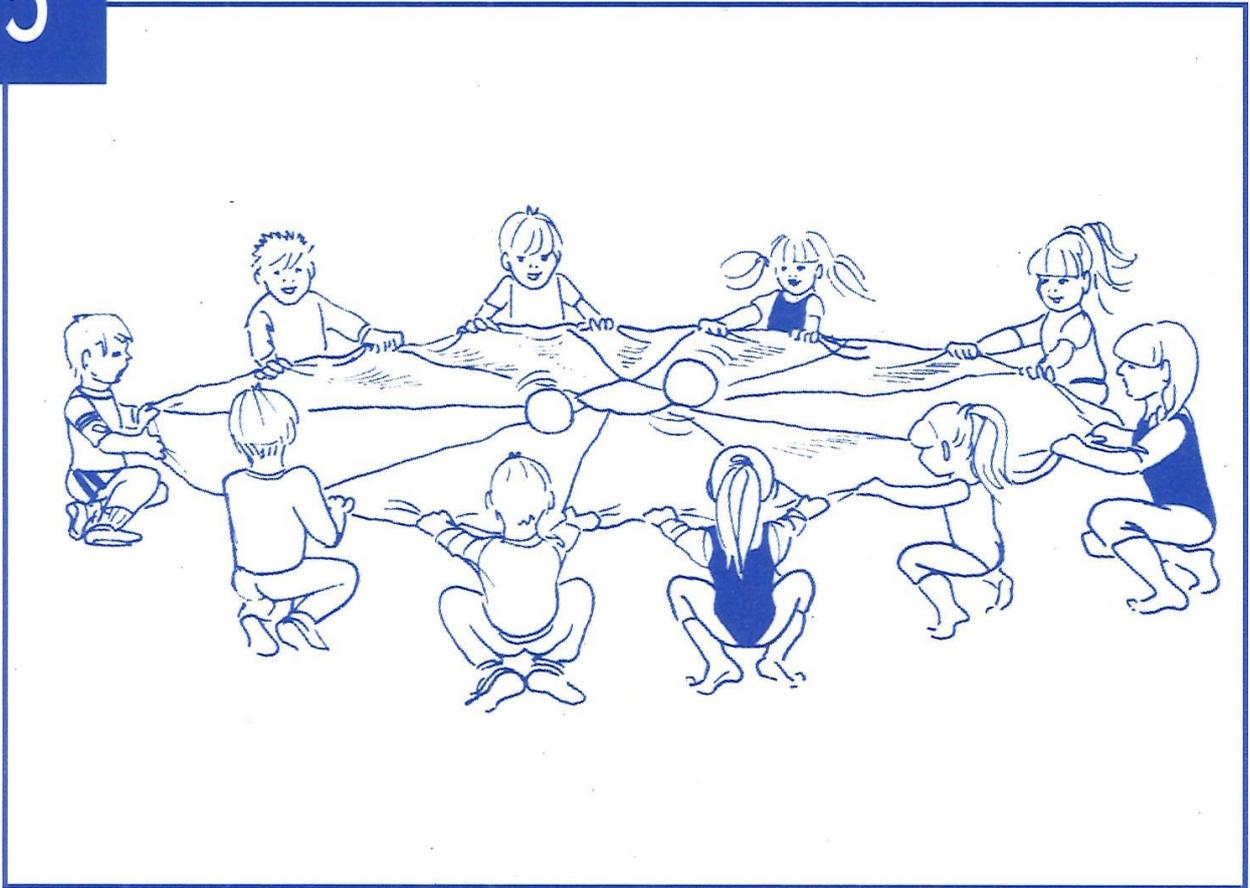
Jeux d'équipe :



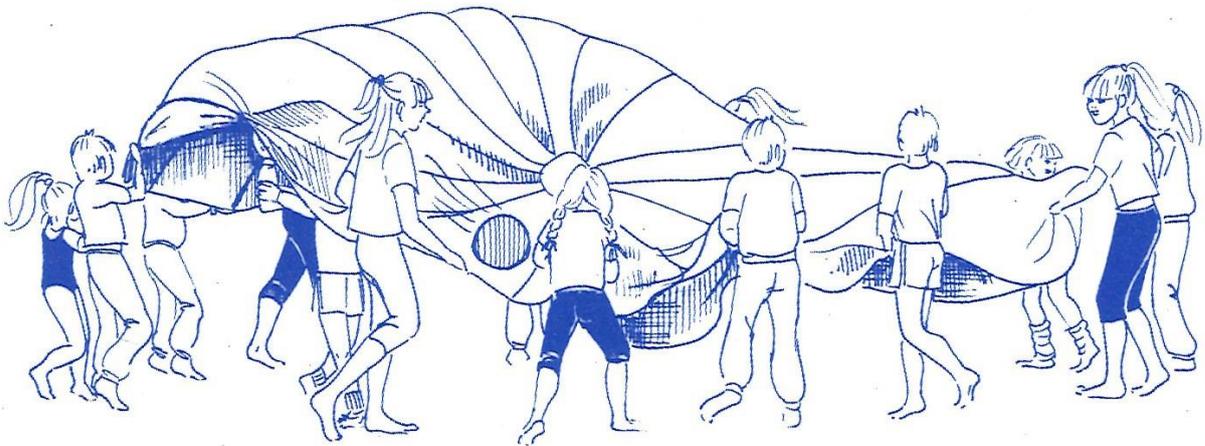
- 1.** Partagez le groupe en deux équipes.
- 2.** Chaque équipe a sa balle de couleur différente.
- 3.** L'ouverture au milieu du parachute doit être légèrement plus grande.
- 4.** Placez les deux balles dans le parachute.
- 5.** A présent, les enfants soulèvent le parachute en vagues (par de petits mouvements de bas en haut).
- 6.** Quelle équipe obtient le plus de buts ?
- 7.** Un point pour chaque balle mise dans le trou.
- 8.** Vous êtes l'arbitre - celui qui rattrape les balles et les remet dans le parachute.
- 9.** Chaque équipe peut aussi désigner une fille ou un garçon pour rattraper les balles, ce qui active le jeu.



- 1.** Partagez le groupe en deux équipes en fonction de la taille des enfants.
- 2.** Les enfants les plus petits sont au milieu, sous le parachute. Les plus grands sont aux bords du parachute.
- 3.** L'équipe qui tient le parachute par les bords le tient de la main gauche et le soulève.
- 4.** Chaque équipe a au moins une balle par joueur.
- 5.** Le groupe à l'intérieur tient les balles et les jette l'une après l'autre vers le groupe à l'extérieur qui essaye de les rattraper d'une main et de les relancer.
- 6.** N'oubliez pas de désigner un ou une responsable du ballon.
- 7.** Un enfant du groupe extérieur pourrait former une paire avec un enfant du groupe intérieur.
- 8.** Interchangez les places si c'est possible.



- 1.** Partagez le groupe en deux équipes, par exemple les filles contre les garçons.
- 2.** Chaque équipe tient sa moitié de parachute.
- 3.** Tout en tenant le parachute, les enfants s'accroupissent.
- 4.** Deux balles de couleurs différentes sont déposées dans le parachute.
- 5.** Les balles sont mises en mouvement par les enfants qui se lèvent puis s'accroupissent, chaque équipe à son tour.
- 6.** Un but est marqué lorsque l'une des balles roule hors du parachute.
- 7.** Vous pouvez être l'arbitre et le ramasseur.



- 1.** Tenez le parachute à la hauteur de votre menton.
- 2.** Mettez une ou plusieurs balles de ping-pong dans le parachute.
- 3.** Chaque joueur à son tour souffle sur la balle.
- 4.** Vous pouvez aussi jouer avec deux ou plusieurs balles de ping-pong de différentes couleurs :

-
- 1.** Donnez une grosse balle à l'un des enfants. Tous les enfants sont debout et tiennent le parachute.
 - 2.** La balle va d'un enfant à l'autre par un mouvement de vagues du parachute.
 - 3.** Accélérez peu à peu le jeu, par exemple en criant le nom des enfants.
 - 4.** Les vagues dansantes du parachute ainsi que les couleurs font une jolie impression.

7

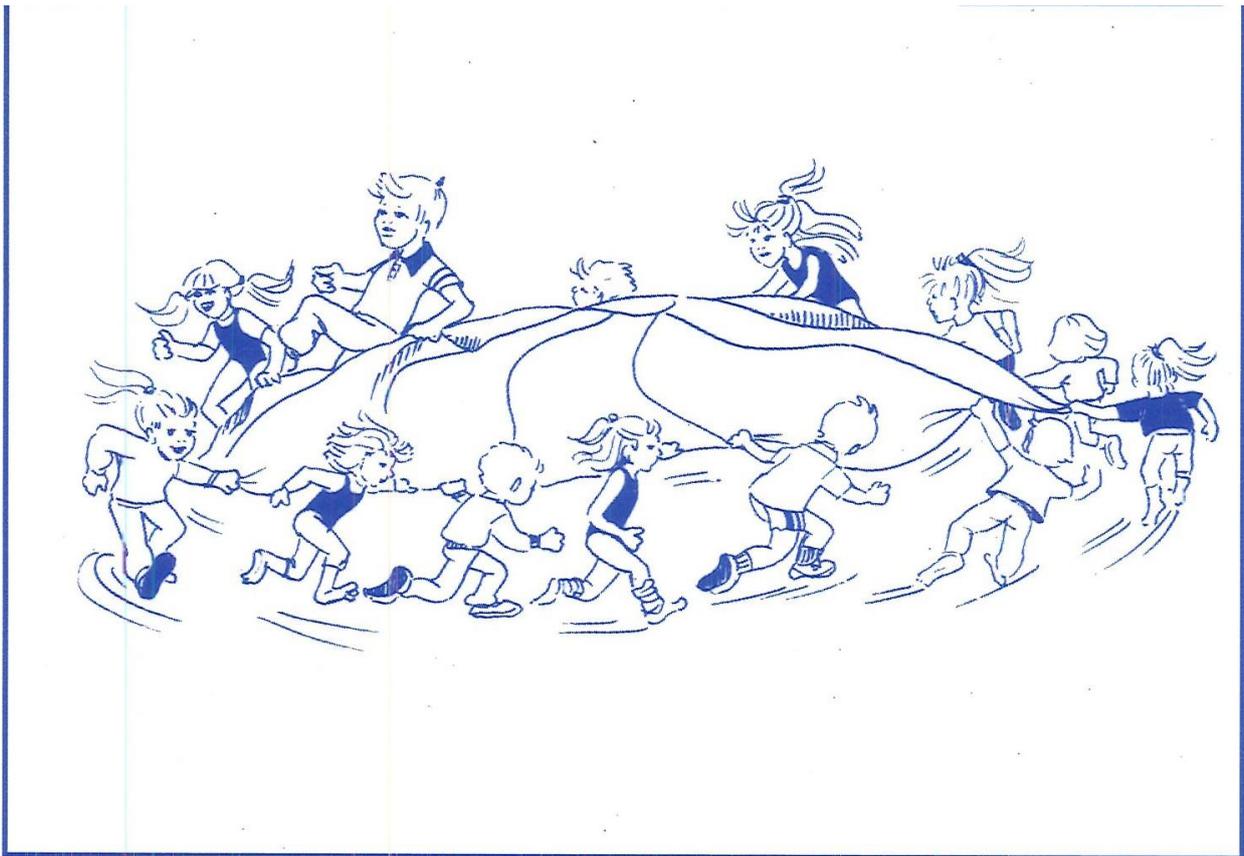
Petits exercices pour les débutants :



- 1.** Les enfants sont placés autour du parachute.
- 2.** Ils s'accroupissent.
- 3.** Ils saisissent les bords du parachute qui s'emplit d'air et fait une bulle impressionnante au-dessus des enfants.



- 1.** Les enfants sont placés autour du parachute.
- 2.** Ils s'accroupissent.
- 3.** Ils saisissent les bords du parachute (comme ils l'ont fait pour la bulle).
- 4.** Ils se lèvent tous en même temps en levant les bras pour que le parachute s'emplisse d'air.
- 5.** Lorsque le parachute est aussi haut que possible, ils peuvent :
 - courir sur quelques pas en direction du centre en abaissant le parachute par-dessus leurs têtes, et s'asseoir sur ses bords - ce qui fait une jolie tanière.
 - Si les enfants sont vraiment petits, ils peuvent se précipiter vers le milieu et s'asseoir. La tanière retombera doucement sur eux en les recouvrant.



- 1.** Les enfants sont placés autour du parachute.
- 2.** Ils saisissent les bords du parachute avec la main gauche.
- 3.** Tout le monde court ou marche dans la même direction.
- 4.** La vitesse peut dépendre de vous ou bien d'une musique.
- 5.** Changez de main et tournez dans l'autre sens.
- 6.** Il est également possible de :
 - faire face au parachute,
 - le tenir à deux mains...
 - ... et marcher en crabe,
 - rappelez-vous qu'il doit y avoir suffisamment d'espace entre chaque enfant ainsi qu'entre les mains de chaque enfant.

Comment utiliser le parachute avec d'autres équipements de jeux :

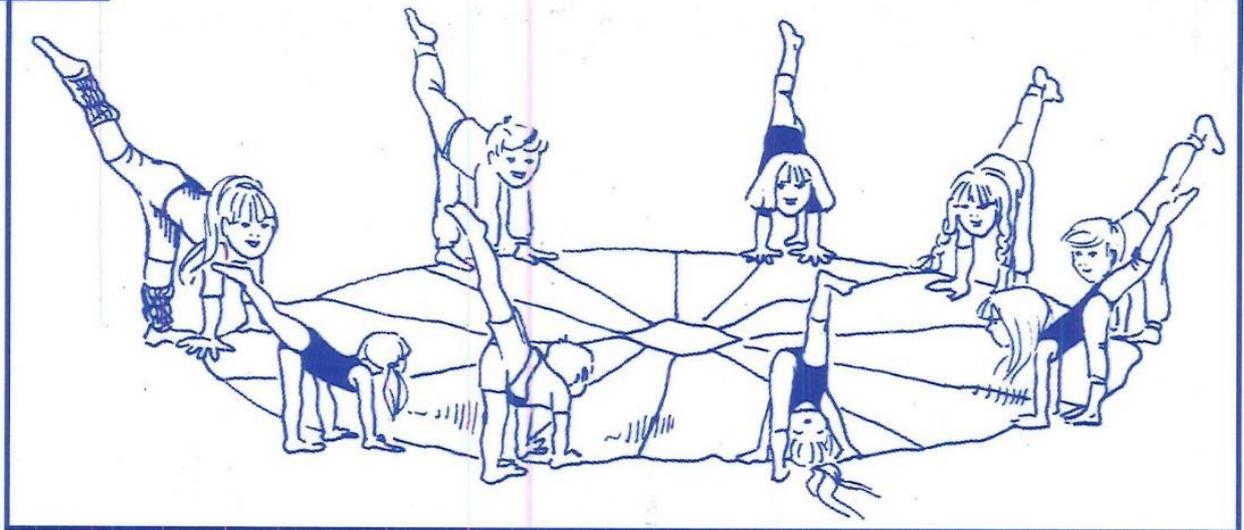


- 1.** Placez plusieurs arceaux de couleur sous le parachute.
- 2.** Des balles, ou des sacs lestés, de la même couleur que les cerceaux, sont posés en pile.
- 3.** Les enfants sont partagés en deux équipes :
 - **Équipe n° 1** : secoue le parachute de bas en haut.
 - **Équipe n° 2** : dépose un sac lesté dans un cerceau, chacune à son tour.
(Exemple : distinction des couleurs : le sac vert dans le cerceau vert, etc....)

Le jeu est à présent associé à l'apprentissage des couleurs et des formes. Commencez avec seulement quelques couleurs et quelques formes.

11

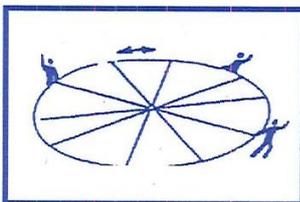
De multiples possibilités de jeux :



1. Utilisez le parachute avec un accompagnement musical. Laissez l'imagination des enfants ou bien la vôtre, déterminer les règles du jeu.

2. Effectuez avec la musique des exercices de danse simples.

3. Au bout d'un tour, laissez les enfants faire leurs propres jeux.



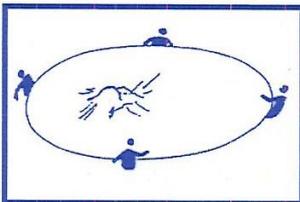
• ROUE SOLAIRE :

Les joueurs tiennent la toile à une main,
- courent dans le sens/ou dans le sens inverse des aiguilles d'une montre,
- saluent de la main libre,
- changent de direction au signal.



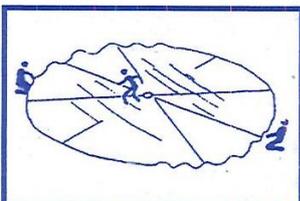
• PANIER A BALLONS :

Les joueurs se trouvent autour de la toile - le ballon doit, au moyen de mouvements simultanés de la toile, rouler dans la corbeille.



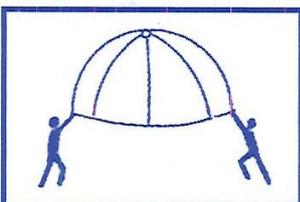
• CROCODILES DU NIL :

Les joueurs sont assis, les jambes sous la toile - mouvements de vagues - ,
- sous la toile se trouve un joueur (crocodile),
- il tire les autres joueurs sous la toile et deviennent à leurs tours crocodile.



• MER AGITÉE :

Les joueurs accroupis,
- exercent de légers mouvements de vagues,
- les joueurs courent à travers les vagues sur la toile.



• IGLOO :

Les joueurs tiennent la toile à deux mains,
- la jettent vers le haut,
- la tirent derrière leur dos vers le bas et s'assoient dessous.



LOIRE-ATLANTIQUE

Amusez-vous bien !