

L'ÉCOLE DE SPORT AVEC L'UFOLEP 63

Une activité d'éveil et de découverte

Faire découvrir aux enfants, à partir de 5 ans, la diversité des activités physiques et leur permettre d'acquérir des expériences sportives par l'intermédiaire du jeu.

Un contenu pédagogique adapté

3 cycles de 3mois :

- Un cycle de psychomotricité : découvrir son corps par des parcours gymniques, athlétiques et des jeux de coordination et d'expression,
- Un cycle de socio-motricité : apprendre à jouer avec les autres par des jeux collectifs, de raquettes et d'oppositions,
- Un cycle de découverte d'un environnement extérieur : appréhender la nature par des jeux de plein air, des parcours d'équilibre et des jeux de découverte.

Un encadrement motivé et compétent

Un apprentissage de l'association

- Participation, à travers l'investissement dans l'école de sport, à la vie de l'association,
- Aide de parents dans l'animation des séances éducatives (sous la responsabilité de l'éducateur).

Cycle 1 (1er trimestre) : PSYCHOMOTRICITE

LES OBJECTIFS	LES COMPORTEMENTS ATTENDUS	DES SITUATIONS CONCRETES
PARCOURS GYMNIQUES		
S'équilibrer Rouler Sauter Tourner Ramper Grimper Se balancer	Accepter de prendre des risques mesurés, Se repérer dans l'espace, Mémoriser et reproduire des actions	Marcher ou ramper sur une poutre Rouler sur un tapis Utiliser une corde pour se balancer, grimper, se suspendre
PARCOURS ATHLETIQUE		
Sauter Lancer Courir	Se déplacer dans l'espace, Appliquer une consigne, Découvrir différentes manières de se mouvoir	Sauter par-dessus un obstacle Courir en ligne droite Lancer un objet,
JEUX D'EXPRESSION		
S'exprimer Mimer Imaginer Créer Reproduire	Accepter d'être regardé, Faire appel à son imaginaire, Se mouvoir en rythme, Se faire comprendre et communiquer avec son corps	Faire mimer des thèmes, Créer une danse avec un objet, Proposer une situation à partir d'une musique...
JEUX DE COORDINATION, D'ADRESSE ET DE MANIPULATION		
Lancer Contrôler Réceptionner Toucher Faire rebondir Faire rouler	Déplacer un objet dans l'espace, Accepter de partager différents objets, Se concentrer et s'appliquer	Introduire la notion d'échange, Varier les trajectoires, Modifier la cible dans l'espace

Cycle 2 (2ème trimestre) : SOCIO-MOTRICITE

LES OBJECTIFS	LES COMPORTEMENTS ATTENDUS	DES SITUATIONS CONCRETES
JEUX COLLECTIFS		
Coopérer Intercepter Se placer Se positionner Respecter S'impliquer	Se situer par rapport à un partenaire, S'adapter aux changements de situations, Développer l'esprit d'initiative, Accepter et respecter des règles de jeu	Balle au capitaine La balle brûlante Le déménageur Stop/ballon La thèque
JEUX D'OPPOSITION		
S'opposer Déséquilibrer Pousser Tirer Soulever Retourner Immobiliser	Accepter et respecter les temps du jeu, Se maîtriser et respecter l'adversaire, Accepter le contact, Comprendre et anticiper les intentions de l'adversaire, Observer et contrôler le bon comportement	Combat de coqs La tortue Les « sumos » Les crocodiles



Parcours athlétique (cycle1)



Jeux d'opposition (cycle 2)

Cycle 3 (3ème trimestre) :
DECOUVERTE D'UN ENVIRONNEMENT SPECIFIQUE

LES OBJECTIFS	LES COMPORTEMENTS ATTENDUS	DES SITUATIONS CONCRETES
ACTIVITES DE GLISSE		
Glisser S'arrêter Tourner Slalomer Chuter	Respecter des notions de sécurité, Savoir maîtriser son déplacement (s'arrêter, s'équilibrer, changer de direction, franchir des obstacles...) Réguler sa vitesse	Se déplacer et se laisser tomber, Proposer des situations ludiques afin de se libérer de la peur du déséquilibre, Adapter des jeux traditionnels et/ou collectifs à ce mode de glisse
ORIENTATION ET JEUX EXTERIEURS		
Se repérer Se situer Observer Mémoriser Se rassurer	Savoir se situer dans un espace précis, Observer et retranscrire des informations sur un plan, Se déplacer dans un milieu connu	Dessiner un lieu Rechercher des objets par rapport à un dessin Rechercher un lieu photographié Chasse au trésor

Vous souhaitez créer une « Ecole de Sport » au sein de votre association ?

L'UFOLEP 63 vous conseille et vous accompagne !

Contact

accueil@ufolep63.org

04 73 14 79 12