SOUMIS PAR
Irmgard

ON
06/04/2016

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

X-Athlon



Un X-Athlon apporte une réponse à la question suivante : comment occuper des groupes d'enfants de manière stimulante et variée sans investir trop de matériel ?

X-Athlon - compétition collective tout-terrain

L'X-Athlon apporte une réponse à la question suivante : comment faire participer des groupes d'enfants à des activités stimulantes et variées sans trop dépenser en matériel ? Le format proposé prévoit que différents groupes effectuent les épreuves préparées à des moments différents. Certaines épreuves doivent simplement être réalisées (sous contrôle), d'autres font l'objet d'une évaluation.

Chaque groupe (de deux à six participants) se voit attribuer son propre ordre de passage des postes. Il peut s'agir de postes où les participants doivent compter eux-mêmes ou qui sont éventuellement supervisés par un enseignant. Après avoir terminé chaque épreuve, le groupe doit se présenter au centre et consigner ses résultats dans le tableau de bord. L'objectif est également de terminer tous les postes le plus rapidement possible. De cette manière, les groupes peuvent gagner des points précieux pour l'évaluation finale. À la fin, tout sera évalué (travail effectué aux postes et temps réalisé).

Remarque : il est préférable que les participants connaissent déjà les tâches à accomplir aux différents postes. Cela permet d'éviter tout malentendu concernant les tâches à résoudre de manière autonome.

Exemples d'un X-Athlon

Relais de puzzle

Tous les groupes partent de ce poste. Un membre du groupe court et récupère l'une des pièces de puzzle déposées face visible. Puis le membre suivant prend le relais et va chercher la pièce suivante. Le puzzle est assemblé sur une boîte en carton.

Petite course d'orientation

Huit balises sont indiquées sur une carte. Il faut se rendre à toutes ces balises en courant. Les numéros et le mot trouvés à chaque balise sont notés. À la fin, on établit une liste de solutions.

Escalade

Des fiches regroupées en paquets de points sont accrochées aux arbres à différentes hauteurs. Chaque membre du groupe grimpe deux fois et obtient son score potentiel en déchirant une fiche de score. Le total des points est ensuite inscrit sur l'affiche.

Lancer sur cible

20 objets à lancer (cinq pives, cinq cailloux, cinq bâtonnets en bois et cinq balles de tennis) sont répartis équitablement entre les membres du groupe. Les lancers doivent être effectués depuis la ligne de tir en direction de la cible. Le nombre de coups réussis est noté sur la liste.

Circuit de VTT

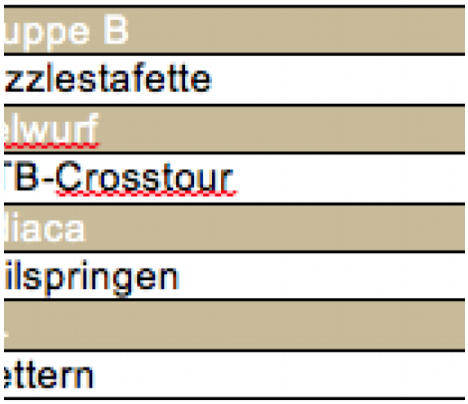
Après chaque tour, une personne différente doit parcourir le circuit jusqu'à ce que tout le monde l'ait effectué une fois (en groupe, six tours doivent être effectués). Le nombre total est noté.

Indiaca

Il faut effectuer le plus grand nombre possible de passes par-dessus une corde tendue en deux minutes. Le nombre de passes est noté.

Saut à la corde

Combien de sauts le groupe peut-il effectuer ensemble en deux minutes ? Le nombre de sauts effectués par le groupe est noté sur l'affiche.



X-Athlon

Référence de la source :

Contenu : Patrik Lehner, professeur d'éducation physique, enseignant spécialisé Y+S « sports de camp/trekking » et chargé de cours à l'Institut du sport de l'Université de Bâle « mobile » OFSPO, Macolin

Droits d'auteur : www.mobile-sport.ch

Illustrations : Leo Kühne

Weitere Informationen

Categories
Jeux et activités

Tags
Programme pour les groupes
Enfants
Concept du jeu
Pas de préparation
Varié

Nombre de participants
1–20
20–30
30 – 100

Bible
Cette information manque.

Matériau
Presque sans effort

Téléchargement du fichier
Téléchargement de fichiers disponible

KI Generierter Inhalt
Contenu
Categories
Tags
Nombre de participants
Bible
Matériau

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/fr/wiki/art/x-athlon