

## **DESCRIPTION DES DIFFÉRENTES ACTIVITÉS DU COURS MINI MULTI-SPORTS**

### **Semaine 1 : Le soccer**

Acquérir des connaissances de base relativement aux règles du jeu, mais aussi le développement d'une technique de base permettant aux enfants de jouer de manière fluide. À la fin de la pratique, les enfants devraient être capables de jouer en ne provoquant pas de contact avec leur bras ou leurs mains, tant sur le ballon que sur les adversaires.

### **Semaine 2 : Le badminton**

Être capable de frapper un volant de manière répétitive sur place ou effectuer un échange entre deux enfants où ils frappent le volant au moins une fois chacun. De plus, les enfants devraient être capables à la fin de la pratique de faire un service « balancier » où le volant traverse le filet de badminton.

### **Semaine 3 : L'athlétisme**

Amener les enfants à expérimenter différentes disciplines propres à l'athlétisme. De plus, créer des situations où les enfants peuvent s'amuser tout en ayant un climat de compétition amical.

### **Semaine 4 : Basket-ball**

Acquérir des connaissances de base relativement aux règles du jeu, mais aussi le développement d'une technique de base permettant aux enfants de jouer de manière fluide. À la fin de la pratique, les enfants devraient être capables de lancer le ballon qui touche au moins le cercle du panier, en plus d'effectuer une série de dribble en mouvement ou statique.

### **Semaine 5 : La crosse**

Expérimenter un sport qui n'est pas beaucoup connu des jeunes et qui gagne en popularité. À la fin de la pratique, les enfants devraient être en mesure de courir et d'effectuer des mouvements tout en gardant une balle dans leur bâton de crosse, en plus d'être en mesure de lancer la balle en direction d'un but ou d'un coéquipier pour faire une passe.

### **Semaine 6 : Le tennis**

Amener l'enfant à connaître la technique de base du tennis, en pouvant expérimenter, toutefois sans accorder trop d'importances aux limites du terrain parce que c'est un sport assez difficile pour les jeunes enfants.

### **Semaine 7 : Le hockey cossom**

Acquérir des connaissances de base relativement aux règles du jeu, mais aussi le développement d'une technique de base permettant aux enfants de jouer de manière fluide. À la fin de la pratique, les enfants devraient être capables de jouer en ayant des bases sur le contrôle de la rondelle, et en étant capables d'effectuer quelques passes au cours du jeu.

### **Semaine 8 : Le volley ball**

Être capable de frapper un ballon plus d'une fois sur place par la manchette et la touche, en plus d'effectuer un échange entre deux enfants où ils frappent le ballon au moins une fois chacun. À la fin de la pratique, les enfants devraient être capables de traverser le filet avec le ballon sur un service balancier de base.

### **Semaine 9 : Le flag football**

Acquérir des connaissances de base relativement aux règles du jeu, mais aussi le développement d'une technique de base permettant aux enfants de lancer un ballon de football sur quelques mètres et de faire des attrapés.

### **Semaine 10 : L'ultimate frisbee**

Expérimenter un sport qui n'est pas très connu, mais qui gagne en popularité. Se familiariser avec le lancer et l'attraper d'un frisbee.

### **Semaine 11 : Le baseball**

Acquérir des connaissances de base relativement aux règles du jeu, mais aussi le développement d'une technique de base permettant aux enfants de frapper la balle, d'attraper celle-ci et de lancer en direction d'un coéquipier.