

Séance animation Necker 1-4P

Thème : Petits jeux en salle de gym.

Échauffement :

1. Jeu de réaction : le corps

Par 2, les élèves sont placés dos à dos à équidistance par rapport à un cône. L'enseignant dit des parties du corps (tête, genoux, pieds...) que les élèves doivent toucher avec leurs 2 mains. Au signal (GO), c'est le 1^{er} qui prend le cône qui a gagné.



2. a. Renforcement : le tunnel

Former 2 ou 3 groupes. Les élèves se placent en gainage (sur les mains et les pieds) les uns à côté des autres. L'élève à l'extrémité fait rouler la balle dans le tunnel. L'élève placé à l'autre extrémité le récupère une fois que le ballon a traversé tout le tunnel, court se placer au départ et fait rouler la balle, etc.



b. Renforcement : le tunnel qui bouge

Former 2 ou 3 équipes. Le départ se fait en colonne derrière un cône. Au top, le 1^{er} élève se place en gainage sur les mains et les pieds, puis le second passe sous le tunnel et vient se mettre à la suite en gainage., le 3^{ème} fait de même, etc. Le but : être la 1^{ère} équipe à avoir amené son tunnel au point d'arrivée (cône).



3. Twister : avec sautoirs au sol

Diviser la salle en 4 parties égales : dans chaque partie sont déposés au sol un sautoir de chaque couleur + une corde à sauter violette.

L'enseignant tien en main le plateau twister et fait tourner la flèche. La couleur et la partie du corps indiqués par la flèche indique le sautoir dans quel sautoir les élèves doivent rapidement aller et placer leur bonne partie du corps.

Des points peuvent être attribués à l'équipe la plus rapide.

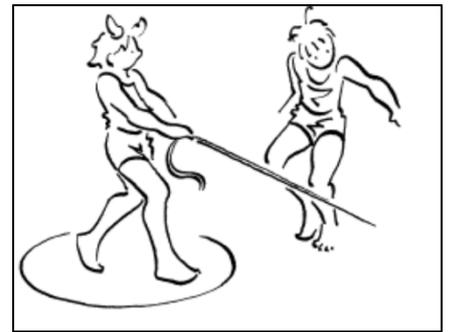


Partie principale :

1. a. Sauts à la corde : en rond

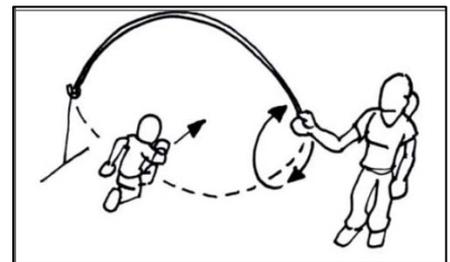
Les élèves forment un cercle autour de l'enseignant, qui fait tourner une corde à sauter autour de lui. Commencer très bas puis augmenter la hauteur petit à petit. Les élèves sautent pour que la corde passe sous leurs pieds.

Variante : faire des éliminations ou donner un exercice à ceux qui font arrêter la corde avant de revenir dans le jeu.



b. Sauts à la corde : la fusée

Un enseignant + un élève (ou un 2^{ème} adulte ou accroché aux espaliers) font tourner une grande corde à un rythme régulier. Les élèves placés en colonne devant la corde passent les uns après les autres sous la corde pour se rendre de l'autre côté. Possibilité d'expliquer à quel moment il faut passer ou dire « top ».



2. Loup par équipe

Faire des groupes de 5-6. Un élève est désigné pour être le loup. Les autres se placent en cercle et se tiennent les mains. L'un d'entre eux place un sautoir accroché au short. Le but du loup est de le prendre alors que les autres élèves se déplacent toujours en cercle pour lui échapper.



3. a. Estafette numéro

Faire 2 ou 3 équipes. Les élèves se placent en colonne devant 5 cônes espacés de 3-4m. L'enseignant dit à haute voix un chiffre, le 1^{er} de la colonne court faire le tour du cône correspondant et revient se mettre dans la colonne.



b. Estafette chaise

Faire 3-4 équipes. Les élèves se placent en colonne devant 5 cônes espacés de 3-4m. Au signal, le 1^{er} élève court, tourne autour de chaque cône et s'assoit sur la chaise.

Variante : à la place de la chaise, mettre un objet à attraper (cône, balle...)



c. Estafette cône

Faire 3-4 équipes. Les élèves se placent en colonne devant 5 cerceaux espacés de 3-4m. Au signal, le 1^{er} élève court et vient placer 1 cône dans le 1^{er} cerceau. Un fois posé, le 2^{ème} élève peut partir avec son cône. Quand tous les cônes sont dans le 1^{er} cerceau, les élèves courent, prennent un cône dans le 1^{er} cerceau pour le placer dans le 2^{ème}, etc.



Le but est d'être la 1^{ère} équipe à amener tous ses cônes dans le dernier cerceau.

Retour au calme :

Jeu du clin d'œil : les élèves sont assis en cercle. L'enseignant désigne un inspecteur, qui s'éloigne pour ne plus voir ni entendre le reste du groupe. L'enseignant décide – discrètement – qui sera le tueur au clin œil. L'inspecteur est alors invité à rejoindre le centre du cercle. Il est informé qu'un assassin tue les personnes présentes, une à une, en leur adressant un clin d'œil meurtrier. Les victimes du tueur doivent s'allonger sur le sol et se taire. L'inspecteur doit trouver l'assassin.

Matériel :

- 10 cônes
- 3 balles
- 4 couleurs de sautoir
- Twister
- Cordes à sauter
- 1 chaise