

Parcelles de jardin

Activité

Ressource:

Au-delà des murs : activités pour l'extérieur

Année(s): 7e 8e

Cycle(s): Intermédiaire

Contexte : Programme-cadre

Saison : Printemps

Aperçu de l'activité

Les participants s'entraînent à envoyer et à recevoir une balle (ou ballon) et mettent en pratique des tactiques pour un jeu avec filet ou mur; les participants doivent envoyer une balle dans le quadrant de l'adversaire tout en défendant leur zone et en pensant à la saine alimentation et à la bonne gestion de l'environnement.

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

Matériel

- 9 cônes par groupe (ou un espace de jeu « 4 carrés »)
- 1 balle (ou ballon) de caoutchouc par groupe

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 groupes de quatre. Chaque groupe délimite son aire de jeu en créant un grand carré avec des cônes, puis divise le carré en quadrants et marque le point à mi-chemin de chaque côté extérieur. Le dernier cône est placé au milieu de leur aire de jeu pour que chaque participant ait sa parcelle dans le « jardin » du groupe. Vous pourriez aussi utiliser un terrain de « 4 carrés » si vous en avez un à votre disposition.
- Discutez du concept d'un jardin et de ce qu'il faut faire pour l'entretenir. Encouragez les participants à faire part de leurs connaissances sur les jardins, les semences d'aliments ou de plantes qui peuvent être semées au printemps pour une récolte pour plus tard à l'été ou à l'automne. Encouragez les discussions sur les espèces invasives et leur impact possible sur la croissance d'un jardin ou d'autres écosystèmes locaux (p. ex., mauvaises herbes, salicaire pourpre, lierre, sphinx, pucerons, papillon nocturne).
- Expliquez aux participants que le but du jeu est d'envoyer leur espèce invasive (balle ou ballon) dans les trois autres jardins (les autres quadrants) et d'empêcher une autre espèce invasive (balle ou ballon) d'atterrir dans leur jardin (quadrant).
- Établissez avec les participants les critères d'évaluation concernant la façon d'envoyer la balle selon l'état du terrain, l'espace disponible et les habiletés des participants (p. ex., attraper et lancer par-dessous, garder la balle dans les airs en la frappant avec la paume de la main, permettre un bond avant de la frapper avec un poing).

Pendant le jeu

- Demandez aux participants d'imaginer que la balle est une mauvaise herbe, une espèce invasive ou une peste. Chaque fois qu'elle arrive dans leur parcelle, il faut la faire sortir le plus rapidement possible pour favoriser la croissance de leur jardin (afin de marquer des points).
- Lorsque la balle touche au sol dans la parcelle d'un participant, le participant qui l'a envoyée marque un point.

- Poursuivez le jeu et demandez aux participants de faire une rotation dans le sens des aiguilles d'une montre après chaque point.

Après le jeu

Utilisez les questions suivantes pour permettre aux participants de réfléchir à des façons d'être actifs au printemps 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 :

- Comment les diverses positions dans le jardin ont-elles influencé votre façon de jouer? La parcelle dans laquelle vous étiez a-t-elle eu un impact sur votre stratégie (p. ex., terrain de votre parcelle, direction du vent, angle du soleil)? Si oui, expliquez.
- Quels moyens avez-vous utilisés pour envoyer la balle hors de votre parcelle? Qu'est-ce qui facilitait l'envoi de la balle? Qu'est-ce qui le rendait plus difficile?
- Quels changements apporteriez-vous à ce jeu pour le rendre encore plus amusant?

Adaptations

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

- Établissez des règles différentes pour frapper la balle et marquer un point dans chaque parcelle du jardin (p. ex., une parcelle vaut deux points plutôt qu'un, une parcelle dans laquelle il faut seulement frapper la balle avec le poing, une parcelle où il est permis d'attraper et lancer plutôt que de frapper seulement) afin d'aider les participants à faire des rapprochements entre le jeu et des concepts associés au jardinage (p. ex., diverses plantes ont des besoins différents, comme de la lumière et des nutriments et elles dépendent les unes des autres dans un équilibre fragile).
- Fixez une limite de temps; le jardin sera une réussite si aucune espèce invasive n'a pu l'envahir au cours de cette période.
- Intégrez d'autres balles au jeu ou des balles de diverses grosseurs pour changer la cadence et le degré de difficulté du jeu.

- Fournissez un instrument aux participants pour envoyer la balle ou un autre objet (p. ex., moineau de badminton, ballon gonflable, balle de wiffle).

Modifications

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

- Pour les participants qui ont des limitations ou des déficiences physiques : permettez-leur d'envoyer la balle vers les autres parcelles en utilisant n'importe quelle partie du corps.
- Pour les participants qui ont une déficience intellectuelle : utilisez un ballon gonflable ou un plus gros ballon pour ralentir la cadence du jeu.