Bascule hivernale

Activité

Ressource:
Au-delà des murs : activités pour l'extérieur

Année(s): 4e 5e 6e

Cycle(s): Moyen

Contexte : Programme-cadre

Saison : Hiver

Aperçu de l'activité

Les participants envoient des objets vers des cibles tout en s'adaptant aux conditions hivernales et en réfléchissent à l'impact des conditions météorologiques et des vêtements d'extérieur sur leurs mouvements et leurs stratégies de jeu. Les participants réfléchissent à leur tenue vestimentaire pour des activités hivernales et à des moyens d'adapter le jeu afin d'y jouer dans des conditions hivernales avec des camarades et des membres de leurs familles pour demeurer actifs en hiver.

Consultez la page de **Considérations en matière de sécurité** pour de plus amples renseignements sur les normes de sécurité, des considérations de sécurité en hiver et des consignes relatives aux aires et aux surfaces de jeu extérieures visant à assurer la sécurité des participants.

Matériel

- Cerceaux
- Cônes

- Objets à envoyer (par exemple, sacs de fèves, disques volants, poulets en caoutchouc), un par paire

Avant le jeu

- Passez en revue les consignes de sécurité et les règles pour l'activité avec les participants.
- Établissez les limites de l'aire de jeu et expliquez-les aux participants.
- Jumelez les participants et distribuez à chaque équipe un cerceau et un objet à envoyer.
- Délimitez une ligne de départ et une ligne d'arrivée à l'aide de cônes ou en traçant une ligne dans la neige s'il y en a suffisamment.
- Demandez aux équipes de placer leur cerceau cinq à dix mètres devant la ligne de départ.
- Expliquez aux participants que l'objectif est d'envoyer leur objet pour qu'il atterrisse au milieu de leur cerceau sans le toucher en tenant compte des conditions météorologiques et de la surface de jeu.

Pendant le jeu

- Demandez aux participants de s'entraîner à envoyer leur objet en lançant par-dessous, pour qu'il atterrisse au milieu de leur cerceau sans le toucher en tenant compte des conditions météorologiques et de la surface de jeu. Encouragez les participants à rapprocher leur cerceau en cas de difficulté, ou à l'éloigner pour accroître le degré de difficulté.
- Demandez aux équipes d'arrêter de jouer et utilisez les questions suivantes pour permettre aux participants de réfléchir à la façon de réussir à envoyer leur objet en s'adaptant aux conditions météorologiques et de la surface de jeu :
    - Comment les conditions météorologiques ou de la surface de jeu influent-elles sur votre capacité à envoyer votre objet au milieu de votre cible?
    - Comment vos vêtements d'hiver influent-ils sur votre capacité à envoyer votre objet avec précision?
    - Comment pouvez-vous modifier votre façon d'envoyer l'objet pour vous adapter à ces conditions?

- Invitez les équipes à reprendre le jeu et demandez aux participants d'envoyer leur objet, tour à tour, dans leur cerceau, de le récupérer et de retourner rapidement à la ligne de départ.
- Invitez les participants à faire basculer leur cerceau une fois vers la ligne d'arrivée de l'aire de jeu chaque fois que leur objet atterrit au milieu de ce dernier.
- Le jeu se termine lorsque la première équipe fait franchir à leur cerceau la ligne d'arrivée.

Après le jeu

Utilisez les questions ci-dessous pour permettre aux participants de réfléchir aux moyens utilisés pour s'adapter aux conditions hivernales et à l'impact des conditions météorologiques et de leurs vêtements d'extérieur sur leurs mouvements et leurs stratégies de jeu. Les participants doivent réfléchir à leur tenue vestimentaire pour des activités hivernales et à des moyens d'adapter le jeu afin d'y jouer dans des conditions hivernales avec des camarades et des membres de leurs familles pour demeurer actifs en hiver.

Questions :

- Pour tenir compte des conditions météorologiques et des conditions de la surface de jeu, comment avez-vous adapté l'envoi de votre objet alors que vous déplaciez votre cerceau vers l'autre extrémité de l'aire de jeu?
- Quel était l'impact des conditions de la surface de jeu sur vos déplacements pour récupérer votre objet et pour faire basculer votre cerceau?
- Comment vos vêtements d'hiver ont-ils influé sur votre capacité à bouger et à envoyer votre objet?
- Que devriez-vous prendre en considération pour vous habiller adéquatement en hiver pour pratiquer diverses activités physiques?
- Qu'avez-vous aimé de jouer à un jeu d'intérieur à l'extérieur en hiver?
- Comment pourriez-vous changer ce jeu pour y jouer avec des camarades et des membres de votre famille afin de les inciter à être actifs en hiver?
- Quel matériel disponible à la maison pourriez-vous utiliser? Où pourriez-vous jouer?

Adaptations

Voici quelques conseils qui pourraient optimiser le degré de difficulté et le plaisir pour les participants.

- Intégrez l'habileté de réception d'un objet à l'activité en demandant à un participant de se placer debout dans le cerceau pour recevoir l'objet s'il est possible de le faire en toute sécurité. Si le participant attrape l'objet, l'équipe peut faire basculer son cerceau.
- Déterminer une limite de temps pour jouer au jeu.
- Invitez les participants à tenter d'envoyer divers objets et discutez des réussites et des difficultés associées à l'envoi des objets choisis.

Modifications

Voici quelques conseils qui pourraient optimiser l'inclusion et le plaisir de l'ensemble des participants.

- Pour les participants qui ont de la difficulté à envoyer un objet : demandez-leur de se déplacer avec l'objet ou de se rapprocher de la cible.
- Pour les participants qui ont de la difficulté à envoyer avec précision : offrez-leur un autre rôle dans l'activité (par exemple, déterminer l'emplacement du cerceau).