

## Animation Gym Jeux Olympiques de la Jeunesse – Paralympiques



©vousnousils

**Note : Voici 6 postes à choix pour votre leçon de 2 périodes. L'idée est de découvrir les sports proposés aux Jeux Olympique et Paralympiques d'hiver. Ceci en marge des Jeux Olympiques de la Jeunesse qui se dérouleront à Lausanne en 2020.**

**En retour au calme, on vous propose des images de sportifs en situation de handicap qui font du sport à haut niveau, des images de symbole des Jeux Olympiques ou autres images. Chaque élève peut choisir une photo et dire quelque chose qui lui tiens à cœur par rapport à la leçon ou la photo.**

**Pour toute question, On se tient à votre disposition.**

**L'équipe du renfort pédagogique Sport, ECES**

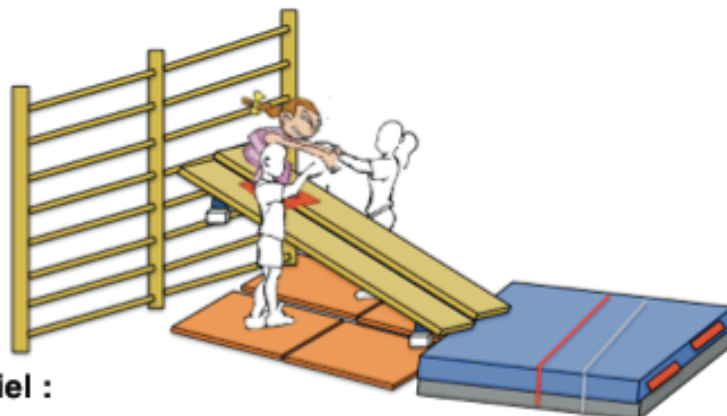
**Joëlle Remy**

**[Joelle.remy@vd.educanet2.ch](mailto:Joelle.remy@vd.educanet2.ch)**

**Tel : 0787049081**

## 1. SAUT À SKI

Tour à tour les enfants grimpent à l'espalier, glissent sur les 2 bancs placés obliquement avec un morceau de moquette et atterrissent sur le tapis. Ceux qui ne glissent pas sont à côté des bancs pour aider : tenir la moquette au départ - proposer leur poing comme appui au skieur (accompagner le skieur dans la descente - ne pas le tirer).



### **Matériel :**

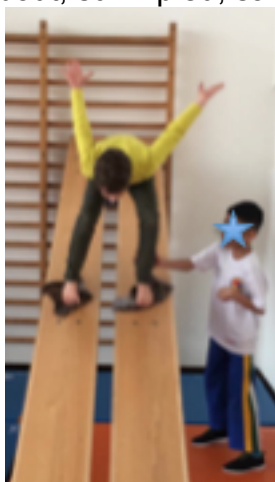
Espalier - 2 Bancs - Tapis - Morceau de moquette - Scotch "toile grise (48mm) pour marquer les distances.

**Remarque :** Mettre des protections de chaque côté de l'installation.

Les classes des plus petits font la même chose, mais assis.

### **Variante possible :**

assis - accroupi – ou debout, sur 1 pied, sans aide



## 2. SKI ALPIN

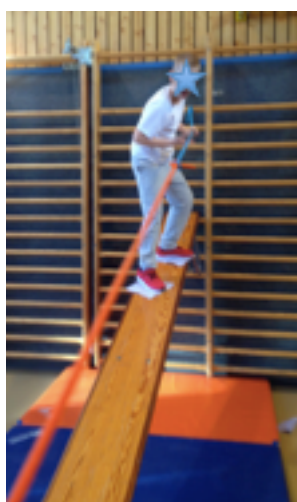
Les élèves sont par deux. Le premier met un cache-yeux, le deuxième le guide le long du slalom avec le coude et ensuite avec sa voix. A la fin de chaque traversée, le duo échange les rôles.



## 3. SNOWBOARD

L'élève glisse en position de snowboard avec des moquettes/ feutrine/ tissus sous les pieds en se tenant à une corde. Ceci peut être effectué assis sur le coté pour personnes à mobilité réduite. La corde doit être tenue par un autre élève ou un enseignant afin qu'elle soit tendue.

Matériel : Un banc, 3 petits tapis, un tapis de 16 à l'arrivée, 2 cordes et des bouts de feutrine ou tissus.

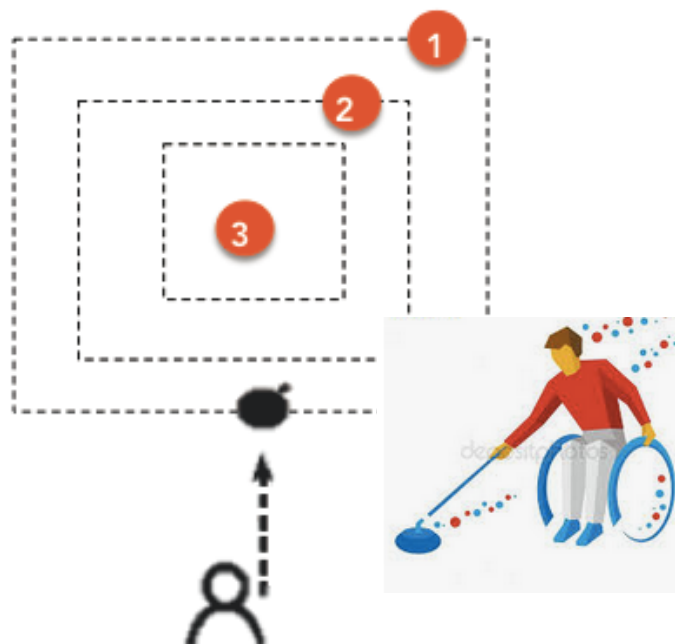
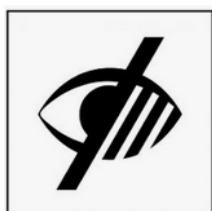


## 4. PARA-CURLING

Lancer sans une vue optimal ou étant assis nous demande de nous adapter. Ici, l'élève fait glisser un « sac de sable » ou des anneaux, le plus proche possible du centre d'une cible (3 essais).

L'élève peut mettre des lunettes donnant un effet trouble, mimant un handicap visuel ou se mettre assis sur un banc. Utiliser des petites clochettes ou la voix d'un copain pour indiquer la position de la cible, pour ceux qui veulent faire à l'aveugle.

Matériel : Scotch, cônes ou cerceaux pour délimiter les espaces cibles, et sacs de sable



## 5. HALF-PIPE- Sensation de vol

Les élèves se couche (mobilité réduite) ou se tiennent à genoux en essayant donner une impulsion au tapis, comme dans un half-pipe. Les camarades peuvent pousser le tapis gentiment mais ne pas aller trop haut ni trop fort.



## 6. LUGE- HOCKEY SUR GLACE

Un élève pousse un autre qui est assis dans le haut d'un caisson sur roulettes (celles des bancs). Ils effectuent un parcours délimité par des poteaux. Ils sont éliminés si ils sortent des barrières.

Pour le hockey, simplement donner une canne de unihockey à l'élève dans le caisson qui pousse une balle assez lourde (ex. balle de jonglage), et qui peut à la fin du slalom, tirer 3 balles dans le but.



Matériel :

Haut de caisson avec une paires de roues qui se trouve sous les bancs, des cônes, une canne de unihockey, un balle de jonglage, des balles de unihockey, un but.

