



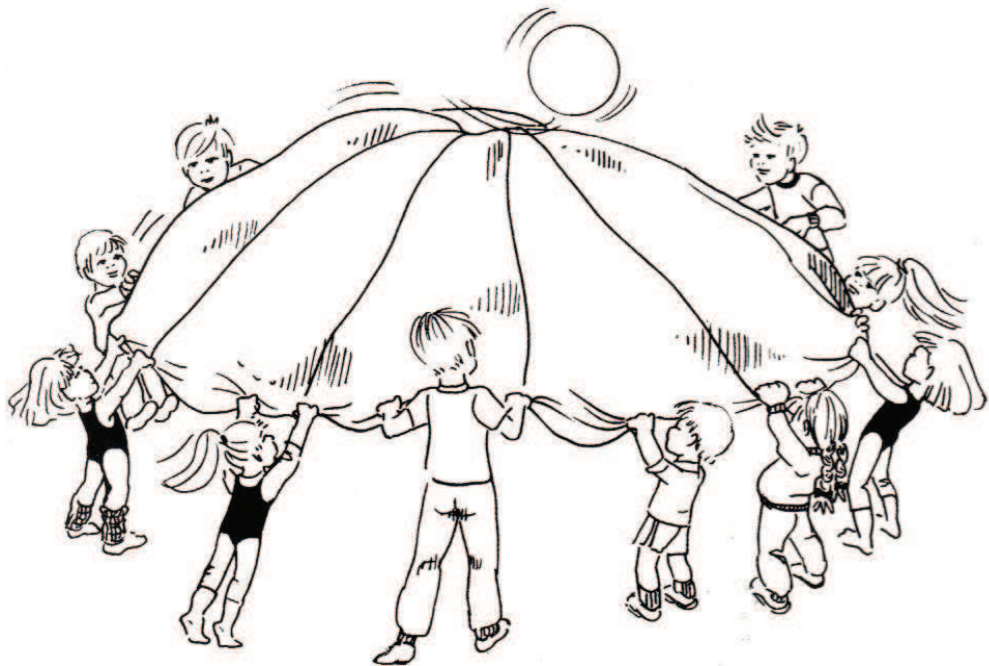
Début:

1. Laisser les enfants prendre le bord de la toile.
2. Commencer à agiter la toile de haut en bas - éventuellement en comptant.
3. Laisser les enfants découvrir que la toile se gonfle et se remplit d'air.
4. Essayer plusieurs fois et laisser les enfants découvrir les possibilités de la toile.
5. Essayer de mettre de la musique sur le mouvement.

Rappel:

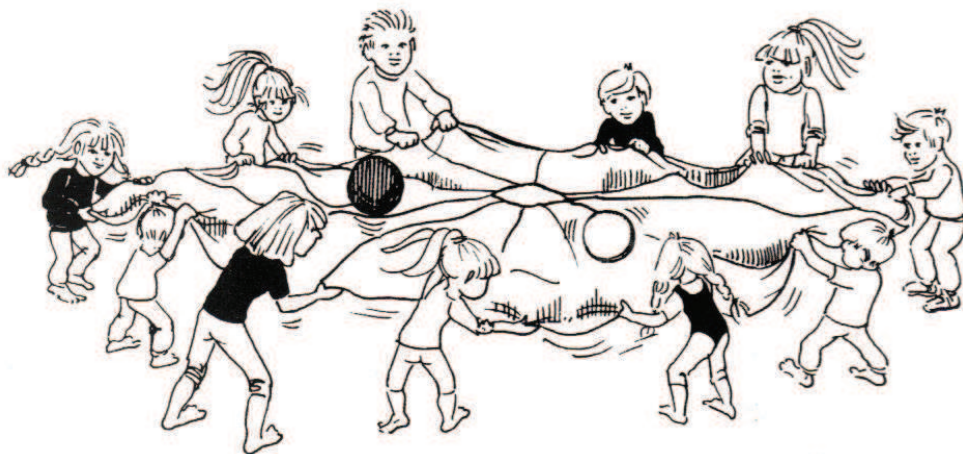
Toujours adapter les exigences et la rythme des propositions à l'âge des enfants et à l'environnement dans lequel vous jouez.

Nous avons essayé de maintenir les idées à un niveau qui s'adresse à des enfants à partir de 4 ans environ.



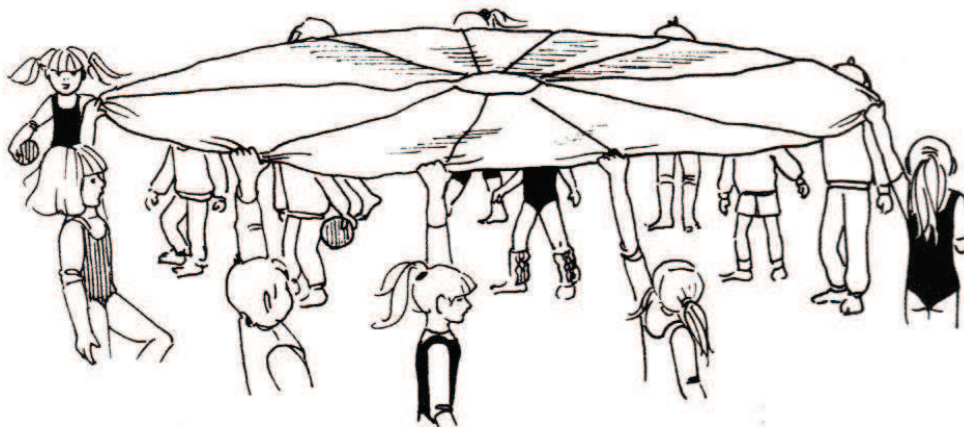
Idées pour jouer avec parachutes et balles

- A:**
1. Serrer la corde au milieu de la toile.
 2. Placer une balle (par exemple en mousse) au milieu de la toile.
 3. Laisser les enfants faire rouler la balle sur la toile.
 4. Augmenter la difficulté de l'exercice en appelant les enfants par leur nom à tour de rôle.
Le groupe doit donc faire rouler la balle vers l'enfant nommé. Doucement et calmement.
- B:**
1. Relâcher la corde au milieu de la toile. Le trou doit être un peu plus grand que la diamètre de la balle.
 2. Lancer la balle en l'air en agitant le parachute vers le haut.
 3. Essayer de la rattraper de sorte qu'elle passe par le trou.
 4. Eventuellement compter les points.



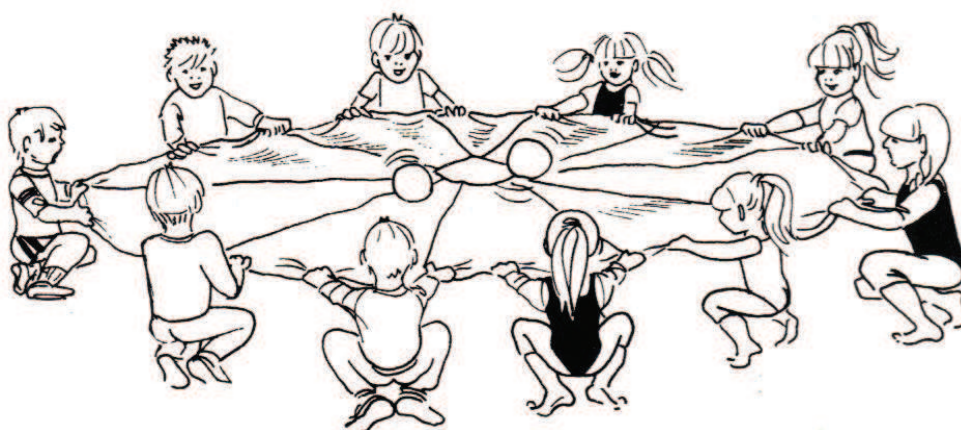
Jeu d'équipe

- C:**
- 1. Diviser le groupe en deux équipes.**
 - 2. Chaque équipe a sa couleur de balle.**
 - 3. Elargir un peu le trou du milieu.**
 - 4. Placer les 2 balles dans la toile.**
 - 5. Les enfants doivent faire des vagues avec le parachute (petits mouvements courts de haut en bas).**
 - 6. Qui obtient le plus de points?**
 - 7. 1 point par balle qui passe dans le trou.**
 - 8. Vous êtes arbitre de touche et vous rattrapez les balles que vous replacez dans le parachute.**
 - 9. Chaque équipe peut désigner un ramasseur de balles, ce qui facilitera le jeu et le rendra plus rapide.**



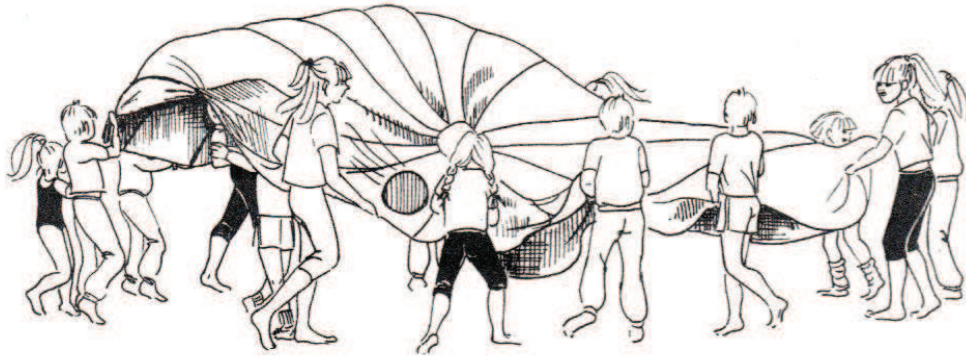
Jeu d'équipe

- D:**
1. Partager le groupe 2 équipes selon la taille des enfants.
 2. Les plus petits sont placés au centre sous la toile, les plus grands autour de la toile.
 3. L'équipe des grands tient le bord de la toile avec la main gauche et la lève aussi haut que possible.
 4. On utilise au moins 1 balle par participant d'une des équipes.
 5. C'est le cercle du milieu qui a les balles et les lance à tou de rôle aux participants du cercle extérieur qui essayent de les rattraper avec une main pour les relancer.
 6. Ne pas oublier de choisir ramasseur de balles.
 7. Faire des groupes de 2 avec un participant de chaque cercle.
 8. Echanger les places si la taille des enfants le permet.



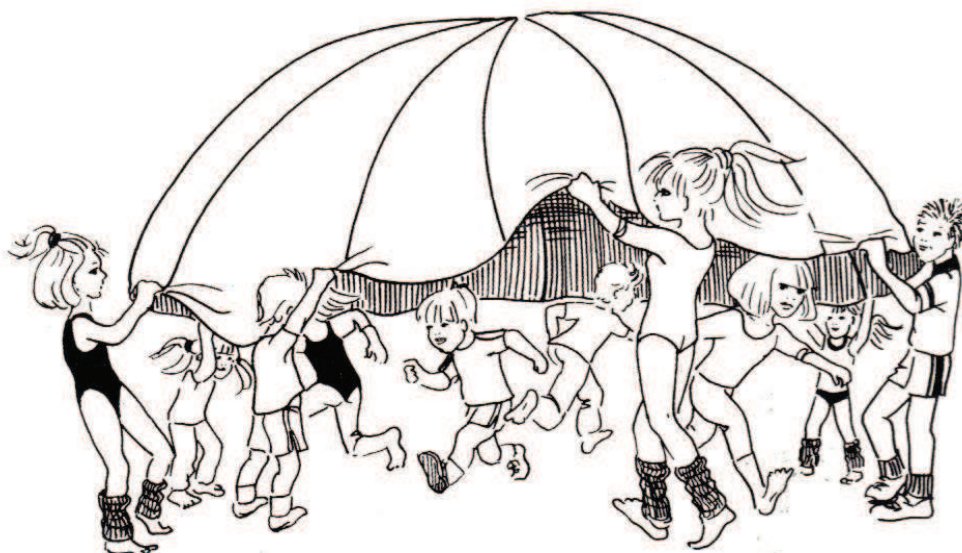
Jeu d'équipe

- E:**
- 1. Partager le groupe en deux équipes, par exemple filles contre garçons.**
 - 2. Les équipes sont placées autour du parachute de sorte qu'elles aient une demie circonférence chacune.**
 - 3. Les enfants sont accroupis et tiennent le bord du parachute.**
 - 4. 2 balles de couleurs différentes sont placées sur le parachute.**
 - 5. En se levant et en se baissant les enfants font bouger les balles. Les équipes font les mouvements chacune leur tour.**
 - 6. Il y a but quand la balle est sortie de la toile.**
 - 7. Vous devez être arbitre et ramasseur de balles.**



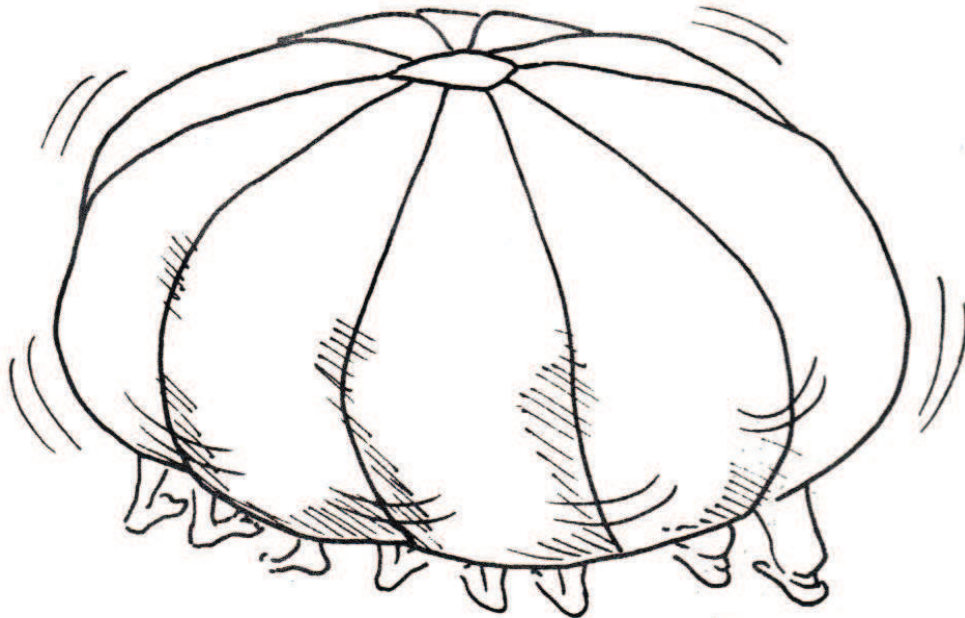
Souffler sur la balle

- F:**
1. Tenir le parachute et le lever jusque sous le menton.
 2. Mettre une ou plusieurs balles de ping-pong sur la toile.
 3. Faire tourner la balle/les balles sur le parachute en soufflant dessus chacun à son tour.
 4. Eventuellement jouer à chat avec 2 balles de ping-pong de couleurs différentes:
 - a. Toucher la Balle des autres en soufflant.
 - b. Qui fera le tour du parachute le premier?
- G:**
1. Mettre un gros ballon devant l'un des enfants, qui sont tous debout en tenant le parachute.
 2. Le ballon est déplacé d'un enfant à l'autre et fait le tour du cercle à l'aide d'un mouvement de vague de la toile.
 3. Accélérer doucement la vitesse du jeu par exemple en nommant les enfants.
 4. le parachute fera de très jolies vagues avec des belles impressions de couleurs.



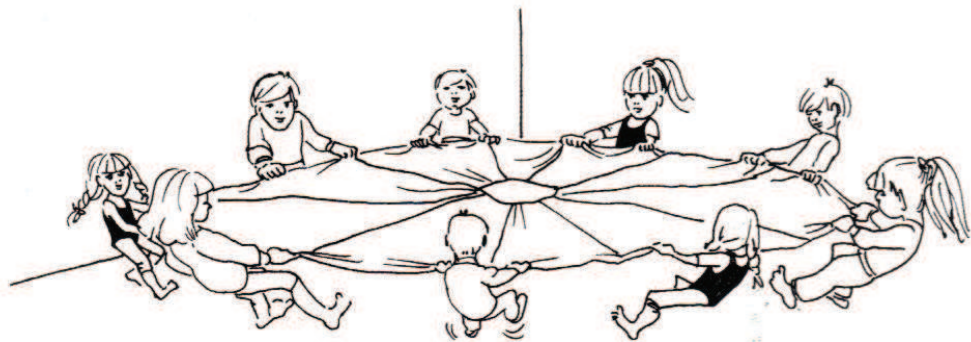
Petits exercices pour débutants

- A:**
- 1. Les enfants sont placés autour du parachute.**
 - 2. Ils sont accroupis.**
 - 3. Ils attrapent à deux mains le bord du parachute.**
 - 4. Après la position accroupie tout le monde se redresse en même temps en tendant les bras en l'air.
Grâce à ce mouvement le parachute se remplit d'air et forme une belle bulle au-dessus des enfants.**



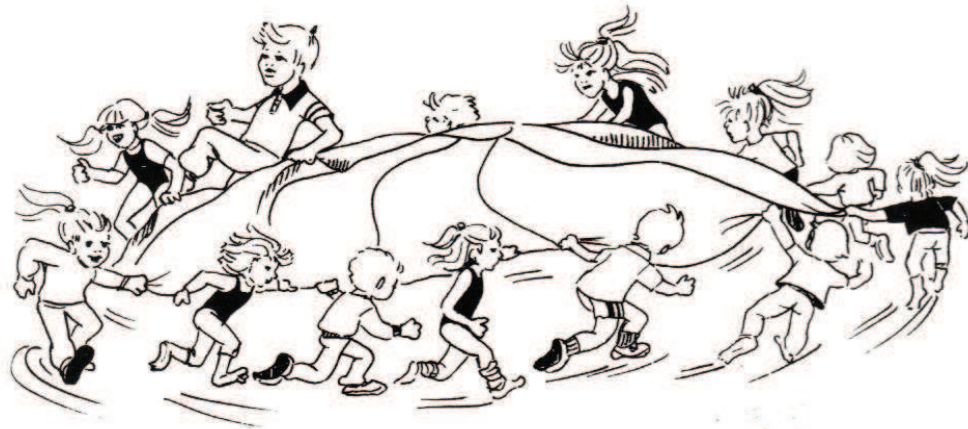
Petits exercices pour débutants

- B:**
1. Les enfants sont placés autour du parachute.
 2. Ils sont accroupis.
 3. Tenir le bord du parachute (comme pour la bulle).
 4. Après la position accroupie tout le monde se redresse avec les bras tendus. Le parachute se remplit d'air.
 5. Quand le parachute est entièrement gonflé on peut:
 - a. courir un peu vers le centre en tirant le parachute audessus de la tête pour s'asseoir sur le bord de la toile qui forme alors un bel abri,
 - b. Si les enfant sont tous petits, ils courent seulement vers le centre du parachute et s'assoient. L'abri descend doucement au-dessus d'eux.



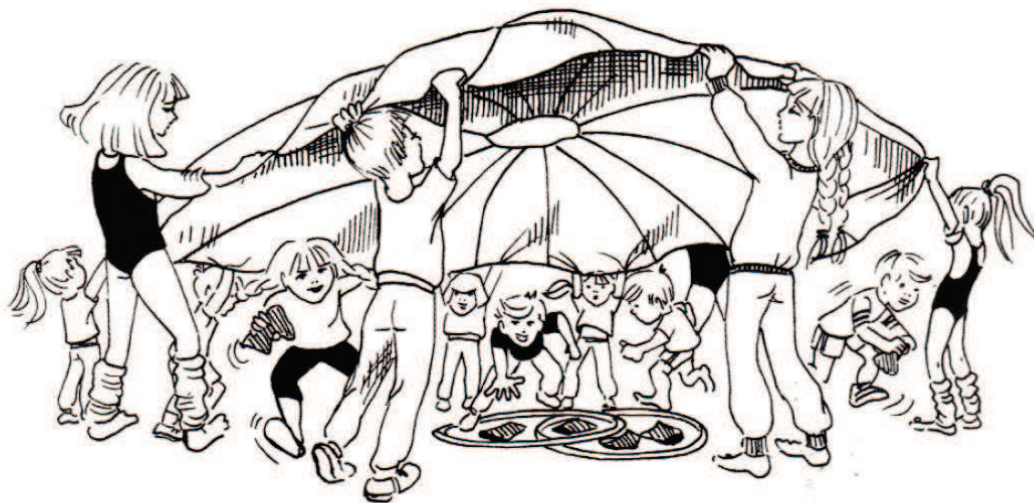
Petits exercices pour débutants

- C:**
- 1. Les enfants sont debout autour du parachute.**
 - 2. Attraper le bord du parachute à deux mains.**
 - 3. Le parachute est tendu entre les participants comme une toile de sauvetage par les pompiers.**
 - 4. Quand on a effectué l'exercice plusieurs fois et quand les participants ont pris confiance les uns dans les autres on peut:**
 - a. tendre le parachute de tout son poids sentir qu'il vous retient. Commencer éventuellement à tour de rôle,**
 - b. tendre complétement le parachute et se déplacer en rond comme une roue, éventuellement en augmentant doucement la vitesse. Commencer à tourner à petits pas.**



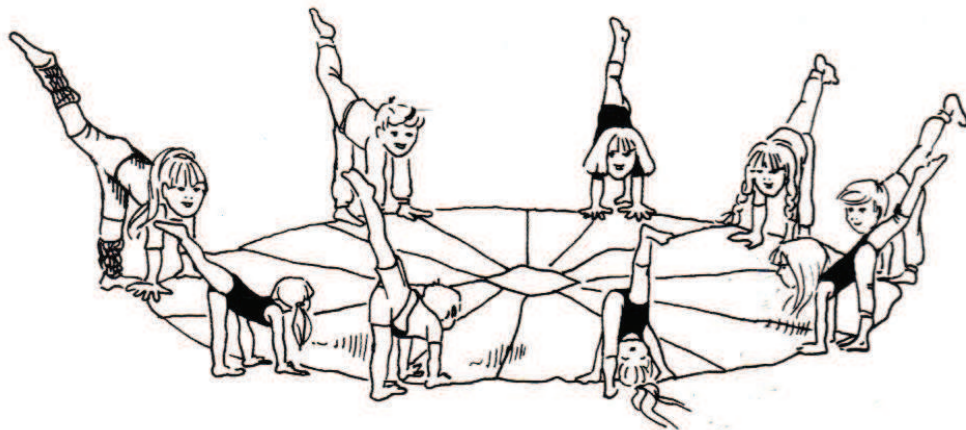
Attention - Surveiller la vitesse

- D:**
1. Les enfants sont placés autour du parachute.
 2. Attraper le bord du parachute avec la main gauche.
 3. Tout le monde court/marche dans la même direction.
 4. La vitesse est contrôlée par vous ou par de la musique.
 5. Changer de main et déplacez-vous dans l'autre sens.
 6. On peut:
 - a. se placer face au parachute,
 - b. attraper le parachute à deux mains,
 - c. et faire des chassés rapides.
 - d. Ne pas oublier de tenir une bonne distance entre les mains et également entre les participants.



Utilisation du parachute avec d'autres accessoires. Il n'y a que l'imagination qui impose des limites.

- A:**
- 1. On place sous le parachute plusieurs anneaux de couleurs.**
 - 2. Des balles ou des sacs de sable de même couleur que les anneaux sont placés en tas.**
 - 3. Les enfants sont partagés en 2 équipes:
La première équipe soulève et abaisse le parachute.
Les participants de la deuxième équipe placent à tour de rôle un sac de sable dans l'anneau de même couleur (un sac vert dans un anneau vert etc.)
Le jeu contient maintenant un apprentissage des couleurs et des formes.
Commencer avec peu de couleurs et peu de formes.**



Autres Possibilités:

1. **Utilisation du parachute avec musique d'accompagnement. Laissez-vous guider par les enfants ou par votre imagination.**
2. **Faire des exercices simples de danse avec la musique.**
3. **Laisser les enfants éventuellement un par un inventer des exercices.**

Amusez-vous bien!