Cibles automnales

Activité

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

Année(s): 7e 8e

Cycle(s): Intermédiaire

Contexte : APQ

Saison : Automne

Aperçu de l'activité

Les participants utilisent les éléments naturels de leurs aires de jeu extérieures pour s'entraîner à envoyer des objets vers une cible afin d'effectuer un parcours en faisant le moins d'essais possible.

Consultez la page de **Considérations en matière de sécurité** de la ressource Au-delà des murs : activités pour l'extérieur pour de plus amples renseignements sur les normes de sécurité, des considérations de sécurité en automne et des consignes relatives aux aires et aux surfaces de jeu extérieures visant à assurer la sécurité des participants.

Matériel

- Ruban de signalisation ou craie en aérosol, ou jusqu'à 10 quilles ou cônes par groupe
- Variété de ballons ou disques volants à envoyer vers une cible (un par participant)

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.
- Divisez les participants en petits groupes de deux à six. Demandez à chaque groupe d'établir un parcours de cinq cibles dans l'aire de jeu établie.
- Encouragez les participants à utiliser des éléments de l'aire de jeu comme cible et fournissez-leur du matériel pour marquer chaque cible (p. ex., arbre, rocher, souche d'arbre). Insistez sur le fait que lors de la sélection d'une cible, les participants doivent s'assurer qu'elle est à une distance sécuritaire des autres cibles pour éviter de se faire frapper par un objet lancé.
- Demandez aux participants d'établir une ligne derrière laquelle les lanceurs doivent se placer. Les lanceurs peuvent traverser la ligne pour récupérer leurs objets pour le prochain lancer seulement quand tous les objets ont été lancés.
- Encouragez les participants à lancer à différentes distances des cibles, à utiliser des cibles de diverses dimensions, et à lancer de diverses façons (p. ex., lancer par-dessous ou par-dessus, lob).
- Demandez à chaque participant de choisir une balle ou un ballon et un instrument quelconque (selon le cas) pour envoyer l'objet vers la cible.

Pendant le jeu

- Les participants, tour à tour, envoient leur objet pour atteindre la première cible. Leur objectif est d'y parvenir en faisant le moins d'essais possible. Demandez-leur de réfléchir à des moyens qui améliorent leur chance de réussir et qui font entrave à la réussite des autres (p. ex., en lançant leur objet alors que l'objet de leur adversaire est dans les airs pour le frapper et changer sa trajectoire pour qu'il ne puisse atteindre la cible).
- Rappelez aux participants qu'il n'est pas permis de toucher à leur objet ou de le déplacer avant leur prochain tour.
- Chaque participant tente d'atteindre la même cible en faisant le moins d'essais possible.

Après le jeu

Utilisez les questions suivantes pour permettre aux participants de réfléchir à des façons d'être actifs en automne et d'inciter d'autres personnes à participer à des activités afin d'adopter l'habitude de faire de l'activité physique à l'extérieur tout au long de l'année.

Questions :

- Qu'est-il arrivé lorsque vous changiez la force que vous utilisiez pour envoyer votre objet vers la cible?
- Lorsque vous jouez contre d'autres participants, comment choisissez-vous l'endroit où viser pour frapper l'objet des autres participants et changer sa trajectoire?
- Comment le type d'instrument que vous choisissez peut-il avoir un impact sur vos chances d'atteindre votre cible?
- Quel serait l'impact sur votre choix de matériel de jouer à cette activité lors d'une autre saison?
- De quels éléments des conditions météorologiques devez-vous tenir compte lorsque vous envoyez votre objet (p. ex., vent, angle du soleil)?

Adaptations

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

- Encouragez les participants à utiliser un objet différent pour chaque ronde et à déterminer l'impact de cet objet sur le jeu.
- Fournissez une variété d'instruments de frappe et encouragez les participants à utiliser un instrument pour envoyer leur objet. Demandez-leur ensuite quel a été l'impact de l'instrument de frappe sur leurs envois.

Modifications

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

- Pour les participants qui ont des problèmes de mobilité : demandez aux participants de se jumeler pour les déplacements vers chaque cible.

- Pour les participants qui sont aveugles ou qui ont une déficience visuelle : fournissez une clochette qu’un autre participant peut faire sonner à l’emplacement de la cible pour aider le participant qui est aveugle ou qui a une déficience visuelle à localiser la cible.