repère culturel

**Arts du cirque**

5-10 ans

0 à 15 min

Petit groupe (5 à 15)

# La ronde

Jeu pour s'exercer à faire des passes et jongler avec une balle.

Source: Camp Géronimo

## Matériel

- Balles

## Déroulement

### Consignes

1. Former un cercle;
2. Faire passer une balle de main en main, le plus rapidement possible, entre les participants;
3. Après un premier tour, ajouter graduellement des variantes (ex. dos à dos, lancer d'un participant à un autre) en plus d'ajouter des balles supplémentaires.

### Variantes

- Former différentes équipes qui se compétitionnent pour transporter le plus rapidement possible, les balles sans qu'elles tombent.

## Adaptations inclusives

### Intégration sensorielle

- Moduler l'intensité. Prévoir un temps raisonnable entre deux mouvements;
- Distancer les participants de façon à respecter l'espace personnel des participants.

### Mobilité réduite

- Moduler l'intensité. Prévoir un temps raisonnable entre deux mouvements;
- Augmenter la taille de la balle (possibilité d'utiliser un ballon);
- Diminuer le poids de la balle ou du ballon;
- Modifier la position. Faire les mouvements assis plutôt que debout;
- Rouler la balle ou le ballon d'un participant à un autre;
- Ajouter un défi à tous les participants. Par exemple, tous les participants dessinent à une main. Impliquer les participants dans le choix du défi;
- Offrir aux participants la possibilité de proposer des mouvements.

### Communication

- Jumeler les participants;
- Faire un tour de pratique pour valider la compréhension des consignes.

*Adaptations inclusives rédigées par l'Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées (AQPLH).*