

JEUX INUIT TRADITIONNELS

Niveau académique ciblé

Cette activité s'adresse à des élèves du premier cycle du secondaire (12 à 15 ans).

Objectif

Les élèves se familiarisent avec les jeux traditionnels inuit et le rôle de ces activités dans le quotidien de l'Arctique. En dyade ou petits groupes, les élèves font l'apprentissage d'un de ces jeux et en font une démonstration en classe.

Durée de l'activité

1 période de classe.

Matériel nécessaire

Site Internet décrivant les compétitions sportives des Inuit :

http://www.virtualmuseum.ca/Exhibitions/Traditions/Francais/inuit_games.html

Archives Radio-Canada : Les jeux arctiques :

http://archives.radio-canada.ca/IDD-0-60-1097/sports/jeux_arctique/

Jeux traditionnels : Instructions (disponible en anglais seulement) :

<http://www.athropolis.com/news-upload/11-data/index.htm>

Déroulement de l'activité

1. En plénière, demander aux élèves de nommer certains de leurs jeux et sports favoris. Les écrire au tableau.
2. Une fois la liste terminée, demander aux élèves qui, parmi eux, fait du ski, du surf, de la planche à neige? Diriger une discussion avec les élèves sur les facteurs qui influencent la pratique de certains sports au sein d'une famille, d'une communauté, des habitants d'une région (le climat, l'environnement, l'accès à certains matériaux, le statut socio-économique, etc.).
3. Questionner les élèves sur leurs connaissances antérieures, ce qu'ils ont appris sur la vie dans l'Arctique et la culture Inuit. Quels sont, selon eux, les sports populaires et peu populaires au Nunavut. Demander aux élèves de justifier leurs affirmations.
4. Rappeler aux élèves les conditions de vie de l'Arctique et les défis que ces conditions présentent. En effet, il y a trois mois de noirceur hivernale par année en plus de la température glaciale qui descend jusqu'à -30°Celsius (-22°Fahrenheit). Ainsi, les jeux et les sports contribuent énormément à l'adaptation des Inuit à ce climat ardu. Plusieurs de ces activités font appel à la force physique, l'agilité, l'endurance et ne requièrent aucun équipement.
5. Expliquer aux élèves que la plupart des jeux traditionnels inuit rappelaient leurs stratégies de survie. Ainsi, des muscles puissants dans les bras et les mains étaient nécessaires pour chasser au harpon les morses, les baleines, les ours polaires ainsi que pour immobiliser l'animal lorsqu'il se débattait. Des jambes agiles permettaient de sauter par-dessus les

ours, de se sauver des loups ou encore d'attraper les caribous. On retrouve plusieurs de ces histoires, aujourd'hui devenues des légendes, racontant les exploits d'individus capables de tours d'adresse et d'exploits athlétiques incroyables, comme on le voit, par exemple dans *Atanarjuat : la légende de l'homme rapide*.

6. Présenter *Les Jeux de l'Arctique*, qui ont eu lieu en mars 1970 pour la première fois. À l'origine, seulement trois territoires nordiques ont participé à cette compétition. Or en 2000, les *Jeux de l'Arctique* ont accueilli l'Alaska (États-Unis), le Groenland, les régions de Magadan et de Chukotka (Russie), le Yukon, les Territoires du Nord-Ouest, l'Alberta du Nord, le Nunavik (Québec) et le Nunavut. Situer ces derniers sur une carte du monde.
7. Expliquer ensuite que *Les Jeux de l'Arctique* et les Olympiques d'hiver ont plusieurs disciplines en commun, soit le ski de randonnée, le hockey, le patinage de vitesse et le curling. *Les Jeux de l'Arctique* ont aussi pour disciplines des sports nordiques tels la raquette et la course en traîneau à chiens. Finalement, on retrouve des épreuves de sports traditionnels inuit.
8. Présenter ensuite aux élèves des sports et jeux traditionnels inuit à partir des adresses Internet fournies à la rubrique «Matériel nécessaire». Faire remarquer aux élèves que ces sports étaient, à l'origine, plus qu'une forme de divertissement mais permettaient aux Inuit de demeurer en bonne forme physique durant les longs mois sombres d'hiver.
9. Séparer les élèves en dyades ou en petits groupes (selon l'activité) et assigner à chaque équipe une activité parmi les suivantes : le jeu du doigt (The Sitting Knuckle Pull), le départ à genoux (The Kneel Jump), l'avion (5 personnes) (The Airplane), la traction de la nuque (The Musk Ox Push), sauts sur les poings fermés (The Knucklehop), la poussée du dos (The Back Push), la lutte de jambe (The Legwrestle), la tirée de la bouche (The Mouth Pull). Expliquer aux élèves que chaque équipe devra pratiquer l'activité qui leur est assignée pour ensuite en faire une démonstration devant le reste de la classe.
10. Fournir les règles et procédures de chaque jeu aux équipes ou inviter les élèves à effectuer les recherches eux-mêmes (<http://www.athropolis.com/news-upload/11-data/index.htm>) *en anglais seulement.

Évaluation

Lorsque les équipes sont prêtes, déplacer les pupitres et créer un cercle avec les chaises des élèves de façon à créer une arène au centre de la classe. Demander ensuite à chaque équipe de nommer leur activité, de l'expliquer et d'en faire une démonstration au centre de l'arène. Si le temps le permet, donner l'occasion à chaque élève d'essayer chaque activité.

Conclure l'activité en faisant un retour avec les élèves sur les jeux appris, ce qu'ils ont préféré, ce qu'ils ont trouvé difficile, etc.

JEUX TRADITIONNELS INUIT - DESCRIPTIONS

LE COUP DE PIED EN HAUTEUR À UN PIED

Considéré comme le jeu traditionnel Inuit le plus difficile, le coup de pied en hauteur à un pied requiert de la puissance et énormément de coordination. Le but est de faire un saut de 60 cm et de frapper du pied un phoque (une cible en forme de phoque) en atterrissant avec équilibre sur le pied ayant donné le coup.

LE COUP DE PIED EN HAUTEUR A DEUX PIEDS

Le but est le même que dans le coup de pied en hauteur à un pied mais demande de toucher la cible avec les deux pieds en même temps et d'atterrir ensuite sur les deux pieds.

LE COUP DE PIED EN HAUTEUR D'ALASKA

Créé en Alaska, ce coup de pied en hauteur s'effectue avec une main au sol comme point d'appui. L'athlète doit frapper du pied la cible placée au-dessus de lui avec un pied. Pour rendre la tâche plus ardue, l'athlète doit tenir l'autre pied avec son autre main sans perdre son équilibre et sans lâcher prise tout au long de l'essai.

LA TOUCHÉE À UNE MAIN

Ce jeu fait appel autant à la force physique, l'équilibre et la concentration. Avec une main au sol, l'athlète utilise son autre main pour toucher la cible placée au-dessus de lui. Aucun autre membre du corps ne peut toucher le sol jusqu'à ce que le compétiteur ait démontré son équilibre et son agilité au moment où son autre main revient au sol après avoir touché la cible.

LE DÉPART À GENOUX

L'athlète doit se propulser vers l'avant en partant d'une position à genoux et en atterrissant en équilibre debout. Le but est de franchir la plus grande distance vers l'avant possible.

LE SAUT SUR LES POINGS FERMÉS

Cette compétition en est une de distance, mais aussi de résistance à la douleur. L'athlète se place à plat ventre avec seulement ses jointures des doigts et ses orteils touchant le sol. L'athlète se propulse vers l'avant et le haut en atterrissant simultanément sur ses orteils et ses jointures. Ceci continue jusqu'à ce qu'une autre partie du corps de l'athlète touche le sol.

L'AVION

Il s'agit d'une compétition de force et d'endurance. Trois porteurs tiennent l'athlète en position, un pour chaque bras et un tenant les deux chevilles. L'athlète est placé le dos droit, les bras en extension et les jambes droites. Les trois porteurs lèvent l'athlète et traversent avec lui un parcours déterminé. L'essai se termine lorsque le corps de l'athlète touche le sol, habituellement, le torse tombe et touche le sol.

LA LUTTE DE JAMBE

La lutte de jambe est une compétition à deux joueurs où les athlètes font preuve d'endurance et de force physique. Les compétiteurs s'allongent sur le dos, un à côté de l'autre, la tête à la hauteur des hanches de leur adversaire. Au signal, les deux athlètes lèvent la jambe du côté de leur compétiteur et entremêlent cette jambe avec celle de l'autre. L'autre jambe doit rester allongée au sol. Le gagnant est celui qui parvient à déplacer son adversaire de sa position allongée.

LA LUTTE DOS À DOS

Pour cette lutte à deux joueurs, l'athlète se place assis au sol, le dos collé contre celui de l'adversaire. Au signal, les deux compétiteurs doivent s'aider de leurs mains et leurs pieds afin de pousser du dos leur adversaire à l'extérieur de l'arène.

LA LUTTE DES JOINTURES

Cette compétition un contre un fait appel à la simple force physique. Les deux adversaires s'assoient un en face de l'autre et entremêlent un doigt avec celui du compétiteur. Le gagnant est celui qui parvient à amener son adversaire à lâcher prise.

LA TRACTION DE LA NUQUE

Pour cette lutte à deux joueurs, les adversaires se placent au sol, avec comme point d'appui leurs mains et leurs genoux. Leur tête est penchée vers le sol et leur nuque s'appuie sur l'épaule de leur adversaire. Le but du jeu est de pousser l'adversaire hors de l'arène.

LA TIRÉE DE LA BOUCHE

Pour cette épreuve un contre un, les compétiteurs se placent un à côté de l'autre, ils enlacent chacun leur adversaire d'un bras et placent leur index dans la bouche de l'autre. Au signal, ils se mettent chacun à étirer la bouche de leur adversaire au moyen de leur doigt. Le perdant est celui qui abandonne en premier.

LE SAUT DE TRAÎNEAUX

Cette compétition requiert beaucoup d'endurance et de force physique. L'athlète doit sauter par-dessus des traîneaux le plus de fois possible sans faire tomber un traîneau. Le compétiteur doit partir et atterrir sur ses deux pieds en même temps, il ne doit pas tomber et aucun de ses membres supérieurs ne peut toucher aux traîneaux.

LE TRIPLE SAUT

Le but du triple saut est de parcourir la plus grande distance en trois sauts consécutifs. L'athlète doit garder ses deux pieds collés pour la totalité des sauts. Le vainqueur est celui qui a parcouru la plus grande distance entre le premier saut et le troisième. Si le compétiteur tombe, c'est l'endroit où une partie autre que ses pieds a touché le sol qui est considéré comme le point d'arrivée.