

DOSSIER

PÉDAGOGIQUE

— Multisports —



LE PARACHUTE

PRÉSENTATION DE L'ACTIVITÉ

L'activité parachute a une longue histoire en tant qu'outil éducatif et récréatif. Voici un bref historique de son évolution :

1. Émergence dans l'éducation physique : L'utilisation du parachute dans un contexte éducatif et récréatif a commencé à prendre forme au cours du 20^e siècle. Dans les années 1960, il a été introduit dans les programmes d'éducation physique, en particulier dans les écoles primaires et les programmes de loisirs pour enfants.

2. Développement des activités ludiques : Au fil des décennies, les éducateur.rice.s ont créé une variété d'activités ludiques basées sur l'utilisation du parachute. Ces activités ont été conçues pour renforcer la coordination, la coopération et la créativité chez les enfants, tout en leur offrant une expérience amusante.

3. Utilisation dans la thérapie : Le parachute a également trouvé sa place dans la thérapie, en particulier pour les enfants atteints de besoins spéciaux. Les activités avec le parachute sont utilisées pour favoriser le développement moteur, la socialisation et l'estime de soi.

4. Application dans les programmes préscolaires : Les activités avec le parachute sont devenues populaires dans les programmes préscolaires en raison de leur adaptabilité et de leur capacité à stimuler le développement des tout.e-petit.e.s de manière holistique.

5. Influence sur d'autres domaines : Les concepts de coopération, de coordination et de jeu actif promus par les activités de parachute ont également influencé d'autres domaines de l'éducation, notamment les programmes d'éducation physique et les activités de team building pour adultes.



Aujourd'hui, les activités de parachute restent une ressource éducative précieuse, utilisée pour encourager le développement physique et social des enfants tout en leur offrant une expérience de jeu agréable et stimulante. Elles sont largement intégrées dans les programmes de petite enfance, les camps d'été et les activités périscolaires à travers le monde.

MATÉRIEL

Le **petit parachute**, mesure 3m60 de diamètre et permet de jouer de 6 à 15 personnes.

Le **grand parachute**, mesure 6m de diamètre et permet de jouer de 12 à 25 personnes.

Le **parachute géant**, d'un diamètre de 7m30, permet à des groupes de +20 personnes d'y jouer ensemble.

A noter qu'il existe de **tout-petits parachute** pour y jouer à 2.

Des balles en mousse, ballons de baudruche, animaux en peluche.



INTÉRÊTS ET BIENFAITS

L'importance du parachute en activité pour les tout-petit·e·s :

Développement moteur :

L'une des principales raisons pour lesquelles l'utilisation du parachute est si bénéfique pour les tout-petit·e·s réside dans son potentiel à stimuler leur développement moteur.

En participant à des activités telles que le levage, le secouement et le déplacement du parachute, les enfants développent leur **coordination motrice**, leur **force musculaire**, et leur **équilibre**.

Ces mouvements physiques contribuent à renforcer les **muscles du haut du corps**, à améliorer la **motricité globale** et à préparer les enfants à maîtriser des **compétences motrices plus avancées** au fur et à mesure de leur croissance.

Développement social :

L'utilisation du parachute favorise également le développement social des tout-petit·e·s d'une manière unique. En participant à des activités de groupe avec leurs pairs, les enfants apprennent à **coopérer, à partager et à communiquer**.

Ils doivent évoluer ensemble pour maintenir le parachute en mouvement, ce qui renforce le sens du collectif et du travail d'équipe.

De plus, **les interactions verbales et non verbales** qui se produisent pendant ces activités encouragent les enfants à développer leurs compétences de **communication**, à apprendre à **écouter** et à **répondre aux signaux** de leurs camarades, et à comprendre les bases de la **communication sociale**.

JEU 1 : BONJOUR - BALLON

OBJECTIFS DU JEU

Faire connaissance, se présenter aux autres, routine de début de séance

INTÉRÊTS ET BIENFAITS

Introduire la séance, donner des repères

TERRAIN DE JEU ET AMÉNAGEMENT

Assis sur le parachute, lui-même posé au sol, les binômes parents-enfants se positionnent en ronde.

RÈGLE DE

Plutôt en début de séance/cycle, l'éducateur·rice donne son prénom. L'ensemble du groupe dit « bonjour prénom ». L'éducateur·rice lance alors le ballon vers un enfant, qui à son tour donne son prénom.



VARIABLE 6-18 MOIS

Même aménagement et consigne, seul le « bonjour » n'est pas verbalisé.

VARIABLE + DE 2 ANS

« **Bonjour Prince·sse** ». Désigner un binôme qui va venir se présenter au groupe. Bras levés pour le groupe, le binôme va passer sous le parachute et ressortir leur tête par le trou centrale. Bras baissés, il donne son prénom. Pour repartir, le groupe doit relever les bras, le binôme retourne à sa place.

TRANCHE D'ÂGE

Dès l'acquisition de la parole consciente

MATÉRIEL

Petit ou grand parachute

DURÉE

Environ 30 secondes par enfant



VARIABLE 3-4 ANS

« **La vague** ». Cette fois-ci debouts, parents et enfants échantent des « vagues ». L'éducateur·rice donne son prénom, demande le prénom d'un·e participant·e puis lui envoie une première vague. Celui-ci renvoie la renvoie puis choisit un·e autre participant·e à qui il envoie une nouvelle vague. Et ainsi de suite.

JEU 2 : LA MER

OBJECTIFS DU JEU

Découverte du maniement du parachute

INTÉRÊTS ET BIENFAITS

Préhension des mains - coordination - acquisition du rythme imposé - accepter et s'adapter aux contraintes variées

TERRAIN DE JEU ET AMÉNAGEMENT

En cercle tout autour du parachute, avec un espace conséquent tout autour du parachute (au moins 2 mètres de profondeur).

RÈGLE DE JEU

L'éducateur·rice indique le moyen de prendre la toile à 2 mains et de la tendre en se penchant en arrière. Il·elle fait rouler une balle pour montrer l'état stable de la banquise. Par la suite, changer l'état de la mer en calme / agitée / déchaînée / tsunami en agitant le parachute plus ou moins rapidement. L'éducateur·rice montre chaque état aux enfants et les fait essayer à leur tour.



VARIABLE + 4 ANS

« **Roi des océans** » : l'éducateur·rice désigne un·e chef·fe d'orchestre parmi les enfants, qui décidera de l'état de la mer, et changera son état à son gré.

VARIABLE + 4 ANS

« **Le conte** » : à l'aide d'une histoire impliquant différents états de la mer (voir annexe), les enfants doivent modéliser les différents états de la mer en écoutant l'histoire contée par l'éducateur·rice.

TRANCHE D'ÂGE

Dès 2 ans

MATÉRIEL

Petit ou grand parachute

DURÉE

2 à 10 minutes



VARIABLE + 4 ANS

« **Chef·fe d'orchestre** » : à l'aide d'un instrument de musique (tambourin par exemple, ou simplement frapper dans ses mains), l'éducateur·rice ou un enfant impose un rythme plus ou moins rapide. Les enfants autour du parachute doivent suivre le rythme par des mouvements de bras créant des vagues rythmées.

JEU 3 : LE MANÈGE

OBJECTIFS DU JEU

Se déplacer et se repérer dans l'espace

TRANCHE D'ÂGE

Dès 2 ans

INTÉRÊTS ET BIENFAITS

Coopération, déplacements latéraux

MATÉRIEL

Petit ou grand parachute

TERRAIN DE JEU ET AMÉNAGEMENT

Espace du parachute, avec 2 mètres de profondeur en plus tout autour

DURÉE

2 à 10 minutes

RÈGLE DE JEU

Les enfants tiennent le parachute à une main (main la plus proche du parachute suivant le sens de rotation). Tout en maintenant la toile tendue, les enfants marchent, puis accélèrent progressivement jusqu'à atteindre la course. A l'issue de cette phase, les enfants changent de main et se déplacent dans l'autre sens.



VARIABLE + 4 ANS

« **Les animaux** » : l'éducateur-riche indique une série d'animaux à imiter. Les enfants, tout en se déplaçant dans le même sens, reproduisent/imitent ces animaux.

Exemples d'animaux : le serpent (ramper au sol) - l'araignée (se déplacer à 4 appuis pieds-mains, corps orienté vers le ciel) - la grenouille (sauts à 2 appuis pieds, jambes fléchies-tendues) - le lapin (sauts à 4 appuis fléchis-tendus alternés pieds-mains) - l'ours (déplacement à 4 appuis alternés mains-pieds) - ...

JEU 4 : LE PARAPLUIE

OBJECTIFS DU JEU

Être et faire ensemble – pieds au sol

INTÉRÊTS ET BIENFAITS

Coopération, déplacements

TERRAIN DE JEU ET AMÉNAGEMENT

Espace du parachute, avec 2 mètres de profondeur en plus tout autour

RÈGLE DE JEU

Équilibrer au départ la taille des participant·e·s, les adultes se positionnant face-à-face. Au signal (« 1-2-3 Parapluie ! ») de l'éducateur·rice, soulever ensemble la toile, la garder en l'air et se regarder les un·e·s les autres.

VARIABLE + 4 ANS

« **La traversée** » : mise en place identique à celle du parapluie, l'éducateur·rice ajoutant une nouvelle consigne : à l'annonce du signal, rester les mains en l'air en tenant la toile et exécuter la consigne indiquée (par exemple : ceux et celles qui tiennent la couleur rouge du parachute se retrouvent au centre, se disent bonjour et prennent la place opposée de la même couleur).

Puis après chaque couleur indiquer 2 couleurs à la fois, puis 3... Si le groupe est bien entraîné (après 5/6 ans) le jeu peut se terminer par une salade complète : tout le monde change de couleur mais attention à ne pas se heurter, ne pas courir, et l'éducateur·rice veille à ce que la toile ne retombe pas trop vite sur les joueurs.

TRANCHE D'ÂGE

Dès 2 ans

MATÉRIEL

Petit ou grand parachute

DURÉE

2 à 5 minutes



VARIABLE + 4 ANS

« **La roue fixe** » : faire tourner la toile sans bouger les pieds en lâchant une main l'une après l'autre, mais la toile doit rester tendue. Consignes : bien positionner les pieds au départ, la toile bien tendue, puis indiquer le sens de rotation en lâchant la main droite, puis la main gauche, et ainsi de suite, une des deux mains tenant toujours la toile. Changer de sens une fois que tout le monde est bien entraîné, puis faire accélérer le rythme de circulation de la toile avec un frappé des mains ou un tambourin.

JEU 5 : LA BALLE QUI SAUTE

OBJECTIFS DU JEU

Être et faire ensemble – pieds au sol

INTÉRÊTS ET BIENFAITS

Coopération – préhension des mains – adapter ses mouvements en fonction d'une situation évolutive rapidement

TERRAIN DE JEU ET AMÉNAGEMENT

Espace du parachute, avec 2 mètres de profondeur en plus tout autour

TRANCHE D'ÂGE

Dès la position debout acquise (faire assis si ce n'est pas le cas)

MATÉRIEL

Petit ou grand parachute – ballons léger ou balles

DURÉE

2 à 10 minutes

RÈGLE DE JEU

Les participant·e·s tiennent la toile du parachute en cercle. La toile est tendue. L'éducateur·rice introduit un ballon sur la toile, que les participant·e·s vont faire rouler sans qu'elle ne sorte du parachute. Si celui-ci tombe, préciser que seul·e l'éducateur·rice pourra la ramasser et la remettre en jeu.



VARIABLE + 1 AN

« **Le volcan** » : introduire plusieurs balles (nombre illimité) et imiter le grondement d'un volcan. Au signal, le volcan entre en éruption, et les participant·e·s secouent la toile du parachute pour faire sauter les balles. Les explosions font sortir les balles du parachute. Une fois qu'il n'y a plus de balles dans la toile, proposer un ramassage collectif des balles, et recommencer !



VARIABLE + 4 ANS

« **La Terre et la Lune** » : introduire une grosse balle (la Terre) qui roule dans un sens tout autour du parachute et une petite balle de tennis (la Lune) qui tourne dans l'autre sens... Consigne : faire tourner ces 2 balles sans qu'elles sortent du parachute (ni qu'elles tombent dans le trou central pour un parachute à trou) toujours en sens inverse. En cas de sortie recommencer une fois et arrêter si cela devient trop difficile.