

# JEUX ADAPTES EN SALLE

## INTRODUCTION

---

A l'heure où les jeux de société et les jeux vidéos ont la quote, nous nous sommes penchés sur une adaptation de ces activités à la salle de gym. Nous avons cherché à inciter les enfants à faire du sport à partir de jeux qu'ils affectionnent tout particulièrement. Certaines situations sont tirées de jeux vidéos, d'autres de jeux de société et d'autres de hall de jeux. L'idée étant que les enfants créent des liens entre eux, élaborent des stratégies et réfléchissent tout en bougeant ensemble.

Les jeux proposés ci-dessous peuvent être adaptés et modifiés à l'infini, laissez libre cours à votre imagination. Bons jeux!



Inspiré par:  
[www.despelles.nl](http://www.despelles.nl)

# JEUX ADAPTES EN SALLE

## DANCE AND STEP

---

Objectif:

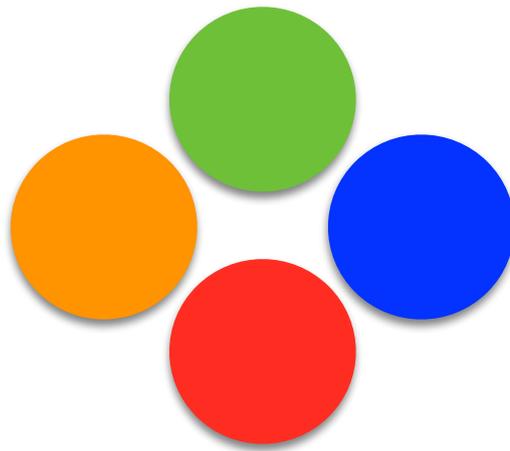
Sauter en rythme avec la musique en suivant les couleurs données sur la « partition »

Déroulement:

Sauter sur les cerceaux/tapis de couleurs à pied joint ou sur un pied en fonction de ce qui est indiqué sur la partition.

Matériel:

- partitions diverses
- cerceaux/tapis de 4 couleurs différentes
- boom box



CF: fiches annexes

# JEUX ADAPTES EN SALLE

## BILLARD

---

### Objectif:

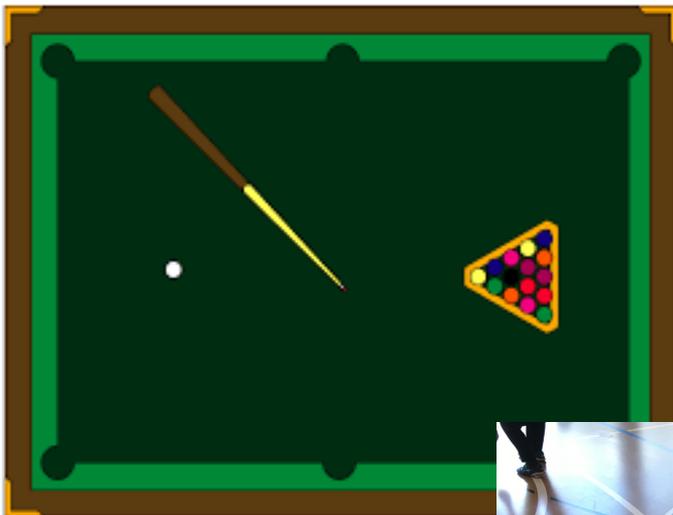
Faire tomber la balle dans le trou à l'aide d'une canne suédoise

### Déroulement:

Deux élèves s'affrontent pour faire tomber la balle dans le trou créé en enlevant la protection des poteaux de la salle. Les élèves sont couchés par terre et font glisser la canne entre les doigts pour viser la balle.

### Matériel:

- deux cannes suédoises
- balles à lancer



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## CURLING

### Objectif:

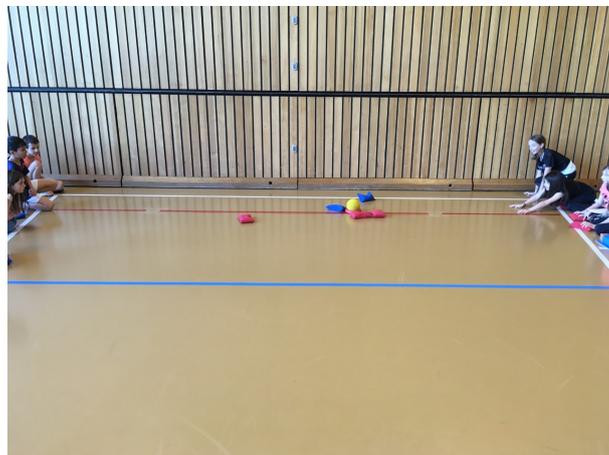
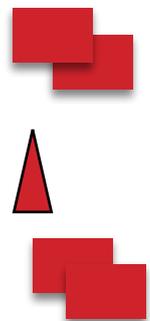
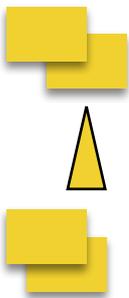
Glisser un sac de sable vers le centre de la cible et repousser les sacs des adversaires

### Déroulement:

A tour de rôle, les élèves lancent leur sac de sable vers la cible au milieu de la salle. Ils doivent avoir le plus de sacs possible vers le centre et éviter que l'adversaire garde les siens en les repoussant lors de leur lancer. Le terrain est « miné » par des massues que les autres joueurs vont dégager en balayant.

### Matériel:

- scotch pour marquer la cible au sol
- sacs de sable de deux couleurs différentes
- massues
- balais



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## PUISSANCE 4

Objectif:

Aligner 4 sautoirs sur une ligne horizontale ou verticale

Déroulement:

Sous forme de course estafette, deux équipes s'affrontent pour former une ligne en premier. Le premier de chaque équipe part en courant et grimpe au sommet du cadre suédois pour laisser tomber son sautoir derrière la colonne visée. Il redescend et attache son sautoir au cadre à l'endroit souhaité. Puis, il repart taper la main du suivant.

Matériel:

-sautoirs de deux couleurs différentes

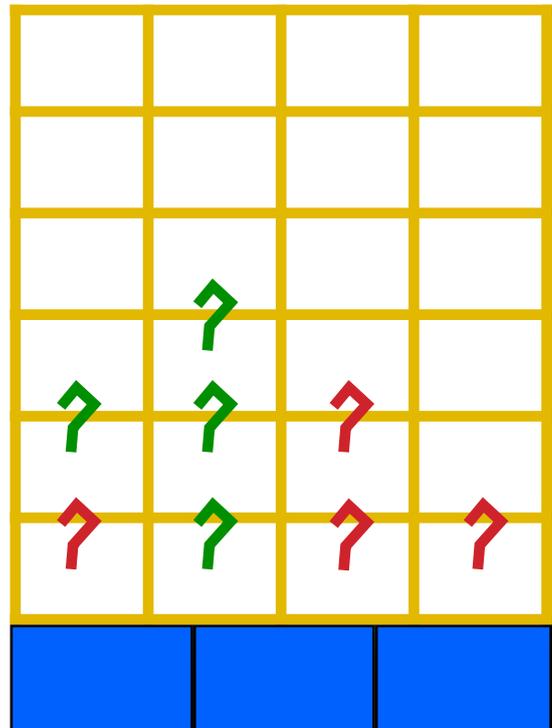
-gros tapis

-cônes

-anneaux

Variante:

Idem mais en 3D avec des cônes et des anneaux.



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## LA TOUR INFERNALE

---

Objectif:

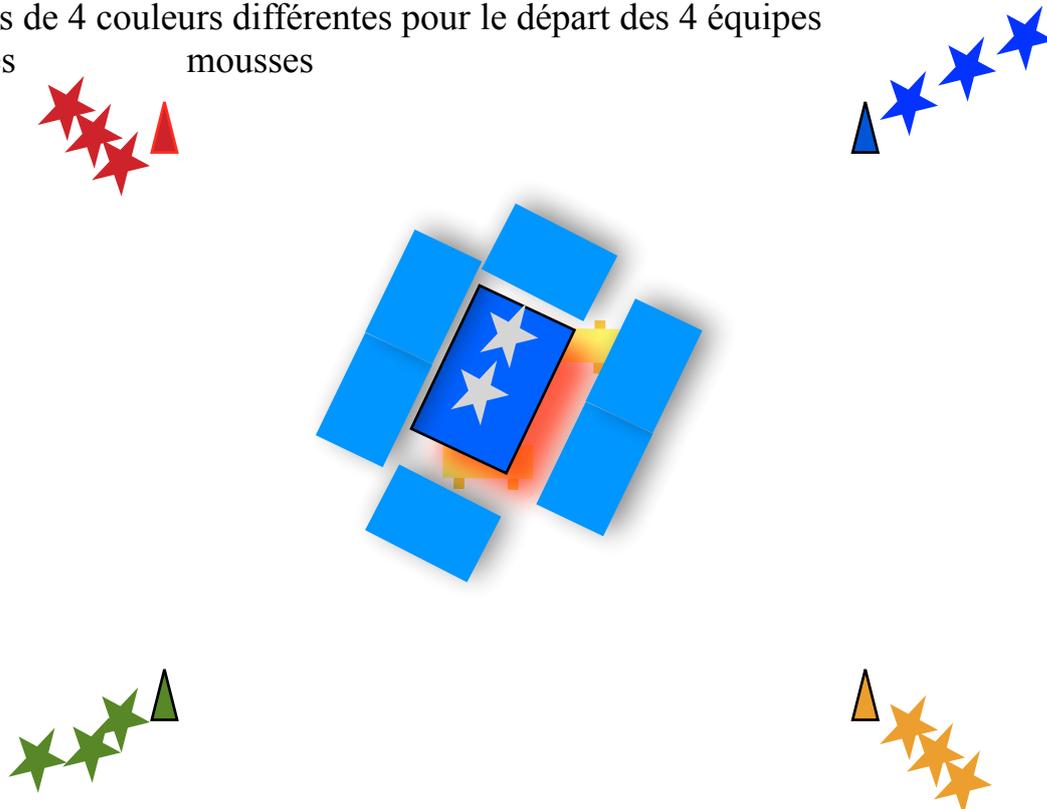
Récupérer les lingots d'or dans la tour infernale

Déroulement:

Sous forme de course estafette, quatre équipes s'affrontent pour récupérer le plus possible de lingots d'or. Le premier de chaque équipe part en courant et cherche à prendre une assiette sous la tour infernale sans se faire toucher par les deux tireurs assis au sommet de la tour. S'il réussit, il revient et tape la main du suivant. S'il se fait toucher, il remet l'assiette en place et donne son tour. Un élève est désigné pour ramasser les balles mousse et les redonner aux tireurs.

Matériel:

- tour infernale: 2 caissons, 2 bancs, 1 gros tapis, plusieurs petits tapis
- assiettes
- cônes de 4 couleurs différentes pour le départ des 4 équipes
- balles mousses



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## AIR HOCKEY

Objectif:

Marquer des points en tirant sur le tapis de l'adversaire

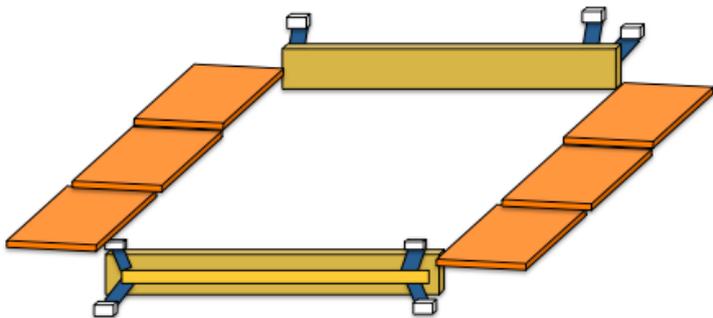
Déroulement:

Les élèves sont couchés sur le ventre.

La balle est mise en jeu et les enfants doivent la frapper à l'aide de la main pour la faire rouler. Un point est marqué si la balle touche le tapis. Les rebords du banc (ou du caisson) sont utilisés pour faire des rebonds et surprendre l'adversaire par des trajectoires variées.

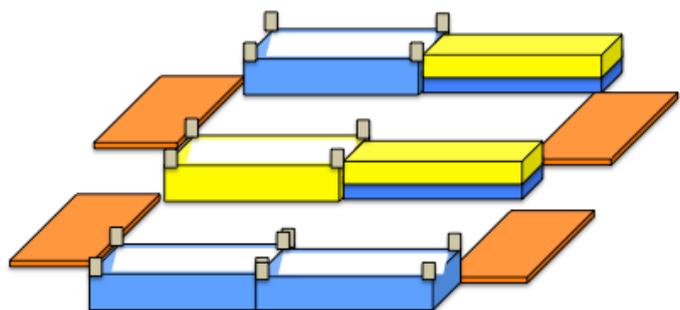
Matériel:

- bancs
- tapis
- éléments de caisson
- balles en mousse



3 contre 3

1 contre 1



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## BOWLING HUMAIN

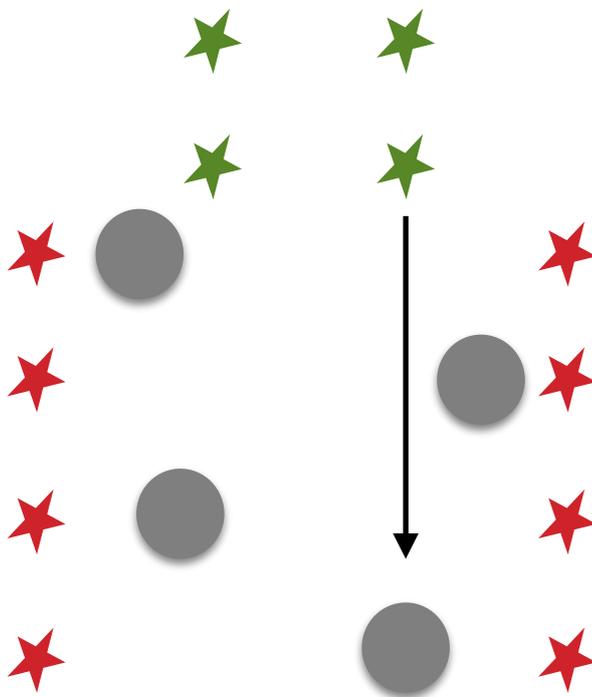
Objectif: toucher les coureurs qui courent entre les deux rangs

Déroulement:

Les élèves sont répartis en deux groupes. Un groupe se place de part et d'autre du côté long de la salle et se fait des passes avec les ballons. L'autre demi-classe doit courir la longueur de la salle sans se faire toucher par un ballon.

Matériel:

-6 ballons physio



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## BOWLING

Objectif: faire tomber les balles qui roulent le long du bowling

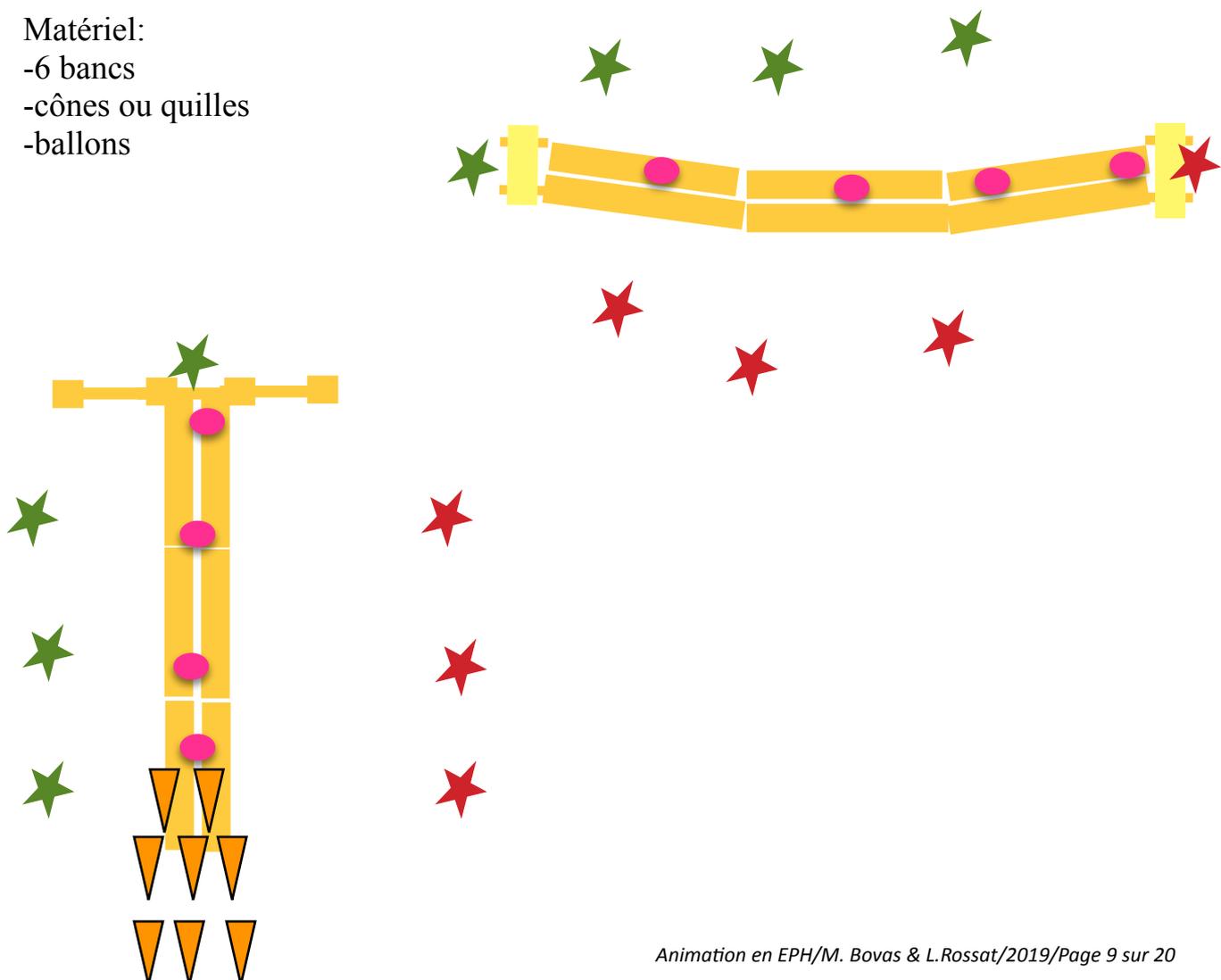
Déroulement: deux équipes se placent de part et d'autre du couloir de bowling et tirent sur les balles qui roulent. Deux élèves font glisser les balles depuis les caissons qui se trouvent sur les côtés de la salle. Les bancs sont accrochés aux caissons et posés dans le sens de la largeur de la salle.

Variante:

Les bancs sont posés dans le sens de la longueur de la salle accrochés aux espaliers avec des cônes à faire tomber en bout de course. Les élèves tirent sur les balles qui glissent le long des bancs. Quelle équipe évacue le plus de ballons dans le camp adverse?

Matériel:

- 6 bancs
- cônes ou quilles
- ballons



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## FLIPPER GEANT

Objectif:

Repousser les balles qui roulent dans la salle pour les faire aller dans le couloir de l'adversaire.

Déroulement:

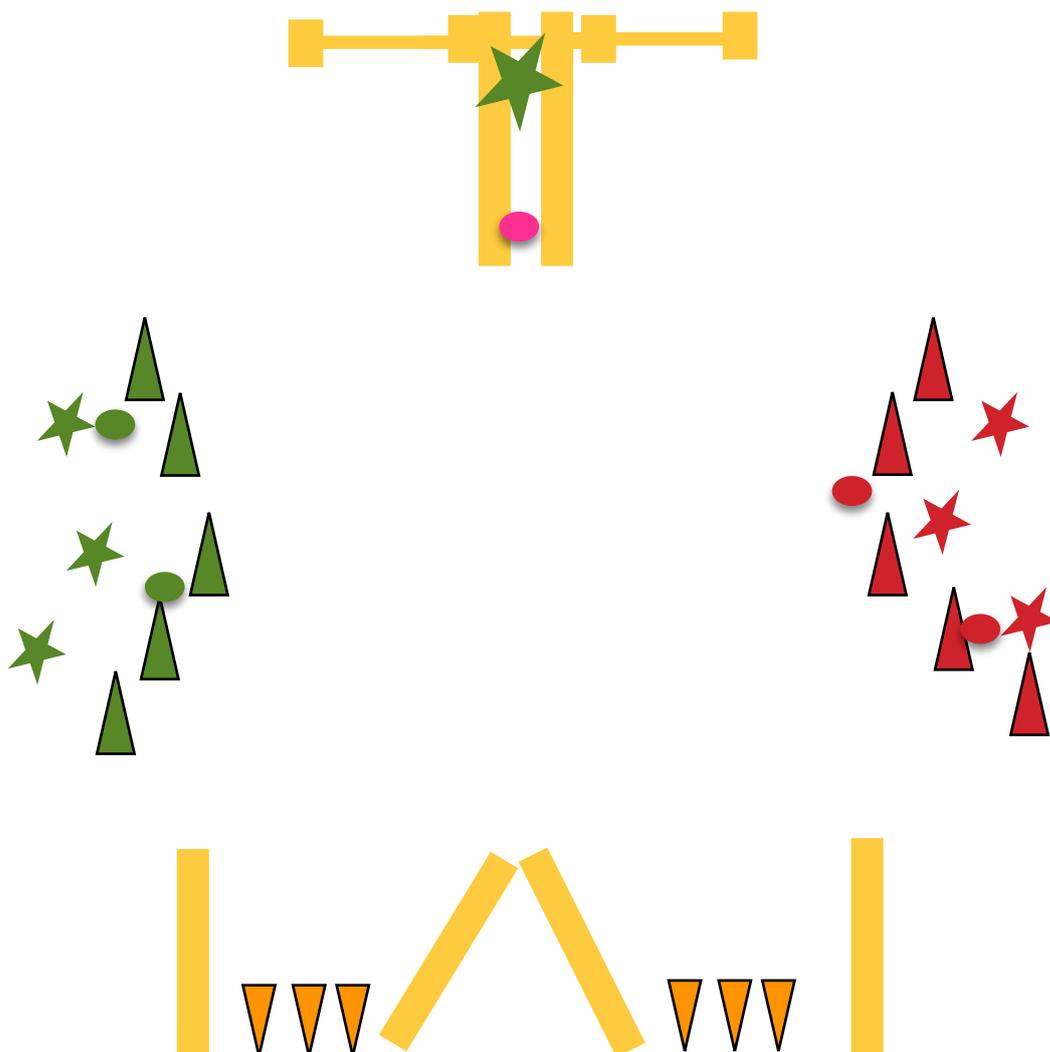
Deux équipes s'affrontent depuis deux zones définies par des cônes. Ils tirent leurs balles sur le physioball qui glissent le long des bancs accrochés aux espaliers de sorte à ce que la balle aille échouer dans la zone « flipper » adverse.

Matériel:

-6 bancs

-ballons

-1 physioball



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## MARIO KART

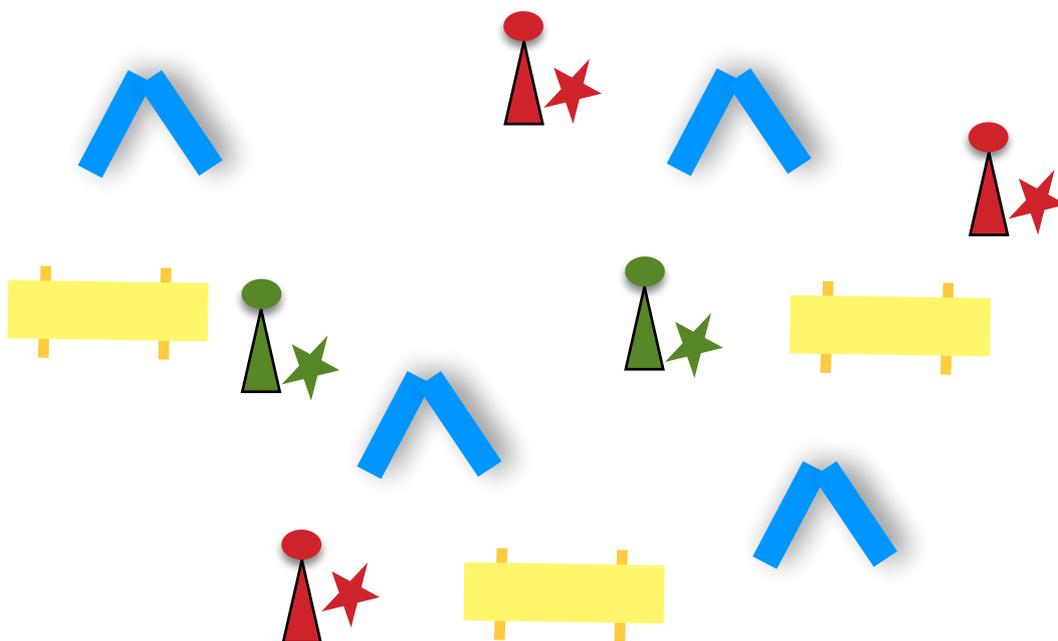
Objectif: effectuer un circuit assis sur ou en poussant une planche à roulette en protégeant sa balle posée sur un cône.

Déroulement:

Les élèves se déplacent en poussant/tirant leur balle et essaient de tirer sur les autres karts tout en évitant le satellite qui tourne au-dessus de leur tête. Le satellite est une balle attachée à une corde qui est tenue par le poteau de saut en hauteur. Le maître fait tourner ce satellite. Des caissons et des tapis sont posés en « tente » pour offrir des zones de protection.

Matériel:

- cônes
- balles de tennis
- planches à 4 roulettes
- poteau de saut en hauteur avec une corde lestée d'un ballon



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## FORTNITE

Objectif: ramasser le plus de blocs en bois possible pour construire une forteresse

Déroulement:

La salle est parsemée de gros matériel offrant des cachettes et des abris. Des blocs en bois sont dans le cercle du milieu de la salle. Les élèves se déplacent en courant dans la salle en tirant sur les camarades avec des ballons mousse et en évitant de se faire toucher. Ils tentent de prendre un bloc pour le ramener en lieu sûr au fond de la salle.

Matériel:

- de quoi construire le plus d'abris possible
- ballons mousse
- blocs en bois



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## ANGRY BIRDS

Objectif: faire tomber les cochons

Déroulement:

Les élèves passent d'un poste à l'autre et essaient de faire tomber le cochon l'aide d'un frisbee (=angry bird)

1/ massue à l'intérieur de cerceaux



2/ caisse posée sur un cône



3/ trois cônes en pyramide



4/ balle posée sur un cône



5/ 2 ballons lourds l'un sur l'autre



6/ bloc en bois, 2 cannes



Matériel:

- balles mousse = cochons
- cerceaux
- cônes
- ballons lourds
- anneaux en caoutchouc
- frisbee =angry birds



Variantes:

utiliser des élastiques qui sont tendus entre deux poteaux et des sacs de sable pour tirer sur les « cochons ».

# JEUX ADAPTES EN SALLE

## LINE PACMAN

---

Objectif: éviter Pacman et rester sur les lignes.

Déroulement:

Les élèves peuvent se déplacer dans n'importe quel sens tant qu'ils restent sur les lignes au sol. Interdit de sauter d'une ligne à l'autre. S'ils se font toucher par un pacman, ils doivent s'asseoir sur la ligne. Ce chemin est ainsi bloqué pour les autres joueurs, mais pas pour Pacman. Les élèves touchés peuvent être libérés par le docteur.

Matériel:

- salle de gym avec des lignes au sol
- 2 Frisbees rouges pour les pacmans
- 1 sautoir vert pour le docteur

Variantes:

Variation des déplacements (sautiller, sauter sur un pied, pas chassés)

Au lieu d'avoir un docteur, les élèves touchés doivent se tenir debout sur une jambe pendant 20 secondes et peuvent ensuite repartir.



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## PACMAN

Objectif: éviter Pacman et ramasser des assiettes, « nourriture » dans le labyrinthe.

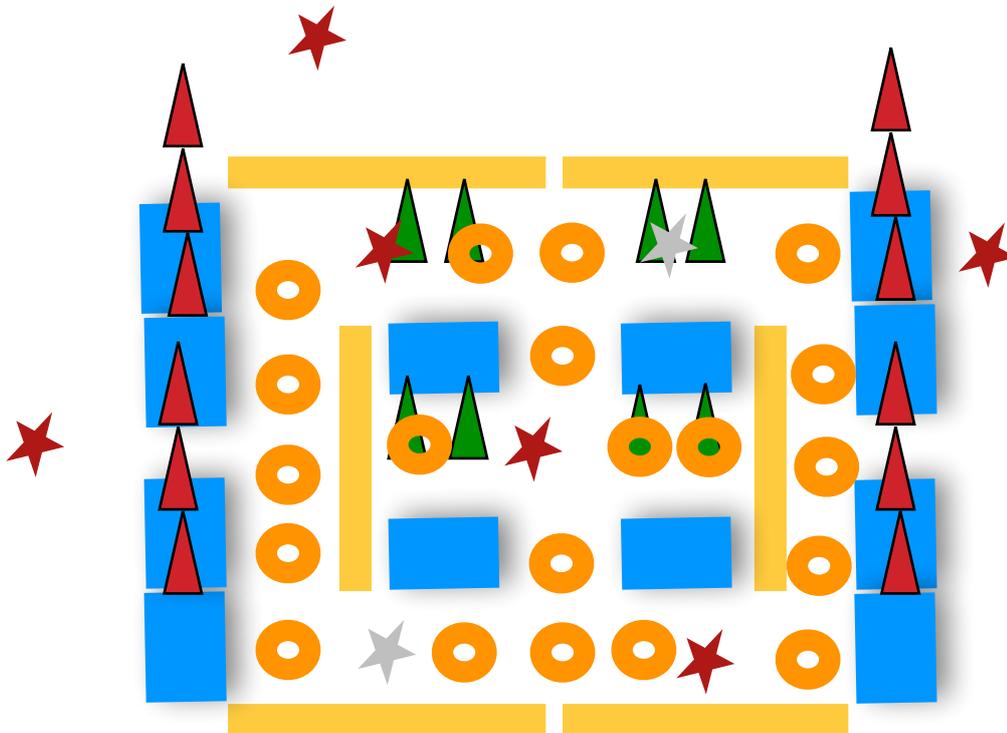


Déroulement:

Les élèves entrent et sortent du labyrinthe par le côté qu'ils veulent. Ils tentent de ramasser des assiettes (nourriture) sans se faire toucher par les pacmans. Lorsqu'ils ont une assiette, ils sortent du labyrinthe et courent la poser au fond de la salle. S'ils se font toucher par un pacman, ils doivent remettre l'assiette où ils l'ont trouvé et aller toucher le fond de la salle.

Matériel:

- 6 bancs
- 2 sautoirs rouges pour les pacmans
- 12 petits tapis
- cônes
- assiettes



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## BATAILLE NAVALE

---

Objectif: couler (faire tomber) les navires adverses (quilles).

Déroulement:

Les élèves sont répartis en deux équipes. Du matériel est disposé en travers de la salle de sorte à diviser la salle en deux et empêcher l'équipe adverse de voir ce qui se passe de l'autre côté. Des quilles sont posées sur des tapis à des endroits stratégiques.

Possibilité de décider des emplacements sur une maquette au préalable et travailler le sens de l'orientation dans la salle de gym. Les élèves lancent leur balle de l'autre côté du filet pour faire tomber les quilles adverses.

Matériel:

- gros tapis
- filet de volley
- draps ou parachutes
- tapis
- quilles
- balles



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## CHAMP MINE

### Objectif:

Traverser le champ miné sans déclencher le piège.

### Déroulement:

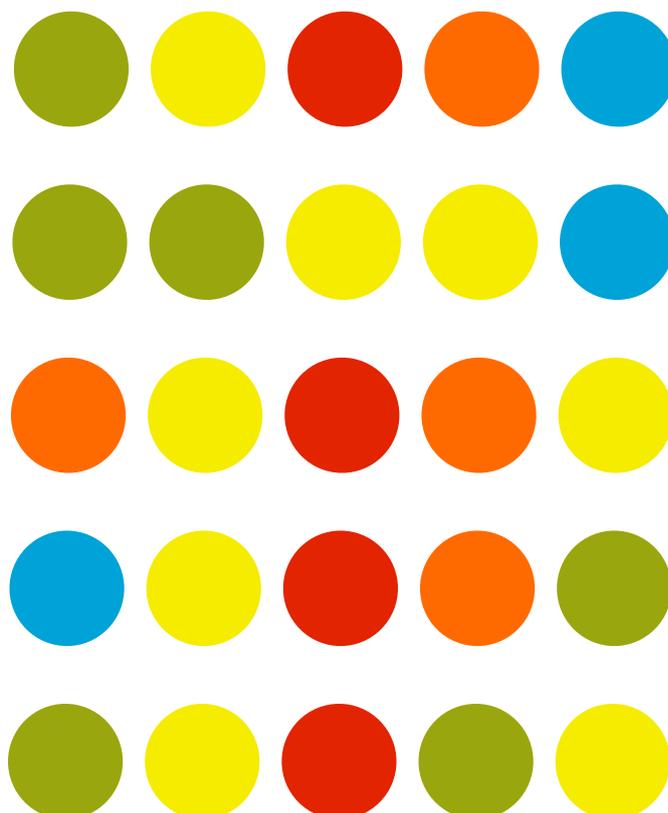
Un élève est le chef et décide d'un itinéraire dans le champ miné. A tour de rôle, les autres s'avancent dans le champ miné et tentent de trouver le passage sécurisé. Si un élève marche sur un tapis/cerceau qui ne fait pas partie du parcours du chef, celui-ci l'indique par un son. L'élève passe son tour au suivant. Le deuxième tente d'avancer plus loin et les autres mémorisent le l'itinéraire au fur et à mesure des réussites. Ainsi de suite jusqu'à que le groupe aie trouvé le passage.

### Matériel:

- 25 cerceaux ou tapis
- fiches de parcours

### Variantes:

Sous forme d'estafette. A tour de rôle, les élèves tentent de trouver le passage jusqu'à la corbeille de sautoirs.



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## RUBIK'S CUBE

---

Objectif:

Etre la première équipe à reproduire la face du rubik's cube

Déroulement:

Sous forme de course estafette, courir avec une assiette et la placer selon la face indiquée par le rubik's cube.

Matériel:

- 2 cubes
- assiettes
- 2 tapis



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## SUDOKU

---

Objectif:

Etre la première équipe à finir le sudoku

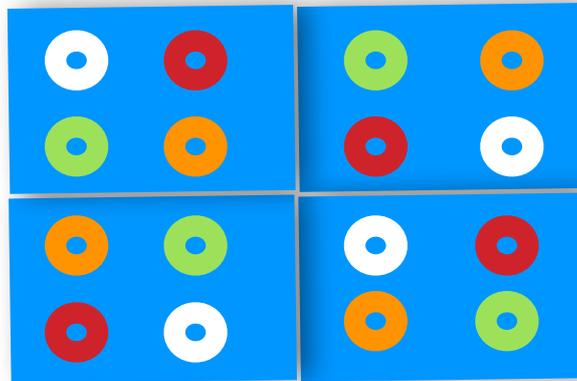
Déroulement:

4 tapis sont placés côte à côte afin que les séparations entre tapis délimitent les 4 zones. Les élèves sous forme d'estafette doivent placer les assiettes sur le tapis de sorte à ce qu'il n'y ait qu'une seule couleur par ligne, colonne et carré.

Matériel:

-8 tapis

-assiettes



# JEUX ADAPTES EN SALLE

## MASTERMIND

---

### Objectif:

Trouver les 5 couleurs mystères et leur emplacement

### Déroulement:

Sous forme de course estafette, courir avec une assiette et la placer devant le caisson. Si la position et la couleur sont juste, le meneur de jeu place le bloc en bois verticalement. Le coureur repart taper la main du suivant.

### Matériel:

- sommets de caisson
- tapis pour cacher le jeu posé sur le caisson
- assiettes
- 5 blocs en bois

