# Golf d’hiver

*Activité*

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

**Année(s):** 9e 10e 11e 12e

**Cycle(s):** Supérieur

**Contexte :** Programme intra-muros

**Saison :** Hiver

## Aperçu de l’activité

Les participants jouent à une activité amusante dans un environnement hivernal afin d’établir des relations saines et des liens sociaux, tout en découvrant d’autres façons d’être actifs au cours de la journée d’école.

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 hiver et des consignes relatives aux aires et aux surfaces de jeu extérieures visant à assurer la sécurité des participants.

## Matériel

- Disques volants (Frisbee – un par participant)
- Drapeaux ou cônes pour indiquer chaque cible
- Gros ballon ou matériel modifié selon le cas
- Fiches de pointage (facultatif)

## Préparation

Organisez des séances de planification avec les élèves responsables des activités intra-muros pour créer un parcours de golf de neuf trous dans l'espace extérieur autour de l'école. Assurez-vous que la surface est sécuritaire pour l'ensemble des participants. Demandez aux responsables des activités intra-muros de créer des cibles à l'aide d'éléments naturels ou du matériel (p. ex., arbres, bancs de neige, cible sur une clôture à neige, poteaux de but, cerceaux placés à la verticale s'il y a assez de neige, drapeaux), et des fiches de pointage (facultatif).

## Consignes pour 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 paires, en groupes de quatre, ou autrement selon le nombre de participants.
- Distribuez à chaque participant un disque volant (Frisbee) ou un autre objet modifié à lancer selon les besoins des élèves.
- Faites commencer les groupes à des trous différents pour optimiser la participation.
- Demandez aux participants d'effectuer le parcours en prenant en note le nombre de lancers ou tentatives qui leur ont été nécessaires pour atteindre la cible.
- Établissez un nombre maximum de lancers par trou (p. ex., six lancers) pour améliorer les chances de réussite et favoriser l'inclusion de l'ensemble des participants.
- Créez un tournoi collaboratif ou demandez aux participants de jouer avec un partenaire et de choisir le meilleur lancer pour favoriser le jeu collaboratif.
- Encouragez les participants à faire part de leurs commentaires concernant l'évènement en réfléchissant aux sentiments ressentis lors de leur participation à l'activité physique quotidienne à l'extérieur en hiver, aux éléments qui leur ont apporté le plus de plaisir, et à ce qui pourrait leur apporter du plaisir à l'avenir pour continuer de participer à des activités intra-muros en hiver.

## Adaptations

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

- Invitez les participants à déterminer un système de pointage.
- Adaptez le parcours pour en accroître ou en réduire le degré de difficulté, selon les conditions hivernales et les habiletés des participants.
- Demandez aux participants de jouer avec le meilleur lancer pour que le jeu se joue plus rapidement, ou pour accommoder plus de participants.
- Demandez aux participants de jouer en équipes de quatre en choisissant le meilleur lancer et en comptant seulement le pointage d'équipe pour chaque trou.

## Modifications

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

- Pour les participants ayant des déficiences physiques qui ont de la difficulté à envoyer des objets : fournissez-leur un objet (gros ballon mou) et créez des cibles différentes qu'ils peuvent atteindre et toucher.
- Pour les participants ayant des problèmes de mobilité : encouragez l'utilisation d'autres moyens pour se déplacer dans la neige (p. ex., utilisation d'un traineau).
- Pour les participants ayant des déficiences visuelles et qui ont de la difficulté à voir les cibles au sol : invitez-les à collaborer avec un autre participant pour envoyer des objets tactiles vers des cibles surélevées (p. ex., envoyer des objets avec des clochettes dans de grands seaux).
- Encouragez la participation d'élèves mentors à l'activité intra-muros afin qu'elle soit inclusive pour l'ensemble des participants, peu importe leur capacité et leurs habiletés, et qu'elle favorise la collaboration, promouvant ainsi des communautés saines et positives.