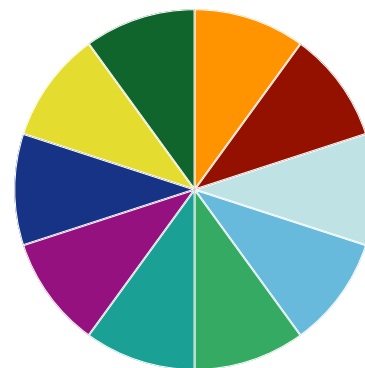




Formes fondamentales du mouvement

- courir, sauter
- se tenir en équilibre
- rouler, tourner
- grimper, appuyer
- bercer, balancer
- danser, rythmer
- lancer, attraper
- lutter, se bagarrer
- déraiper, glisser
- autres formes

•Trois chapitres principaux:

- Développer les bases
- Formes de base du mouvement
- Apprendre à jouer

•Trois niveaux:

Niveau facile	Niveau moyen	Niveau difficile
Exigences minimales, de préférence pour des enfants plus jeunes (5-8 ans)	Exigences normales, difficile pour des enfants plus jeunes, facile pour des enfants plus âgés	Exigences maximales, de préférence pour des enfants plus âgés (7-10 ans)

Planification pour un cours Sport des enfants 1 à 6 - Allround																									
PLANNING ENTRAÎNEMENT KIDS 2010/2011																									
Lektion/Training			Sport principal	Sports apparentés	Sports à découvrir																				
	Dates	Thèmes principaux			Contenu de la leçon	Jean Michel	Carole Bertrand	Jaclyn Thierry	Perrin Olivier	Pierre Thierry	Carole A. Laine	Holinger Michael	Environnement du cours		Accroissement de la leçon				Particularité						
1	18.08.10	Vélo		1	Perfectionnement	1	1	1	1	0	0	1	5	Collège Fontenay	x	x	x	x	x						
2	25.08.10	Handball	1		Initiation	1	1	0	1	0	0	0	3		x	x	x	x	x						
3	01.09.10	Tennis		1	Initiation	1	1	1	1	1	1	1	5		x	x	x	x	x						
4	08.09.10	Ballon s/corde		1	Différents ballons	0	0	1	1	1	1	1	4		x	x	x	x	x						
5	15.09.10	Handball	1		Initiation	0	0	1	1	1	1	1	3		x	x	x	x	x						
6	22.09.10	Piscine		1	Centre Thermal	0	1	0	1	0	1	0	3	Centre Thermal		x	x	x	x						
7	29.09.10	Handball	1		Initiation	0	1	1	1	1	0	0	3		x	x	x	x	x						
8	06.10.10	Handball	1		Initiation	0	0	1	1	1	1	1	3		x	x	x	x	x						
9	13.10.10	Orientation		1	Initiation	1	0	1	1	1	1	1	4	Autour de l'école				x	x						
	20.10.10	Vacances automne											0												
	27.10.10	Vacances automne											0												
10	03.11.10	Handball	1		Initiation	1	1	1	0	1	1	1	4		x	x	x	x	x						
	09.11.10	Réunion PARENTS			19 H 30 - Ev. Centre Thermal																				
11	10.11.10	Football		1	Initiation	1	1	1	0	0	0	0	3		x	x	x	x	x						
12	17.11.10	Handball	1		Initiation	1	1	1	0	0	0	0	3		x	x	x	x	x						
13	24.11.10	Patinoire		1	Initiation	0	0	1	1	1	1	1	3	14 H - 15 HEURES		x	x	x	x						
...																									
	12																								
	13																								
	14																								
	15																								

Le formulaire ainsi que des planifications types peuvent être téléchargés à l'adresse suivante : www.jeunesseetsport.ch -> Allround (enfants) -> Documents

Buts du cahier d'entraînement

- Le cahier d'entraînement donne un **aperçu des contenus possibles** de la formation dans le Sport des enfants.
- Le cahier d'entraînement vise à **soutenir les moniteurs J+S** dans leur travail mais sans entraver leur personnalité ni leur créativité.
- Le moniteur doit **choisir** des contenus appropriés qui seront entraînés et exercés pendant une offre J+S.
Le choix dépend:
 - de l'âge/du niveau de développement
 - du niveau
 - des connaissances préalables
 - ...

Buts de la planification des cours

- Le moniteur **doit tenir une planification** des cours pour chaque offre J+S et pour chaque groupe.
- Ce document sert à planifier les événements et les meilleurs offres.
- Il est possible d'utiliser des modèles de document privés pour autant que ceux-ci contiennent les indications exigées.
- La planification doit être **conservée pendant cinq ans** et être présentée si nécessaire au coach J+S responsable.

Conception des leçons J+S-Sport des enfants

L'enseignement / l'entraînement des enfants doit

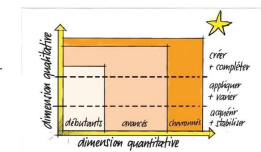
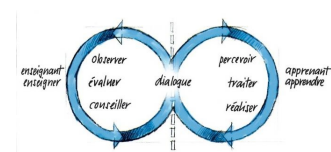
- être **global** et complet,
- être **adapté** à l'âge et aux capacités des enfants,
- être **polysportif** et **varié**.
- se baser sur des principes scientifiques (et de la politique de la santé).
- ne pas amener à la **spécialisation précoce** et ne pas tenir compte des **exigences spécifiques** de la promotion de la relève d'une discipline.

Conception générale

• Offre adaptée à l'âge des enfants

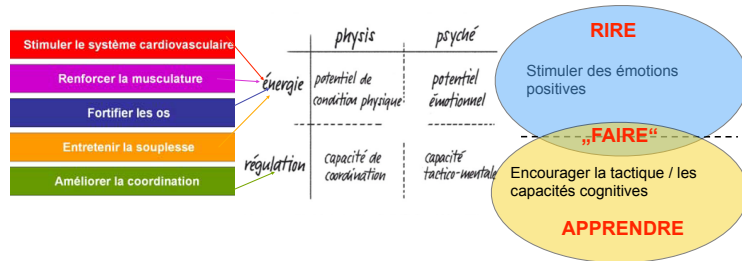
• Les besoins spécifiques et le comportement des enfants de ce groupe d'âge doivent être pris en considération :

- dans le concept pédagogique
- dans le concept méthodologique
- dans le concept de motricité sportive



	physique	psyché
énergie	potentiel de condition physique	potentiel émotionnel
régulation	capacité de coordination	capacité tactico-motrice

Contenu



Planification à long terme

- Tâches

- Planification annuelle/saisonnière saisie dans la planification des cours
- Connaissances relatives aux personnes (âge, nombre, niveau, etc.)



Planification à long terme

- Tâches

- Conditions relatives aux situations (matériel, environnement, temps, etc.)
- Normes (Directives J+S-Sport des enfants)

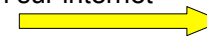


Conception des leçons

Chaque leçon comprend:

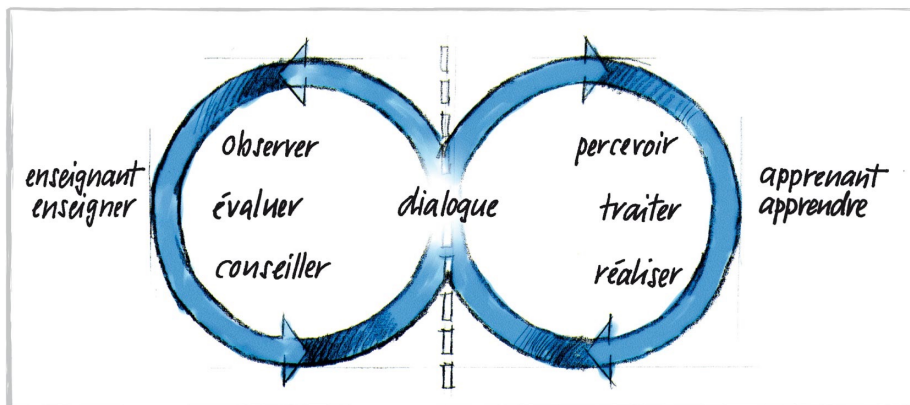
- une introduction
- une partie principale
- une partie finale

- Voir leçons d'introduction sur internet



5. Spécial et subord Exemple : <i>Il est si gentil qu'il est prêt à tout faire pour son prochain.</i> La phrase est une phrase simple et non une phrase complexe. La phrase est une phrase simple car elle ne comporte qu'un seul verbe principal. Le verbe principal est "est". La phrase est une phrase simple car elle ne comporte qu'un seul verbe principal. Le verbe principal est "est". La phrase est une phrase simple car elle ne comporte qu'un seul verbe principal. Le verbe principal est "est".	
6. Phrase principale Exemple : <i>Il est si gentil qu'il est prêt à tout faire pour son prochain.</i> La phrase est une phrase principale car elle est la phrase principale de la phrase. La phrase est une phrase principale car elle est la phrase principale de la phrase. La phrase est une phrase principale car elle est la phrase principale de la phrase.	7. Disjonction/Exhaustive Exemple : <i>Il est si gentil qu'il est prêt à tout faire pour son prochain.</i> La phrase est une phrase disjonctive car elle est la phrase disjonctive de la phrase. La phrase est une phrase disjonctive car elle est la phrase disjonctive de la phrase. La phrase est une phrase disjonctive car elle est la phrase disjonctive de la phrase.
8. Exhaustive et subord Exemple : <i>Il est si gentil qu'il est prêt à tout faire pour son prochain.</i> La phrase est une phrase exhaustive car elle est la phrase exhaustive de la phrase. La phrase est une phrase exhaustive car elle est la phrase exhaustive de la phrase. La phrase est une phrase exhaustive car elle est la phrase exhaustive de la phrase.	9. Disjonction/Exhaustive Exemple : <i>Il est si gentil qu'il est prêt à tout faire pour son prochain.</i> La phrase est une phrase disjonctive car elle est la phrase disjonctive de la phrase. La phrase est une phrase disjonctive car elle est la phrase disjonctive de la phrase. La phrase est une phrase disjonctive car elle est la phrase disjonctive de la phrase.
9. Exhaustive et subord Exemple : <i>Il est si gentil qu'il est prêt à tout faire pour son prochain.</i> La phrase est une phrase exhaustive car elle est la phrase exhaustive de la phrase. La phrase est une phrase exhaustive car elle est la phrase exhaustive de la phrase. La phrase est une phrase exhaustive car elle est la phrase exhaustive de la phrase.	10. Disjonction/Exhaustive Exemple : <i>Il est si gentil qu'il est prêt à tout faire pour son prochain.</i> La phrase est une phrase disjonctive car elle est la phrase disjonctive de la phrase. La phrase est une phrase disjonctive car elle est la phrase disjonctive de la phrase. La phrase est une phrase disjonctive car elle est la phrase disjonctive de la phrase.

Préparer à l'avance



Conception des leçons

Quel est l'**objectif** de la leçon?

Quelles sont les **connaissances préalables** des enfants dans ce domaine

Niveau d'apprentissage



Conception des leçons | Introduction

Rituel de bienvenue

Brefs exercices (Brochure "Jouer") relatifs aux couleurs qui ne sont pas représentées dans la partie principale.



- courir, sauter
- se tenir en équilibre
- rouler, tourner
- grimper, appuyer
- bercer, balancer
- danser, rythmer
- lancer, attraper
- lutter, se bagarrer
- dérapier, glisser
- autres formes



Conception des leçons | Partie finale

Brochure "Jouer"

J+S-Kids – Exemples pratiques



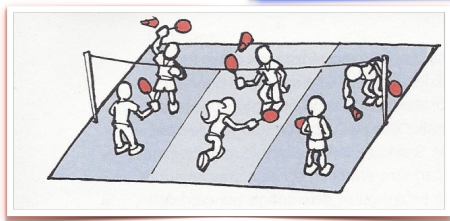
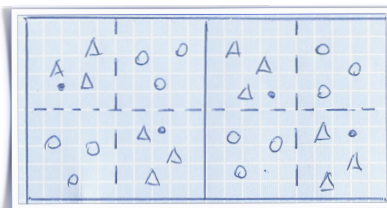
Conception des JEUX

Nombre de terrains et dimensions

Genre de ballons et nombre de ballons

Adapter les règles au niveau des enfants

Nombre de joueurs par équipes



Principes d'organisation

FIL ROUGE

- Matériel
- Réduire les changements
- Equipe – agrès – règles
- Peu d'explications – montrer
- Intensité progressive



Principes d'organisation

Lieu de rassemblement au début et à la fin

Matériel

Formation des équipes

Jeux – agrès - estafettes

Mise en place des agrès

Plan – fiches – dessins – n°

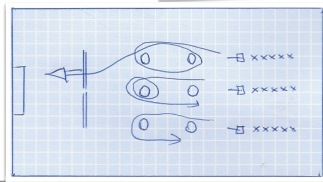
Danger - sécurité



Principes d'organisation

Jeux – estafettes

- Effectifs – Temps d'attente
- Formes de relais
- Buts – plaisir – intensité
- Distances de freinage
- Course d'essai
- Du simple au compliqué



EVALUATION

Tests KIDS HANDBALL JANVIER 2017

Tests janvier 2017 - KIDS USY										Points sec. 15		Points janv. 17		Total sec. 15		Total janv. 18		Cordes à sauter		Cordes points		Saut long/lévrier		Lancer 40 sec.		Lancer points		Escaliers vitesse		Escaliers points		Défense véhicule		Défense pas		Lancer distance		Lancer points		Vitesse 4,9 m		Vitesse points		Pivot Technique	
										sec. 15		diff. 17		sec. 15		sec. 18		Cordes à sauter		Cordes points		Saut long/lévrier		Lancer 40 sec.		Lancer points		Escaliers vitesse		Escaliers points		Défense véhicule		Défense pas		Lancer distance		Lancer points		Vitesse 4,9 m		Vitesse points		Pivot Technique	
Niveau 1	Nina	25.10.06			42,5	50,6	8,1			146	156	10			85	17					137	8		28	14		5,84	12		23	4		16,1	9		11,05	14		14						
	Yohan	11.12.06			24,5	27	2,5			132	140	8			67	13					153	11		21	10		4,67	17		34	15		16,5	9		11,35	13		10						
	Lucas	12.04.06		w	29,6	###			137	142	8			69	13					148	10		35	17		6,08	10		29	10		19,5	11		11,16	14		14							
	Tobias	22.06.06				29,8				139				87	17					175	16		31	15		4,75	17		37	18		24,6	15		11,01	19		16							
Niveau 2	Emilie	04.10.06			26,9	30,8	3,9			128	133	5			85	17					138	8		32	16		5,34	14		26	7		14,3	8		11,12	14		14						
	Leonard	01.09.06			31,5	36,5	5			136	143	7			81	16					152	11		36	18		5,71	12		28	9		17,3	10		10,2	19		10						
	Mathieu	30.04.06				33,8				139				78	15					170	15		22	11		5,05	16		27	8		14,2	8		10,13	19		14							
	Esteban	10.06.06				38,4				145				62	12					192	19		28	14		4,34	19		40	20		23	14		10,21	18		6							
Niveau 3	Evan	14.07.06			34,9	39	4,1			143	150	7			72	14					146	10		18	8		5,48	13		29	10		15,6	9		11,39	13		8						
	Emma	21.02.06			32,3	35,9	3,6			133	139	6			100	20					165	14		32	16		4,68	17		30	11		18,5	11		10,2	19		15						
	Ahmed	12.05.07				55,2				140				61	12					128	6		25	12		8,3	1		27	8		12	6		11,83	10		12							
	Noah	23.02.07			26	28,4	2,4			130	136	6			87	17					159	12		28	14		5,51	13		27	8		17,7	9		10,42	17		14						
Niveau 4	Romain	28.07.07			33,8	39,6	5,8			138	144	8			90	18					164	13		30	15		4,61	18		32	13		24	14		10,18	19		18						
	Mateo	12.07.07			28,2	25,7	2,9			125	132	7			91	18					167	14		28	14		5,22	19		30	20		22,8	13		10,45	17		18						
	Maxime	29.01.07			29,1	34	4,9			137	137	5			89	18					157	12		21	10		5,84	12		28	9		14,7	8		10,97	15		15						

EVALUATION

Classement par classe d'âge

	Tobias	22.06.06	133
	Emma	21.02.06	123
	Esteban	10.06.06	122
	Matthieu	30.04.06	106
	Léonard	01.09.06	105
	Lucas	12.04.06	99
	Yohan	11.12.06	98
	Emilie	04.10.06	98
	Nina	25.10.06	92
	Evan	14.07.06	85
	Mateo	12.07.07	129
	Romain	28.07.07	128
	Loris	21.02.07	125
	Noah	23.02.07	104
	Valentin	31.07.07	100
	Maxime	14.01.07	99
	Timo	26.08.07	84
	Dorian	30.05.07	77
	Thomas	21.03.07	69
	Ahmed	12.05.07	67
	Adam	26.06.07	66
	Roman	25.09.08	112
	Julien	13.09.08	107
	Arthur	06.08.08	106
	Fmilien	17.01.08	90

Classement général

1	Tobias	22.06.06	133
2	Mateo	12.07.07	129
3	Romain	28.07.07	128
4	Loris	21.02.07	125
5	Emma	21.02.06	123
6	Esteban	10.06.06	122
7	Roman	25.09.08	112
8	Julien	13.09.08	107
9	Matthieu	30.04.06	106
10	Arthur	06.08.08	106
11	Léonard	01.09.06	105
12	Noah	23.02.07	104
13	Valentin	31.07.07	100
14	Lucas	12.04.06	99
15	Maxime	14.01.07	99
16	Yohan	11.12.06	98
17	Emilie	04.10.06	98
18	Nina	25.10.06	92
19	Emilien	17.01.08	90
20	Evan	14.07.06	85
21	Timo	26.08.07	84
22	Oscar	04.04.09	80
23	Dorian	30.05.07	77
24	David	23.08.09	76

Evaluation des leçons

Est-ce que les enfants ont ri?

Est-ce que les enfants ont appris quelque chose?

Est-ce que les enfants ont réalisé une performance?



Merci de votre attention

