

Viens jouer avec Papa!



Guide de l'animateur (trice) père-enfant

Par Sébastien Riopel et le
comité de la valorisation
de la paternité de Joliette



Table des matières

Introduction	3
Présentation du Projet : Jouer avec Papa.	3
Vécu et expérimentation	10
Clientèle Père/Enfant	10
Structure	12
Banque d'activités	13
Tag	13
Jeux de gymnase	14
Sports classiques	17
Jeux relaxants	17
Conclusion	18

Présentation du Projet : **JOUER avec Papa.**

CONTEXTE DE LA MISE EN ŒUVRE DU PROJET PILOTE.

Le jeu est le travail de l'enfant.

Le jeu est une dimension très importante dans l'univers de l'enfant. Selon Piaget, le jeu est le travail de l'enfant. Il peut être considéré comme essentiel pour un développement sain. Il est à la base de la construction de son identité, de ses schèmes et comportements, et ainsi, de son intégration dans la société.

Piaget considère que les activités physiques, sociales et cognitives permettent à l'enfant d'entraîner son organisme à mémoriser, choisir et comprendre les concepts. Le jeune enfant apprend en faisant des tentatives, en posant des questions, en comparant des résultats et en se fixant des défis pour obtenir des réussites. C'est ainsi qu'un enfant assimile des notions comme les principes, les règles et les limites. De plus, le jeu permet à l'enfant de développer son jugement critique, sa capacité d'analyser et de structurer sa pensée. L'enfant a l'occasion de renforcer ses habiletés, ses connaissances et sa compréhension.

Les jeux contribuent à la socialisation de l'enfant. Ainsi, selon le type de jeu, il peut permettre à l'enfant de distinguer les rôles sociaux, de différencier le genre masculin du féminin et aussi d'apprendre à gérer ses émotions. C'est en jouant que l'enfant gagne de l'expérience et qu'au fil des années, il adapte le comportement assimilé aux situations réelles de la vie quotidienne. Bref, c'est à travers le plaisir de jouer que les enfants forment leur personnalité et se préparent à affronter la nouveauté, la vie.¹

¹ ENCycLOPÉDIE sur le développement des jeunes enfants, (Page consultée le 15 février 2012),
[En ligne], adresse URL : <http://www.enfant-encyclopedia.com/fr>



Les pères en action.

Le Québec moderne connaît beaucoup de changement au niveau social, dont l'effervescence positive de l'engagement paternel. Depuis plusieurs années, de nombreuses recherches ont été réalisées auprès des pères dans le but de mieux comprendre et définir leur rôle parental. Des questionnements gravitent autour du sujet de la paternité et de son impact sur le développement de l'enfant. Certaines recherches démontrent que la présence des pères favorise grandement le sain développement de l'enfant et que la coparentalité et la complémentarité du rôle paternel et maternel sont aussi des facteurs de réussite très importants. Mais peut-on observer réellement une différence entre les deux rôles parentaux?²

Inspirée de plusieurs recherches existantes, Mme. Dubeau, chercheuse à l'Université du Québec en Outaouais, a publié une étude dans laquelle on peut observer et comprendre la différence entre les deux rôles parentaux. Mme. Dubeau explique que 80 % des comportements étudiés sont semblables chez la mère et chez le père. Cependant, plusieurs chercheurs s'entendent pour dire que les pères contribuent de manière spécifique au développement de l'enfant. Parmi eux, Daniel Paquette apporte des distinctions sur ce sujet en expliquant la spécificité du rôle du père.³ Les points suivants permettent d'en illustrer les principales.

Le lien père-enfant

Cette dimension est importante quand elle est traitée avec la perspective du développement de l'enfant. Les résultats démontrent que l'attachement père-enfant se développe beaucoup dans un contexte de jeux physiques. Certaines distinctions attribuées à l'attachement père/enfant sont illustrées par ce que Daniel Paquette⁴, nomme «la relation d'activation». Ce phénomène favorise chez l'enfant l'ouverture au monde, la prise de risques et la notion du contrôle (règles et limites) qui sont des éléments importants dans l'apprentissage de l'enfant.

De plus, Paquette propose que l'implication du père pousse l'enfant à confronter son environnement physique et social. De cette façon, il peut développer ses habiletés et ainsi être mieux préparé pour affronter la vie autonome.

² DUBEAU, Diane : Responsable scientifique de l'équipe ProsPère du Grave «L'engagement des pères, un enjeu créatif d'une redéfinition des rôles parentaux suite à une rupture conjugale» Département de psychoéducation et psychologie, Université du Québec en Outaouais, St-Jérôme, octobre 2010

³⁻⁴ PAQUETTE, Daniel, « la spécificité du rôle du père », Conférence

Le goût du risque et la gestion de la colère

Des études observationnelles⁵ ont démontré que pendant les périodes de jeux ou de résolution de problèmes, les pères s'impliquent activement dans le processus en structurant l'activité. Cependant, rarement ces jeux ont été étudiés sous la question de l'importance dans le développement de l'enfant. Paquette émet une hypothèse sur les jeux de bataille en disant que ce type de jeux peut favoriser grandement la régulation des émotions et de l'autocontrôle. La relation de dominance qui s'installe lors des jeux de bataille favorise, chez l'enfant, la compréhension de la discipline et de l'obéissance. De plus, ces jeux pourraient aider l'enfant à contrôler ses émotions agressives, lui donner confiance dans les situations de compétition et lui permettre de prendre sa place et faire valoir ses droits de façon respectueuse.⁶

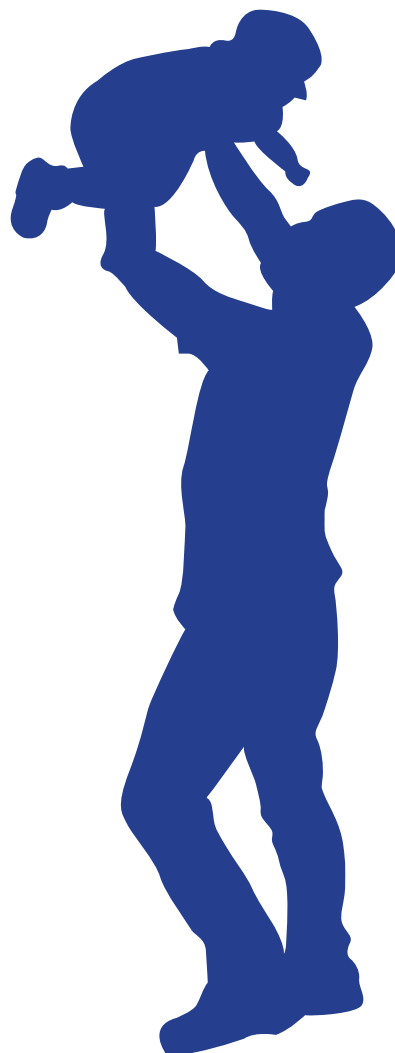
Le développement du langage⁷

Les contacts plus fréquents entre la mère et l'enfant sont susceptibles de favoriser chez elle une meilleure compréhension de la prononciation et un meilleur décodage du langage chez son enfant. Dans ces circonstances, la mère a moins tendance à faire répéter l'enfant pour qu'il précise ces mots. De son côté, le père est considéré comme un partenaire plus exigeant que la mère. Dans le sens, qu'il insiste pour que l'enfant complète la phrase, afin qu'il persiste pour faire comprendre sa demande.

Une deuxième distinction se pose au niveau de l'interaction verbale entre l'enfant et l'adulte. Le père utilise une forme plus impérative pour interagir avec son enfant. Par exemple, lors des périodes de jeux, il y a plus de demande d'action. La mère, quant à elle, utilise plus souvent la forme interrogative. Dans ce sens, quand le père joue avec l'enfant, il est plus porté à prendre en charge le jeu ou l'activité et à diriger davantage l'enfant.

Le développement de l'autonomie⁸

La différence apportée entre la réaction de la mère et celle du père aux comportements de dépendance de l'enfant, s'observe quand l'enfant a besoin d'aide pour accomplir une tâche. Les études démontrent que le père apporte une aide différente en laissant l'enfant effectuer la tâche par lui-même. Le comportement plus exigeant du père, qui refuse souvent de résoudre les problèmes à la place de l'enfant favorise grandement le développement de l'autonomie de celui-ci.



5- 7-8 DUBEAU, Diane : Responsable scientifique de l'équipe ProsPère du Grave «L'engagement des pères, un enjeu créatif d'une redéfinition des rôles parentaux suite à une rupture conjugale» Département de psychoéducation et psychologie, Université du Québec en Outaouais, St-Jérôme, octobre 2010

6 PAQUETTE, Daniel, «Batailles, jeux de bataille et jeux de guerre : doit-on tout interdire?», défi jeunesse, mars 2005, vol. XI, no.2, p.22-27



La mise au défi de l'enfant et l'ouverture sur le monde⁹

Les études démontrent que le père est le partenaire idéal pour mettre l'enfant dans une situation de défi. Il insiste pour que l'enfant prenne des nouvelles initiatives, prenne des risques, s'affirme. Le père a plus une fonction d'ouverture sur le monde. Ainsi, il encourage fortement l'enfant à explorer différents milieux et soumet souvent l'enfant à des situations nouvelles et imprévisibles où l'enfant sera appelé à utiliser ses habiletés pour résoudre les situations qui lui posent problème. De plus, dans le cadre d'un jeu, le père conserve généralement les vraies règles du jeu, faisant que l'enfant est parfois confronté à une situation d'échec, la mère, de son côté, tend davantage à laisser l'enfant gagner. Les deux situations sont favorables pour l'enfant. Ainsi, gagner construit l'estime de soi et la confiance en ses compétences et perdre prépare l'enfant aux situations de compétition et cela permet de l'aider à trouver des stratégies pour composer avec des situations d'échec.

En résumé, les spécificités du rôle du père ont des fonctions particulières dans le développement de l'enfant. Daniel Paquette mentionne que la relation d'attachement père-enfant permet de répondre aux besoins de l'enfant d'être activé et de se surpasser. Contrairement à la relation d'attachement mère-enfant qui répond davantage au besoin de soin et de sécurité, le père est plutôt impliqué indirectement dans la sphère émotionnelle des enfants, son rôle étant plutôt défini comme la personne qui favorise le déploiement de l'autonomie.

À travers cette relation, l'enfant apprend à connaître ses capacités, ses limites et ses émotions. De plus, il apprend à faire face aux menaces qui l'entourent dans son environnement physique et social. La relation d'activation favorise grandement le développement normal et la maturation psychoaffective de l'enfant. Finalement, le rôle paternel aide l'enfant à construire les bases solides pour formation de la personnalité.

Rédigé par Claude Turcotte et Marie-Pier Blouin

9 DUBEAU, Diane : Responsable scientifique de l'équipe ProsPère du Grave «L'engagement des pères, un enjeu créatif d'une redéfinition des rôles parentaux suite à une rupture conjugale» Département de psychoéducation et psychologie, Université du Québec en Outaouais, St-Jérôme, octobre 2010

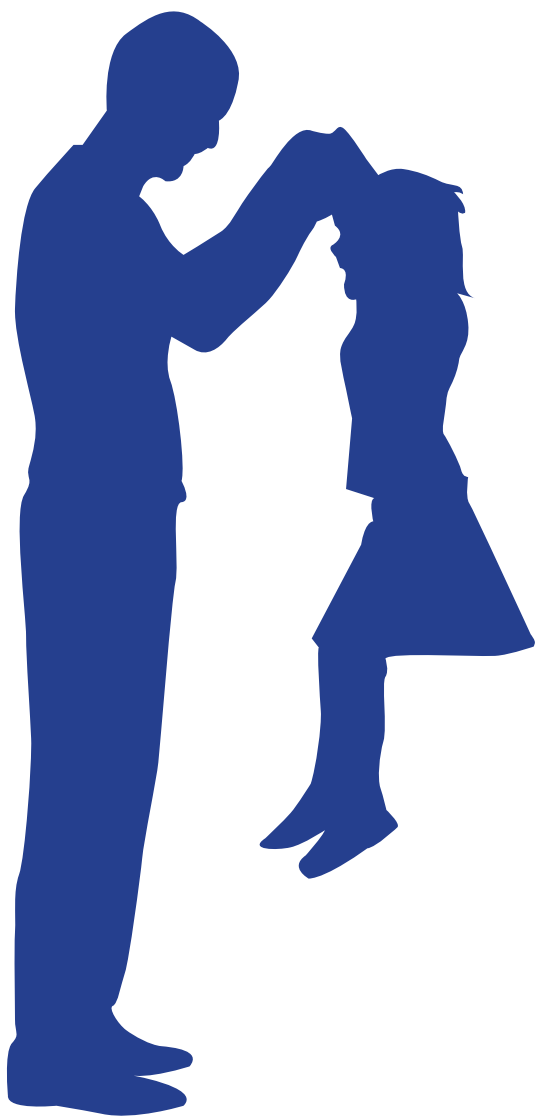
Un peu d'histoire : les débuts de Viens jouer **avec Papa!**

Une expérience similaire a été offerte par l'organisme communautaire Famille, Cible Famille Brandon, dès 2002, dans le cadre d'un projet «école ouverte sur son milieu».

Déjà à l'époque, on reconnaissait l'apport singulier des pères auprès de leurs enfants et l'importance de les soutenir dans leur rôle parental d'où l'activité de Gymnase père-enfant à l'école Bermon de Saint-Gabriel-de-Brandon.

Cette idée fut accueillie très favorablement par les papas, et autres hommes significatifs, de la communauté et persista pendant plus de 10 ans.

C'est donc en s'inspirant de cette expérience à succès que l'activité Viens jouer avec papa a pris forme.



LE COMITÉ DE LA VALORISATION DE LA PATERNITÉ DE JOLIETTE

L'objectif du comité de la valorisation de la paternité de Joliette vise à promouvoir l'engagement paternel dans la région de Joliette. Pour l'année 2012-2013, le comité a privilégié trois moyens afin d'y parvenir. Ainsi :

- permettre aux pères et à leurs enfants de vivre une expérience de groupe autour du hockey,

- explorer la possibilité d'offrir des activités régulières (hebdomadaires) pour les pères et leurs enfants autour de «bouger»,

- sensibiliser les mères à la contribution du père dans la vie quotidienne de l'enfant.

Le comité de la valorisation de la paternité est également un partenaire de la CAJOL, une communauté de gens engagés qui travaillent ensemble pour que les jeunes de la MRC de Joliette, bougent, mangent et se développent pleinement. C'est en favorisant l'activité physique et en misant sur le plaisir que le comité vise à valoriser le rôle du père et à favoriser l'adoption d'un mode de vie physiquement actif chez les enfants. Donc, dans le deuxième volet, en vue d'offrir des activités régulières autour du thème «bouger» aux pères et à leurs enfants, nous avons élaboré un projet pilote impliquant plusieurs organismes partenaires.

Le soutien financier reçu de la CAJOL a permis d'expérimenter l'action et de faciliter sa prise en charge éventuelle par le milieu. Des activités régulières ont été offertes à des pères et leurs enfants tout au long de l'année scolaire 2012-2013. Les activités étaient divisées par groupes d'âges et se tenaient au gymnase de l'école intégrée St-Pierre à Joliette.

Voici en détail les différentes parties du projet pilote afin que vous puissiez définir votre niveau d'implication dans ce partenariat.

CLIENTÈLE VISÉE : les participants visés sont les pères et leurs enfants de la grande région de Joliette. Nous souhaitons idéalement la présence des gens des quartiers avoisinants compte tenu de l'accessibilité des lieux. De plus, nous savons que ce sont les enfants et les pères des milieux défavorisés qui sont les plus susceptibles de bénéficier des activités organisées dans la communauté afin de développer un lien d'attachement de meilleure qualité. Ils seront répartis en 3 groupes selon l'âge des enfants. (2-3 ans, 4-5 ans, 6-12 ans) Le comité souhaite rejoindre par ces activités entre 20 et 25 familles pour les groupes d'âge de 2-5 ans et de 15 à 20 familles pour le groupe d'âge de 6-12 ans. Les groupes d'âge sont stratégiques dans la mesure où nous souhaitons favoriser la transition des plus petits vers l'école primaire et nous souhaitons créer des activités régulières parascolaires pour les plus vieux afin de stimuler leur attachement à leur école et favoriser la persévérance scolaire.

LIEUX, DURÉE ET HORAIRES : Les activités se tiendraient au gymnase de l'école St-Pierre. Nous aurions, dans la mesure du possible, besoin d'un endroit sécurisé où entreposer le matériel (surtout celui pour les tout petits qui nous sera prêté par différents partenaires). Les deux groupes de 2-5 ans tiendraient leurs activités le samedi matin entre 9h00 et 12h00 (9h30-10h30 pour les 2-3 ans et 10h30 à 11h30 pour les 4-5 ans) Tandis que le groupe de 6-12 ans tiendrait ses activités les vendredis soirs de 19h à 20h30. Les activités se dérouleront selon une partie du calendrier scolaire. Ainsi, les activités se tiendraient de la première semaine de février 2013 (cela nous permettra de faire la promotion et inscriptions) à la mi-juin 2013. Cela représente presque 20 semaines d'activités.

LES ACTIVITÉS : 2-5 : activités de stimulation motrice adaptées à leur âge, jeux d'équipe favorisant le développement d'habiletés sociales, du développement de la compréhension des règles. Par exemple : le jeu de statue, Jean dit, des parcours moteurs, maquillage, jeu du miroir, Collin Maillard, ballon chasseur, etc.

6-12 : activités sportives d'équipe favorisant le développement d'une saine compétition, d'une bonne gestion des émotions, de la coopération et d'améliorer leurs aptitudes physiques. Les activités ne sont pas prédéterminées par la personne responsable de l'animation afin de permettre aux pères et leurs enfants de développer leur capacité à choisir, négocier et s'entendre. Par exemple : ballon fou, ballon chasseur, kin-ball, lutte avec oreillers ou spaghetti, hockey cosom, soccer, parcours, course à relais, etc.

L'ANIMATION : une personne sera embauchée par le comité de la valorisation de la paternité afin d'animer les activités. Cette personne sera responsable de l'ouverture des locaux ainsi que de sa fermeture dans l'état dans lequel elle les aura ouverts. Elle se rapporte au comité en cas de problématique. Elle sera au fait du protocole entre le comité et l'école quant à une politique de remplacement en cas de bris, à la gestion des locaux (clefs et conciergerie) et du matériel mis à sa disposition.

LES COMMUNICATIONS : Nous annoncerons les activités par l'entremise de nos différents partenaires mais nous aimerions aussi développer un partenariat avec les écoles du milieu afin de rejoindre le maximum de parents. Nous aurions apprécié utiliser les moyens de communications déjà établis entre le réseau scolaire et les parents (info-parents par exemple). Nous produirons une affiche annonçant les activités et, dans la mesure du possible, nous ferions appel aux AVSEC impliqués en paternité afin de présenter ces dernières au besoin.

LES PARTENAIRES : les membres du comité de la valorisation de la paternité de Joliette (Bernard Malo – CSSSNL, Valérie Therrien – AVSEC, Diane Laprise – CRC Joliette, – Joujouthèque Farfouille, Douglas Horst – Maison de la famille La Parent-Aise, Claude Turcotte – CAHo), CAJOL, certains CPE, les ateliers éducatifs les Petits mousses, l'école intégrée de St-Pierre et d'autres à venir.

Voilà dans l'ensemble le projet pilote que le comité de la valorisation de la paternité de Joliette aimerait voir naître dans la région. Dans la mesure où le projet connaît du succès, nous aimerions qu'il prenne forme dans d'autres établissements de la région toujours dans le but de stimuler le développement du lien père/enfant mais aussi afin de favoriser l'émergence de partenariats effectuant la promotion de la paternité dans la région de Lanaudière.

*Claude Turcotte,
pour le comité de la valorisation de la
paternité de Joliette.
450 756-4934
Intervenant@caho.ca*





Vécu et expérimentation

	Salut,
	Mon nom est Sébastien et je suis l'animateur qui a participé à la mise sur pied
	de ce projet pilote. J'ai animé les activités pères/enfants durant 1 an et demi
	et j'ai beaucoup appris. Ainsi, dans ce guide, j'explique quelques particularités de
	l'intervention avec cette clientèle, la structure que j'utilisais ainsi qu'une banque
	d'activités pour vous inspirer.

CLIENTÈLE PÈRE/ENFANT

La clientèle père/enfant est une clientèle particulière.

Premièrement, contrairement à ce que l'on pourrait penser, il y a deux groupes d'âge à satisfaire. Il serait erroné de penser que notre clientèle n'est que les enfants. La clef de cette activité est de faire en sorte que les pères aussi s'amuse. De cette façon, les pères deviennent des modèles : modèles de participation active, modèles de saine compétition, modèles de respect des consignes, etc. Pour se faire, il faut créer des moments où les pères sont en compétitions entre eux. (Ceux-ci aiment beaucoup la compétition) Exemple : Si pour un match d'hockey, on fait les équipes pères contre enfants, cela peut-être drôle et agréable, mais le degré de compétition est faible. Si cela dure trop longtemps, vous perdrez l'intérêt des pères.

Deuxièmement, en ce qui concerne l'autorité et la discipline, il faut être conscient que la figure d'autorité suprême dans ces activités, c'est l'animateur et non le père. Ainsi, si un enfant ne respecte pas vos consignes, il est important que vous vous adressiez directement à lui. Par la suite, il est fort probable que le père s'assurera que son enfant respecte ces consignes. Si vos règles sont claires et que vous êtes constant dans la mise en application de celle-ci, vous aurez peu de discipline à faire. Par contre, si vous avez constamment des difficultés avec un même enfant, il est possible de rencontrer le père à la fin de l'activité et de lui faire part de la problématique. Ainsi, ENSEMBLE, vous pourrez trouver une solution.

Troisièmement, comme avec n'importe quelle autre clientèle, le lien entre vous et eux est très important. Pour cela, vous devez être à leur écoute, être ouvert aux suggestions et à leurs commentaires, etc. Ce qui peut aider, c'est d'apprendre leur nom par cœur, surtout avec les enfants (ce que j'avais beaucoup de difficultés). Un autre truc : Les enfants sont des banques d'activités en soi. Offrez-leur la possibilité de venir vous suggérer des jeux. Cela comble un besoin de pouvoir et d'appartenance. Il ne faut pas oublier que l'esprit derrière ces activités consiste aussi à permettre aux familles de répéter ces activités dans leur milieu.

Quatrièmement, faites en sorte que le rythme entre les jeux soit rapide. Il faut éliminer les temps morts. Vos clients sont venus jouer! Alors faites en sorte qu'ils jouent le plus possible. Vous verrez, ils ne verront pas le temps passer et vous non plus!

Enfin, lors de la 10^e séance d'animation, nous invitons les mères (d'autres membres de la famille peuvent venir mais l'intérêt est volontairement tourné vers les mères) à être présentes ou à participer selon leur bon vouloir. L'objectif est de permettre aux mères d'être un témoin privilégié du lien père-enfant dans un contexte travaillé depuis plusieurs semaines.



STRUCTURE

La structure de votre activité est très importante. Si votre structure n'est pas suffisamment claire et change de fois en fois, il vous faudra mettre beaucoup de temps à répéter les consignes et il vous faudra faire plus de discipline. La structure que vous leur offrirez est un cadre qui les guidera et les sécurisera. Ainsi, je vous propose de prendre un temps avec eux à la première activité pour leur partager vos règles, vos attentes et votre façon de fonctionner.

Ma structure fonctionnait ainsi :

À mon arrivé, je sors du matériel simple comme des ballons. Les participants qui arrivent en premier peuvent ainsi s'amuser entre eux. Je laisse toujours un 5 minutes de jeux libres au début afin de laisser le temps aux personnes d'arriver.

À mon coup de sifflet, les personnes me rapportent le matériel et vont s'asseoir autour du cercle au milieu du gymnase (établir à l'avance un lieu où ils doivent s'asseoir, car il n'y a pas toujours de cercle central)

Mes règles sont simples. Elles découlent tous du Respect. Par exemple, quand quelqu'un parle, il ne faut pas parler en même temps, donc on lève la main. (Quand je dis mes consignes, j'arrête lorsque quelqu'un parle et mentionne que le temps perdu, c'est du temps que tout le groupe perd)

Lors d'un jeu, si je veux dire une consigne supplémentaire, je dis : «Genou par terre». Ainsi, le jeu est à «pause» et tous s'immobilisent en mettant un genou au sol. Je peux alors dire ma consigne.

J'utilise les jeunes pour illustrer mes exemples, ils se sentent importants!

Je finis toujours avec un jeu relaxant (presque toujours le jeu du «cimetière», voir dans la banque d'activités).

Une chose qui est importante et que je n'ai pas fait, c'est l'étirement. Ainsi, au début, fait une petite activité style Tag (échauffement). Ensuite, ramènent les au cercle et fait leur faire une routine d'étirement rapide et simple (Tête : oui/non, Épaule : cercles avants, cercles arrières, Bras : cercles avants, cercles arrières, Bassin : Hula Hoop dans le sens des aiguilles d'une montre et sens contraire, Jambes : sauts de grenouilles, Chevilles : oui/non pour chaque cheville). Pour les semaines suivantes, vous pouvez nommer un jeune pour qu'il vienne au centre (Ils aiment se sentir impliqués).

Banque d'activités

Tag

(La «tag» doit essayer de toucher les joueurs. *Toujours choisir un nombre suffisant de tag afin qu'il y ait du challenge)

Toilette : Quand quelqu'un est touché, il doit s'agenouiller de façon à ce que l'on puisse s'asseoir sur sa cuisse. Pour être délivré, il faut que quelqu'un vienne s'asseoir sur lui en tirant sur la chasse d'eau.

Tortue : Quand quelqu'un est touché, il doit se mettre sur le dos. Pour être délivré, il faut qu'il y ait quelqu'un qui le pousse sur le côté. Les joueurs peuvent aussi se protéger en se mettant en boule. (À genou, bras contre soi et tête recroquevillée) Dans cette position, la tag ne peut pas les toucher. Mettre une limite de temps (3 ou 5 secondes) pour ne pas qu'ils restent en boule toute l'activité. La tag ne doit pas «faire la cerise» en attendant à côté d'une personne en boule afin de la toucher.

Zombie : Au départ, il y a une seule tag. Tous ceux qui sont touché deviennent des tag. Le jeu se termine lorsque tous ont été touchés.

Pac Man : Les personnes doivent seulement marcher (ou courir) sur les lignes au sol. Quand quelqu'un est touché, il doit s'asseoir sur la ligne, là où il a été touché. Les personnes ne peuvent pas passer par-dessus ou en faisant le contour des personnes touchées. Seulement la tag a ce privilège.

Bulldog : Les personnes doivent toutes se mettre au mur d'une des extrémités du gymnase. Une personne est choisie pour être le bull dog (tag). Celle-ci se place sur la ligne qui sépare le gymnase en 2. Au signal du bull dog (celui-ci cri «Bull Dog»), les personnes doivent traverser cette ligne sans se faire toucher par le bull dog. S'ils sont touchés, ils deviennent des bull dogs. Le jeu se termine lorsque tout le monde est transformé en bull dog. Lors d'une traversée, s'il reste qu'une ou deux personnes à traverser, faites un décompte à partir de 10 afin d'éviter que la traversée s'éternise...

Variante Couleur : Avant de dire «bull dog», le bull dog dit une couleur. Tous ceux qui ont cette couleur sur leurs vêtements passent montrer la couleur et bull dog et peuvent traverser la ligne sans se faire toucher.



Jeux de gymnase

Ballon Chasseur : 2 équipes. 1 ou plusieurs ballons. (le moins lourd et le plus mou possible) Le terrain est divisé en 2 parties égales (soit à l'aide de cônes ou en s'aidant des lignes du plancher). Les joueurs n'ont pas le droit de dépasser la ligne qui sépare les 2 terrains. Le but est de lancer le ballon sur un adversaire. Si celui-ci l'échappe, il est éliminé et va s'asseoir sur un banc. Si le joueur le reçoit dans le visage, il n'est pas éliminé. Le jeu se termine lorsque les joueurs d'une des 2 équipes sont tous éliminés.

Variante «Résurrection» : Lorsqu'un joueur attrape un ballon, un joueur de son équipe qui est éliminé peut retourner jouer.

Variante «Vaches» : Quand quelqu'un est éliminé, celui-ci va de l'autre côté de la zone adverse. Il devient alors une «vache» (Les adversaires sont alors pris en «sandwich») S'il attrape des ballons, celui-ci peut les lancer sur ses adversaires.

Variante «Pigeons» : Dans chaque zone est installé un banc, de distance égale à partir du milieu, qu'on revire de côté et qui sont parallèles à la ligne du centre. 3 membres (pigeons) de chaque équipe doivent s'installer sur le banc dans leur zone. Ces 3 pigeons sont les seuls de l'équipe qui peuvent être éliminés. Ils sont éliminés s'ils se font toucher par un ballon ou s'ils tombent du banc. Le but est d'éliminer tous les pigeons de l'équipe adverse.

Variante «Guerre des mondes» : Le terrain est divisé en 4 (délimité si possible avec des cônes). Quand une personne est éliminée, elle doit rejoindre l'équipe qui l'a éliminé. Elle fait alors parti de cette équipe. Quand une équipe élimine la dernière personne d'une autre équipe, elle fusionne alors leurs 2 terrains. Le jeu se termine quand il ne reste qu'une seule équipe.





Ballon fou : 1 ou plusieurs ballons. Tous contre tous. Le but est de lancer le ballon sur un adversaire. Si celui-ci l'échappe, il est éliminé et doit s'asseoir par terre, là où il a été touché. Si le joueur le reçoit dans le visage, il n'est pas éliminé. Les joueurs n'ont pas le droit de marcher s'ils ont un ballon dans les mains. Le jeu se termine quand il reste une seule personne debout.

Variante «Résurrection» : Les personnes assises peuvent attraper un ballon. S'ils le lancent et élimine un joueur, ils sont ressuscités. Ils peuvent aussi se faire des passes entre eux. Ainsi, tant que le ballon ne touche pas à terre, celui-ci à la marque de tous ceux qui lui ont touché. Si ce ballon élimine une personne, tous ceux qui lui ont touché sont ressuscités.

Variante «Ballon mémoire» : La personne éliminée (assise) ressuscite lorsque son assassin est éliminé (touché). (ex : A élimine B = B s'assoit. B est automatiquement ressuscité lorsque A est éliminé soit par B ou par un autre participant). Attention! Une personne éliminée peut seulement éliminer son agresseur.

Ballon Planètes : 2 équipes. 1 ou plusieurs ballons. 12 cerceaux de la même grandeur. Le terrain est divisé en 2 parties égales (soit à l'aide de cônes ou en s'aidant des lignes du plancher). Les joueurs n'ont pas le droit de dépasser la ligne qui sépare les 2 terrains. Avant de commencer, chaque équipe doit former des «planètes» avec leurs 6 cerceaux. Le but du jeu est de détruire la planète de l'équipe adverse en lançant des ballons. Le jeu se termine quand une planète se fait détruire.

Pour former une planète, mettre un cerceau à plat par terre. Imaginons alors que ce cerceau est une boussole avec 4 points cardinaux, ceci facilitera les prochaines explications. Prendre 2 autres cerceaux, les déposer debout dans le cerceau à terre et les faire tenir en équilibre en les plaçant en tipi. Leur base devrait donc être à l'ouest et à l'est. Prendre 2 autres cerceaux, déposer leur base au nord et au sud de façon à ce qu'ils viennent se déposer sur les 2 cerceaux en tipi. Pour finir, mettre le cerceau restant à plat par-dessus le tout ce qui solidifiera la structure. Je conseil d'être 2 pour monter une planète.

Pépite d'or : 2 équipes. 1 cône. 1 balle (jaune, si possible). Établir 2 zones à chaque extrémité du gymnase; une zone pour les policiers et une zone pour les voleurs. Installer le cône à environ 2-3 mètres de distances de la zone des policiers et mettre sur la balle sur le dessus de celui-ci. Le but du jeu, pour les voleurs, est de capturer la pépite d'or et de la ramener dans leur zone, tandis que celui des policiers est d'empêcher les voleurs de voler la pépite. Attention! Si un policier quitte sa zone, il doit absolument toucher un voleur car sinon, il est éliminé. Quand un voleur ou un policier est éliminé, il sort du jeu et va s'asseoir sur un banc. Si un voleur capture la pépite et qu'un policier touche ce voleur avant que celui-ci retourne dans sa zone, cela donne un point à l'équipe des policiers. Quand le jeu se termine, les policiers prennent la place des voleurs et les voleurs prennent la place des policiers. L'équipe qui gagne est la première qui accumule 5 points.

Renards : Foulards (autant qu'il y a de joueurs moins le nombre de chasseurs). 1 cerceau. Établir 1 ou 2 zones (chaque extrémités du gymnase). Les renards doivent mettre le foulard dans leur pantalon (sur le côté et non en arrière, dans leur pantalon et non dans leur sous-vêtement). 2,3 ou 4 personnes sont choisies pour être les chasseurs (eux n'ont pas de foulards). Le but des chasseurs est de capturer les foulards des renards et de les mettre dans le cerceau (placé sur le côté, au centre du gymnase). Quand un renard perd sa queue, il doit aller s'asseoir, sur un banc. Le but des renards est de délivrer leurs amis en capturant un foulard (un à la fois) qu'il y a dans le cerceau et en lui ramenant. Le jeu se termine soit lorsque tous les renards sont éliminés ou soit après 5-10 minutes.

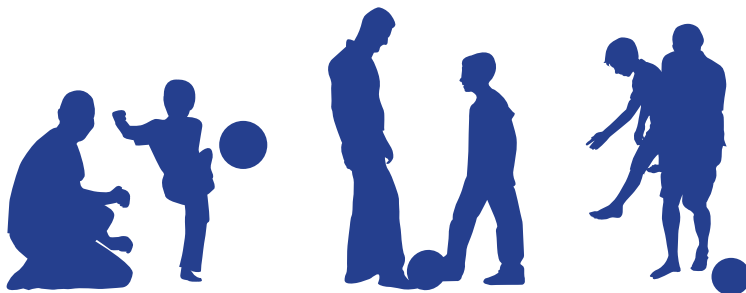
Variante «coffre à trésor» : Installer un contenant (gros cylindre) au centre du gymnase et éparpiller des ballons 9 ou des poches) un peu partout. Les renards doivent mettre tous les ballons dans le contenant.





Sports classiques

Soccer
Hockey
Basketball
Kin-Ball
Handball
Etc.



Jeux relaxants

Le premier changé : Tous se couchent, sur le dos et sur le sol, à un endroit de leur choix. On ferme alors les lumières. Ils doivent tous se relaxer en faisant de bonnes respirations (C'est le ventre qui doit se gonfler et non la cage thoracique. Ils doivent inspirer par le nez et expirer par la bouche). L'animateur nomme, un à la fois, les plus calmes, pour qu'ils aillent se changer.

Cimetière : Tous se couchent, sur le dos et sur le sol, à un endroit de leur choix. On ferme alors les lumières. On leur dit qu'avant de commencer, ils doivent tous se relaxer en faisant de bonnes respirations. Le jeu commence lorsqu'ils sont calmes et en silence. L'animateur se transforme alors en gardien du cimetière. Le but du jeu est de toucher le gardien. Par contre, ils ne peuvent pas bouger si le gardien les regarde. Si le gardien voit quelqu'un bouger, la personne doit se recoucher.



CONCLUSION

Cette liste n'est pas exhaustive et n'est qu'un point de repère. N'hésitez pas à essayer de nouvelles choses et à inventer de nouvelles variations. La créativité et votre capacité d'adaptation sont les clefs de la réussite! Pour le moment, les activités se sont tenues à l'intérieur mais rien n'empêche qu'elles se transportent dehors! Les municipalités mettent souvent à votre disposition des infrastructures sportives qui vous permettront d'innover. En espérant que le tout vous fut utile.

Je vous laisse aussi mes coordonnées courriel pour me joindre en cas de besoin pour des explications supplémentaires :
Sébastien Riopel : sebsrio4@hotmail.com

Viens jouer avec Papa!



Par Sébastien Riopel et le comité de la
valorisation de la paternité de Joliette
Mai 2014

La réalisation du guide a été possible grâce à
la collaboration des partenaires suivants:



Conception graphique : Pixocreation

Voici les personnes et organismes qui ont rendu possible la tenue des activités :
CRPPL, la CAJOL, les membres du Comité local de la valorisation de la paternité
de Joliette, Marie-Pier Blouin du Comité régional pour la promotion de la paternité dans
Lanaudière, la direction de l'école intégrée St-Pierre, les villes de Joliette et
Notre-Dame-des-Prairies, la municipalité de Saint-Thomas de Joliette et Sébastien Riopel