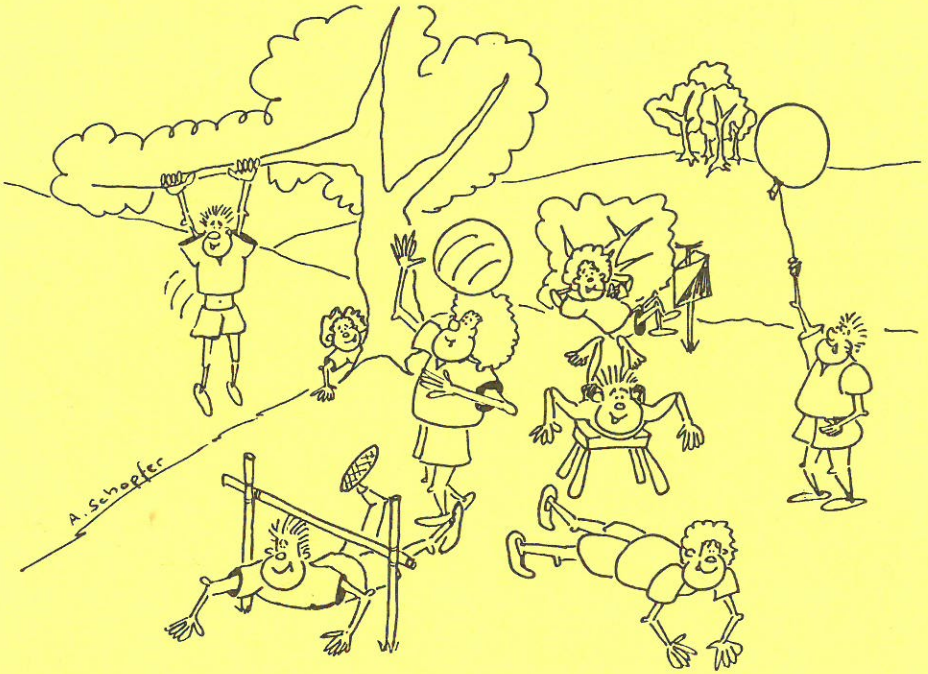
Joutes sportives, jours de fête...

Idées, suggestions d'activités ludiques destinées avant tout aux élèves des classes enfantines et primaires.



Service de l'éducation physique et du sport - 1014 Lausanne

1995 OFES No 53 295

Traditionnellement organisées vers la fin de l'année scolaire, les joutes sportives sont généralement attendues avec impatience par les enfants. Si habituellement les grands élèves mesurent leurs progrès dans un concours d'athlétisme ou dans un tournoi de jeux, les élèves des classes enfantines et primaires préfèrent de loin les activités ludiques, originales, diverses qui n'ont pour eux d'autres raisons d'être que le plaisir et la joie de jouer pour jouer ...

Ce fichier, non exhaustif, réalisé par des maîtres et maîtresses d'éducation physique et des institutrices, propose quelques idées ou suggestions d'animation de rencontres "sportives". Les activités décrites ci-après ne sont pas exclusivement réservées aux joutes de fin d'année mais conviennent également à l'animation de sorties en plein air ou d'après-midi sportifs.

Puissent ces quelques fiches faciliter l'organisation de ces riches moments, importantes contributions au développement harmonieux de tout enfant !

Organisation du fichier

1. Les fiches **jaunes** apportent quelques conseils didactiques et méthodologiques ainsi qu'une bibliographie succincte.

2. Les fiches **blanches** proposent diverses formes d'organisation **par postes**, des activités "sportives" et des suggestions de mise en place (matériel).

3. Les fiches **vertes** regroupent d'autres types d'animation.

A titre de recommandation, figurent sur les fiches des indications relatives à l'organisation. Parfois des variantes y sont indiquées. Chacun adaptera ces données à ses élèves, à leurs capacités, à leur effectif et à l'environnement (lieux, temps à disposition, météo, encadrement, etc.).

Quelques "conseils" didactiques et méthodologiques

- Donnez à votre organisation les caractéristiques d'une fête, d'une aventure ; n'en faites pas la journée parfois redoutée des "tests" ou "examens" sportifs...
- Donnez à chaque élève, par le choix d'activités ludiques adaptées, des occasions de réussite, d'excellence.
- Facilitez la participation de tous les élèves ; ne faites pas des "sélections"...
- Organisez plutôt des manifestations permettant la rencontre de plusieurs classes, écoles ou groupements.
- Choisissez de préférence des activités de groupes, d'équipes, plutôt que des concours individuels.
- Multipliez les installations sportives pour éviter les longues attentes et les comportements conflictuels...
- Prévoyez de préférence des activités de plein air.
- Envisagez des solutions "mauvais temps" ou des possibilités de renvoi.
- Collaborez avec les maîtres d'éducation physique de votre établissement, avec quelques parents.
- Donnez un écho à ces joutes sportives : une discussion en classe, le film vidéo ou les photos réalisés par un père, une exposition de dessins, une "reprise" à la prochaine leçon de gym.
- Combinez votre animation avec une marche en forêt, une "chasse aux trésors", un pique-nique ...
- N'oubliez-pas de prendre avec vous une pharmacie de poche ; selon l'ampleur de la manifestation, la présence d'une infirmière scolaire est recommandée.

- Assurez, si nécessaire, la sécurité des enfants avec l'aide du personnel de la commune, de l'agent de police.

- N'oubliez pas d'informer la direction et le secrétariat de votre établissement, le cas échéant la commission scolaire ou le conseiller pédagogique, ainsi que les parents de vos élèves (organisation générale, encadrement, déplacements, équipement, horaire, organisation de retour, etc.)

Bibliographie succincte

- Education physique à l'école, manuel No 9 " Plein air ", M. Ziörjen.

- Le grand livre des fêtes enfantines, G. Hennekemper (Editions Casterman).

- Jeux de notre enfance - Jeux de nos enfants, collectif (Editions Monographic SA, collection Mémoire Vivante).

- Jeux traditionnels et sportifs, M. Marchal (Editions Vigot).

- Fichier " Jeux - Tradition enfantine ", collectif (Editions F.F.C).

- Fichier " 48 fiches Jeux ", collectif (Edts instit. Bouches-du-Rhône).

- Fichier " Espace - temps ", J. Combes (Editions Nathan).

- Allons jouer dehors, collectif (Editions du Pélican).

- Jeux traditionnels et jeux sportifs, J.-C. Marchal (Editions Vigot).

Les livres ou fichiers signalés ci-dessus sont disponibles à la bibliothèque du Service de l'éducation physique et du sport, Ch. de Maillefer 35, 1014 Lausanne, 021/316.39.39.

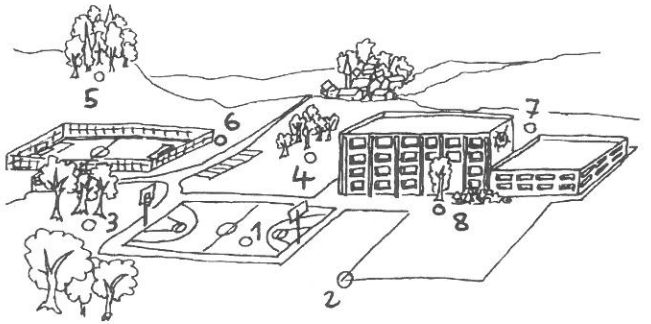
Chaque élève ou chaque groupe d'élèves doit accomplir un parcours donné en passant successivement d'un poste à l'autre. A chaque poste ou " chantier ", une activité ludique est proposée .

Remarques :

- Prévoir une organisation simple comportant des déplacements "maîtrisés", de courtes durées, sans risque et adaptés à l'âge et aux connaissances des enfants.
- Le passage à un poste peut être relevé sur une carte de contrôle ou être certifié par la remise d'une pièce du puzzle que l'on réalisera à la fin du parcours.
- Envisager, selon le type d'organisation, des départs échelonnés le long d'un parcours ou des départs simultanés vers des postes différents.
- Tenir compte de la durée des activités à chaque poste et, si nécessaire, multiplier les installations pour éviter les "embouteillages" ...

Les numéros

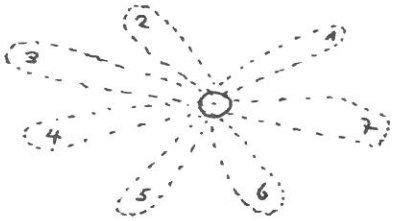
Les élèves, à l'aide d'un plan ou d'une carte, s'orientent dans le terrain et passent aux postes dans un ordre donné (numéros).

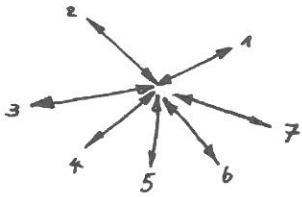


Note : Le lieu des postes peut également être déterminé par les élèves à l'aide d'une photo, d'un dessin, d'un descriptif.

L'étoile

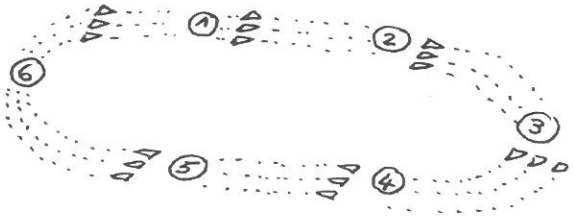
Les postes sont disposés en "étoile". A partir d'une position centrale, les équipes se déplacent vers un poste donné, y effectuent une activité "sportive", et reviennent à leur point de départ pour recevoir une nouvelle destination.





La vague

Les enfants se déplacent par "vagues" aux postes suivants. Cette organisation simple demande la mise en place d'activités de même durée et généralement la multiplication d' installations à chaque poste.

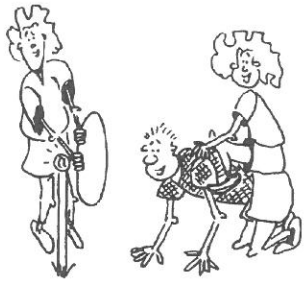


La chasse aux trésors

Les élèves reçoivent un message secret qui précise l'emplacement d'une carte mystérieuse... Cheminant d'un poste à l'autre, d'une activité à l'autre, les élèves découvrent finalement les fabuleux trésors.

Le rallye

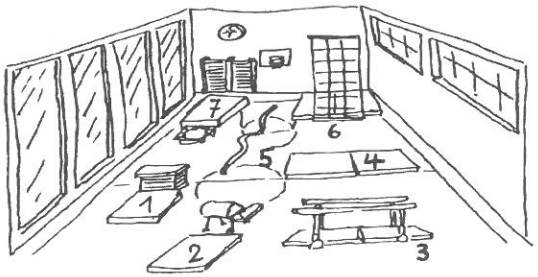
3 ou 4 élèves forment une équipe et se déplacent à un poste donné. Là, une activité réalisée, une énigme résolue ou un message déchiffré donne droit aux renseignements permettant de gagner le poste suivant. A la fin du parcours, les équipes se retrouvent sur la place de jeux pour une rencontre sportive.



Note : Tout ou partie des déplacements peuvent se faire à vélo, en patins à roulettes ou sur une trottinette...

Le jardin de jeux

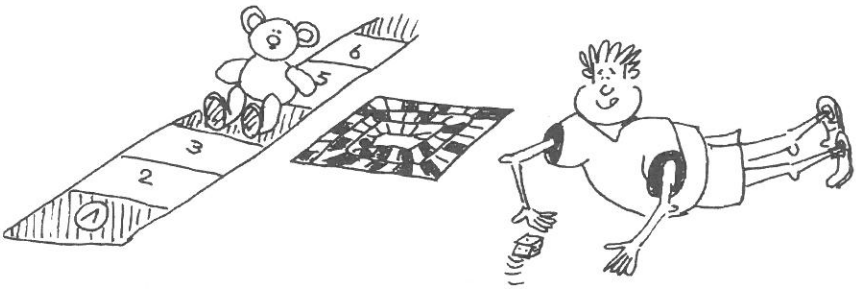
Sur une surface définie (le terrain de football, la place de jeux, la salle de gym), les élèves se déplacent librement d'un poste à l'autre, d'une activité "sportive" à l'autre.



Note : Autres modes de déplacement possibles :
- rotation selon un ordre prescrit
- signal sonore indiquant le changement d'activité.

Le jeu de l'Oie

Chaque équipe reçoit un plan de jeu, un pion, un dé à jouer. A tour de rôle, les élèves lancent le dé et placent le pion. La case ainsi définie donne le numéro du poste où l'équipe se rend pour une activité "sportive" ludique.
De retour à son emplacement, l'équipe joue à nouveau le dé... Parfois le lancer détermine une case spéciale : "Avancez à la case X", "Reculez à la case Y", "Sautez à la corde : 20 fois", etc. Seule la chance permettra à l'équipe de finir son parcours !



Remarques :

Pour animer le jeu et suivre la progression de chaque équipe, dessiner au centre de la place de jeux une échelle géante numérotée. Après chaque lancer, le numéro de la case atteinte permet à l'équipe de "positionner" sa peluche sur l'échelle.

Une équipe peut correspondre à une classe ; l'animation du jeu est confiée à son institutrice. Une telle organisation permet le jeu simultané de plusieurs classes. Pour éviter les "embouteillages", chaque institutrice disposera d'un descriptif des postes avec une numérotation différente de celle de ses collègues.

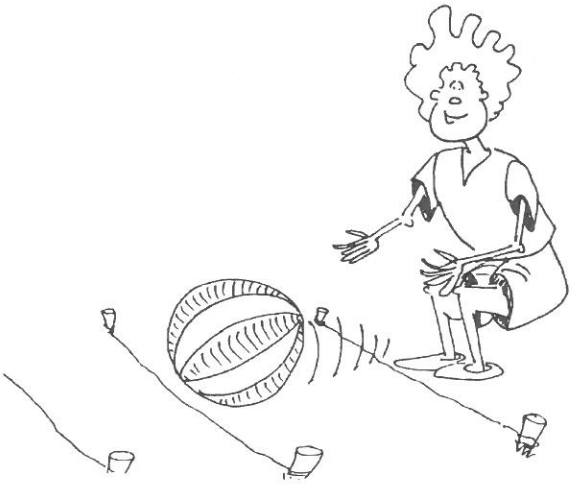
Le jeu de piste

Pour passer d'un poste à l'autre, les élèves suivent des sautoirs bleus, des fils rouges, des drapeaux, des traces de sciure, des cailloux blancs...

Mon organisation :

Poste	**La pétanque - Le curling**	2.7

Compter les points obtenus en roulant un ballon lourd dans une cible.



Matériel

- ballons lourds (2 kg) *
- piquets, fanions, cônes pour marquer la zone de lancer
- cordes, rubans, craie pour marquer la cible

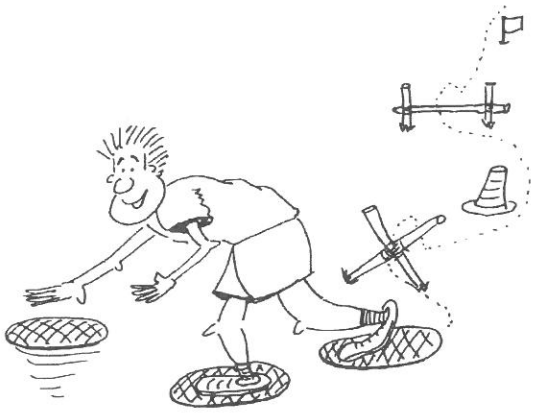
* Selon la surface de jeu ou selon les possibilités des élèves, on utilisera d'autres objets : balles à jongler, cordes à sauter, anneaux...

Remarques - variantes

- Chaque élève doit avoir la possibilité de rouler **plusieurs fois** le ballon.
- Le jeu se déroulera pendant un temps donné ou s'arrêtera lorsque le joueur ou l'équipe aura obtenu un total de points fixé à l'avance.
- **Variante 1 :** la cible est constituée d'éléments de caisson placés horizontalement ; l'objet doit être lancé à l'intérieur d'un élément.
- **Variante 2 :** un parcours comporte plusieurs "cibles" successives : tunnel de tapis, cerceau placé verticalement, zone à points, caisson ouvert, panier de basket, cerceau fixé à un anneau de la salle, etc.

Poste	**La course aux assiettes**	2.8

Se déplacer à l'aide de trois assiettes en carton sans jamais poser un pied au sol.



Matériel

- assiettes en carton *
- piquets, fanions, cônes pour marquer l'itinéraire, les points de départ et d'arrivée

*ou : tapis de gymnastique, blocs de bois, caissettes en plastique, feuilles de papier, etc.

Remarques - variantes

- Cette activité peut se dérouler sous la forme d'une "estafette" ou d'un simple parcours à accomplir. On peut aussi observer quelle est la plus grande distance parcourue dans un temps donné (30" ou 1').
- **Variante 1 :** chaque équipe de quatre élèves dispose de deux tapis de gymnastique pour se déplacer.
- **Variante 2 :** l'élève dispose de 2 cerceaux pour se déplacer (facile).
- **Variante 3 :** l'élève dispose de trois blocs de bois pour se déplacer (plus difficile).

Poste	**La course aux journaux**	2.9

Chaque élève, une feuille de papier journal contre sa poitrine, court d'un piquet à l'autre. La feuille de papier ne doit pas être tenue et ne doit pas tomber !

Matériel

- journaux
- piquets, cônes pour marquer le départ et l'arrivée

Remarques - variantes

- Cette activité peut se dérouler sous la forme d'une "estafette" ou d'un simple parcours à accomplir. On peut aussi observer quelle est la plus grande distance parcourue dans un temps donné.
- Augmenter la difficulté en pliant la feuille de journal en deux, en quatre.
- Chaque élève aura la possibilité de courir **plusieurs fois**.
- Le jeu se déroulera pendant un temps donné ou s'arrêtera lorsque le joueur ou l'équipe aura obtenu un total de points fixé à l'avance.

Poste	**Le vélo - course**	2.10

Sur un parcours défini, deux élèves progressent. L'un est à vélo, l'autre court à son côté et détermine la vitesse du déplacement. Les élèves, selon leur état de fatigue ou selon un temps donné, changent de rôle.

Matériel

- un vélo *
- piquets, fanions, cônes pour marquer l'itinéraire, les points de départ et d'arrivée

*ou : une trottinette, des patins à roulettes, une planche à roulettes

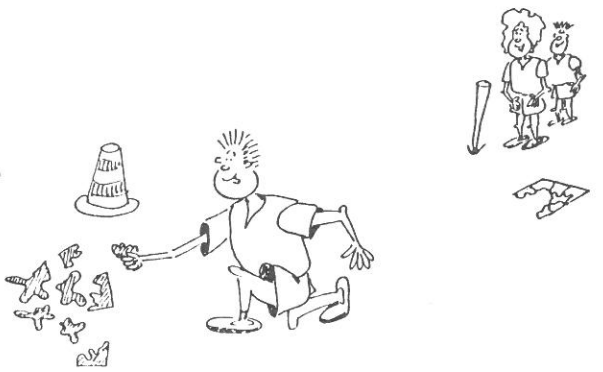
Remarques - variantes

- Cette activité peut se dérouler sous la forme d'une "estafette" ou d'un simple parcours à accomplir. On peut aussi observer quelle est la plus grande distance parcourue dans un temps donné (10 ' ou 20 ').

- Les responsables de cette organisation porteront une attention soutenue aux divers aspects de la sécurité. En particulier, ils choisiront un parcours sans danger, adapté aux possibilités des élèves et clairement défini (exemple : parcours en forme de boucle).

Poste	**L'estafette puzzle**	2.11

Chaque passage d'une course d'estafette permet de ramener une pièce de puzzle. Celle-ci placée correctement permet au prochain coureur d'aller chercher une nouvelle pièce. Quelle équipe aura-t-elle fini son puzzle la première ?



Matériel

- un puzzle par équipe
- piquets, fanions, cônes pour marquer l'itinéraire, les points de départ et d'arrivée
- un cerceau par équipe où l'on reconstituera le puzzle

Remarques - variantes

- **Variante :** la course d'estafette permet seulement de ramener les pièces du puzzle ; celui-ci sera constitué dans un deuxième temps.
- Le temps de réalisation du puzzle peut être chronométré (solution utile si l'on propose des puzzles différents ...).
- Le parcours peut comporter quelques "obstacles" faciles (passer au travers d'un vieux pneu de vélo, coucher ou relever des bouteilles vides en plastique, dribbler un ballon 5 fois, etc.).

Poste	**La course aux sacs**	2.12

Chaque coureur (ou sauteur !), pieds et jambes dans un sac de jute parcourt une distance déterminée.

Matériel

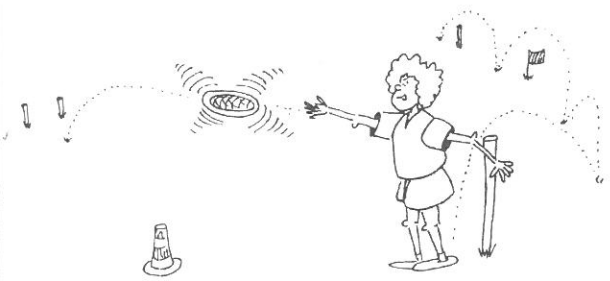
- sacs de jute
- piquets, fanions ou cônes pour marquer les points de départ et d'arrivée
- cerceaux pour délimiter l'endroit des changements de "tenue"

Remarques - variantes

- **Variante 1 :** un défi "social" : un sac, deux élèves, un parcours !
- **Variante 2 :** remplacer la traditionnelle course d'estafette par un parcours varié à accomplir.
- **Variante 3 :** A la place du sac, chaque élève utilise un sautoir ou une corde à sauter pour s'attacher les chevilles.

Poste	**Le frisbee - golf**	2.13

Chaque élève (ou équipe) lance un frisbee ou un indiaca le long d'un parcours donné. Quel est celui qui réalise le trajet avec le minimum de lancers ?



Matériel

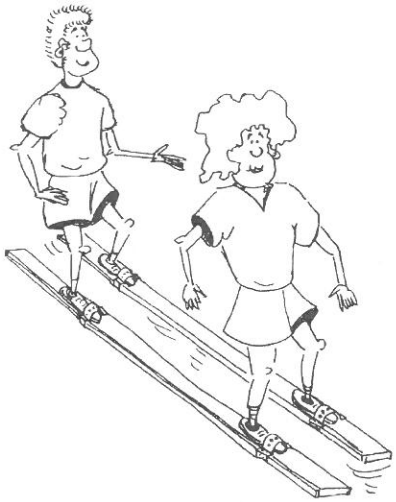
- un frisbee ou un indiaca par élève (par équipe)
- piquets, fanions, cônes pour marquer l'itinéraire, les points de départ et d'arrivée

Remarques - variantes

- Chaque élève doit avoir la possibilité d'effectuer **plusieurs** lancers. Par équipe, prévoir au maximum 3 à 4 élèves !
- **Variante 1 :** placer des cibles à toucher le long du parcours.
- **Variante 2 :** le "frisbee - foot" ; le ballon de football est remplacé par le frisbee (ou l'indiaca) ; en se faisant des passes, les élèves cherchent à marquer des buts à l'équipe adverse.

Poste	**Le ski d'été**	2.14

Deux, trois ou quatre élèves, les pieds retenus à deux skis rudimentaires, coordonnent leur déplacement sur l'herbe.



Matériel

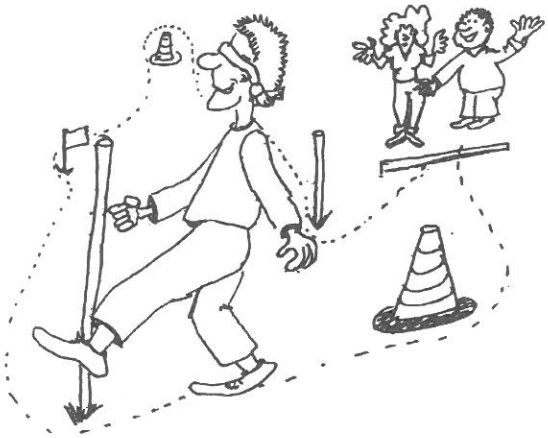
- les skis : deux planches comportant des lanières en cuir ou des cordelettes en guise de fixations suffisent... (collaboration avec le maître de travaux manuels !)
- piquets, fanions, cônes pour marquer l'itinéraire, les points de départ et d'arrivée

Remarques - variantes

- Cette activité, exercée préalablement, peut se dérouler sous la forme d'une course d'estafette, d'un simple parcours à accomplir ou d'un record de distance sans perte de ski, sans chute.
- **Variante 1 :** au lieu de fixer leurs pieds sur les skis, les élèves se tiennent à des cordes reliées aux " planches ".
- **Variante 2 :** les élèves se déplacent sur des "échasses conserves" (pour une échasse : une boucle de ficelle fixée à une boîte de conserve) ou sur des échasses traditionnelles.

Poste	**Les aveugles**	2.15

Un élève " aveugle " est guidé sur un parcours par les consignes orales de ses camarades. Quelle équipe atteindra-t-elle le but en premier ?



Matériel

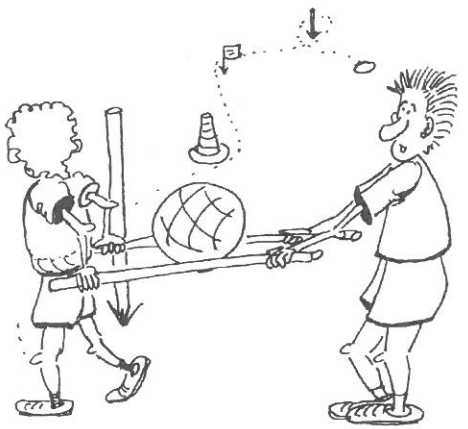
- foulard, linge ou bonnet pour masquer les yeux
- cônes pour marquer les différentes "portes" à franchir
- rubans, cerceaux ou bancs pour délimiter la zone où se placent les équipiers criant les ordres

Remarques - variantes

- Les consignes données deviennent confuses si un nombre d'équipes trop important est mis simultanément en activité !
- **Variante 1 :** attribuer différents points pour chaque "porte" franchie.
- **Variante 2 :** imaginer un parcours comportant quelques obstacles faciles et sans danger (gymkhana).
- **Variante 3 :** organiser une course d'estafette facile où tous les élèves, à tour de rôle, sont "aveugles".

Poste	**Le ballon voyageur**	2.16

Deux élèves transportent, le long d'un parcours donné, un ballon en équilibre sur deux bâtons " suédois ".



Matériel

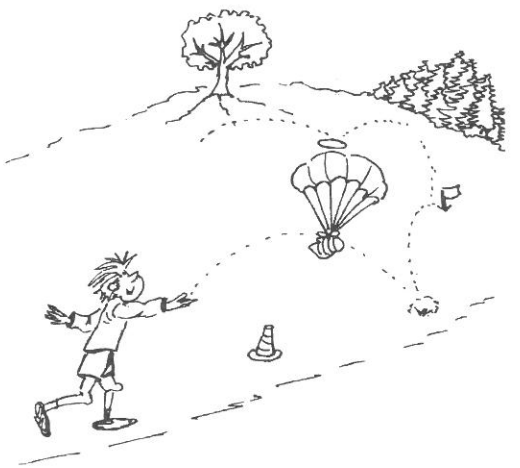
- bâtons "suédois"
- ballons de basket, volley ou autres
- piquets, fanions, cônes pour marquer l'itinéraire, les points de départ et d'arrivée

Remarques - variantes

- Augmenter la participation en proposant plusieurs parcours et en disposant d'une quantité conséquente de matériel. Les élèves doivent pouvoir s'exercer plus d'une fois !
- **Variante 1 :** à la place de transporter un ballon, on peut transporter un camarade (avec ou sans les bâtons) ; attention : ne pas organiser cette variante sous forme de course (danger de chute).
- **Variante 2 :** transporter plusieurs ballons à un endroit précis afin d'y construire une pyramide ; pour que les ballons ne roulent pas, entourer la base de la construction d'une corde de traction.

Poste	**La course aux ovnis**	2.17

Chaque élève construit un objet volant en papier et essaie de l'envoyer le plus loin possible.



Matériel

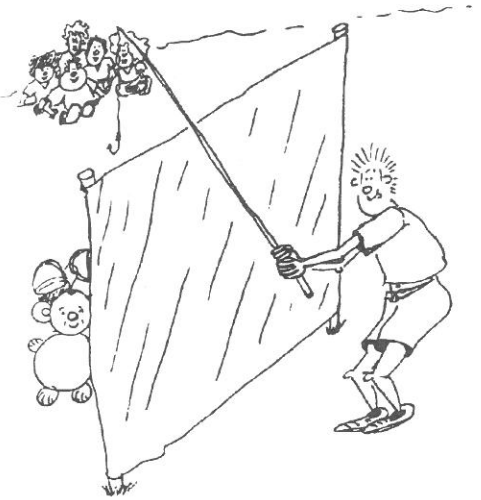
- papier, carte pour réaliser les "pliages"
- ciseaux, papier collant, ...
- selon la variante choisie : piquets, cônes, rubans pour marquer une zone de lancer ou un parcours

Remarques - variantes

- L'activité peut se dérouler individuellement ou par équipe.
- **Variante 1 :** L'élève se déplace d'un endroit déterminé à un autre au gré de chaque lancer - atterrissage. Qui va le plus vite ? Qui effectue le minimum de lancers ?
- **Variante 2 :** Au lieu d'un objet volant, construire une "grenouille sauteuse" (origami) ou utiliser un jouet roulant (voiture, animal), un volant de badminton, etc.

Poste	**La pêche miraculeuse**	2.18

Guidé par ses camarades, un élève pêche à l'aveugle divers "poissons" mystérieux.



Matériel

- une canne, une ficelle et un crochet
- divers objets dont la forme permet d'être pêchés ...
- une cloison pour empêcher le pêcheur (sic) de voir les "poissons" ; un foulard sur les yeux convient également !

Remarques - variantes

- On peut fixer une limite de temps pour chaque moment de pêche et ensuite compter le nombre d'objets pêchés.
- Tous les élèves doivent avoir la possibilité d'être pêcheur !
- **Variante 1 :** organiser une course relais où l'élève, après avoir pêché un "poisson", transmet la canne à son équipier.
- **Variante 2 :** l'élève qui pêche n'est pas " aveugle " et peut choisir les objets faciles ou difficiles à attraper.

Poste	**Les hommes grenouilles**	2.19

Les élèves, équipés de palmes aux pieds et disposant chacun d'un gobelet en carton, transvasent le plus rapidement possible l'eau d'un bidon dans un autre récipient éloigné de dix à quinze mètres.

Matériel

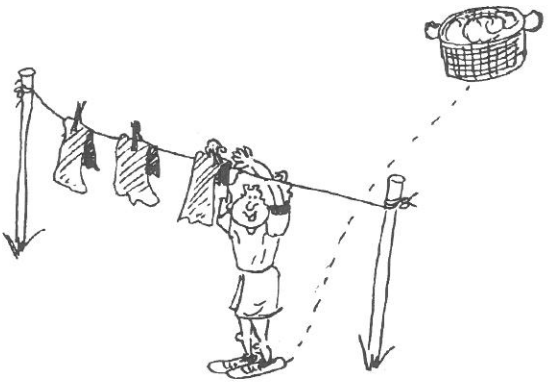
- une paire de palmes et un gobelet par élève
- piquets, fanions ou cônes pour marquer l'itinéraire
- un gros bidon rempli d'eau
- un récipient (gradué) par équipe

Remarques - variantes

- La réussite de cette activité d'été ... résulte avant tout des consignes précises données aux élèves !
- **Variante 1 :** chronométrer le temps mis par chaque équipe pour remplir son récipient.
- **Variante 2 :** transvaser le maximum d'eau dans un temps donné
- **Variante 3 :** organiser une course d'estafette
- **Variante 4 :** collaborer en constituant une chaîne humaine pour faciliter le transport de l'eau.

Poste	**La lessive**	2.20

Chaque équipe s'organise et cherche à suspendre son linge le plus vite possible.



Matériel

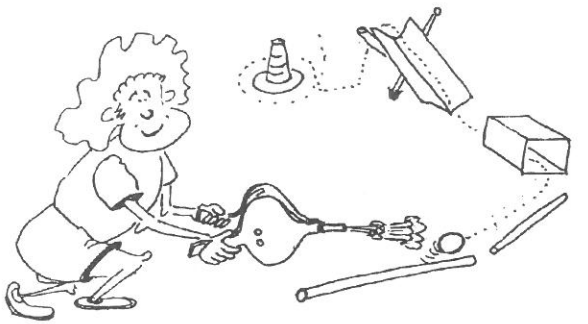
- par équipe : un bac à linge contenant des foulards ou habits divers ainsi qu'un stock de pincettes
- une ou plusieurs cordes tendues à une hauteur accessible par tous les enfants

Remarques - variantes

- Cette activité peut se dérouler sous la forme d'une course d'estafette ou d'un concours de vitesse où tous les élèves "travaillent" simultanément.
- **Variante 1 :** ne suspendre que des pincettes à la corde ; une couleur de pincettes par équipe.
- **Variante 2 :** créer une oeuvre d'art, un dessin simple en fixant les pincettes entre elles ou le long d'un treillis.
- **Variante 3 :** la "chasse aux scalps" ; chaque élève a quelques pincettes accrochées aux habits ; le but : en récupérer un maximum dans un temps donné et ... en perdre un minimum!

Poste	**Le soufflet**	2.21

A l'aide d'un soufflet de cheminée, déplacer une balle de ping-pong le long d'un circuit.



Matériel

- bâtons "suédois", cordes, demi-cylindres de carton, planchettes pour délimiter le circuit
- balles de ping-pong, de tennis, de golf, billes
- soufflet de cheminée

Remarques - variantes

- Ce jeu peut se dérouler sous la forme d'un simple parcours à accomplir ou d'une course contre le temps.
- **Variante 1 :** le souffleur, les yeux bandés, est guidé par ses camarades.
- **Variante 2 :** le soufflet est remplacé par une paille (chalumeau).

Poste	**Les pharaons**	2.22

Chaque groupe d'élèves dispose d'un stock de matériaux divers et cherche à bâtir l'édifice le plus élevé possible.

Matériel

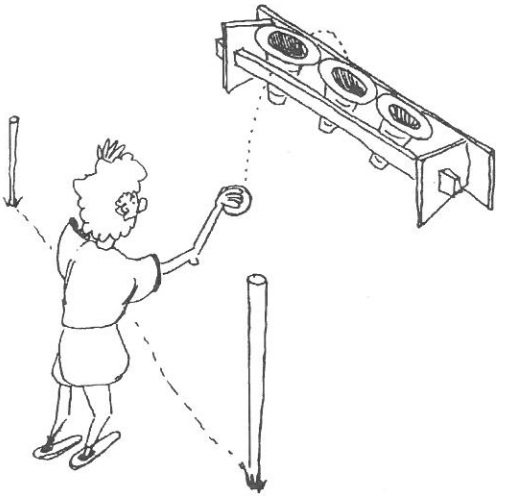
- boîtes de conserve, plots en bois, bouteilles en plastique, bandes de carton épais, gobelets, etc.

Remarques - variantes

- L'activité peut être limitée dans le temps ou par un nombre maximum d'essais ; la hauteur de l'édifice ou son aspect "esthétique" peuvent être évalués.
- **Variante 1 :** chaque coureur d'une "estafette" peut ramener un objet pour la construction.
- **Variante 2 :** chaque équipe cherchera à construire un édifice identique à un modèle donné (mêmes matériaux).

Poste	**La "visette"**	2.23

A partir d'une limite fixée, lancer avec précision des balles dans plusieurs cônes retournés et coincés entre deux bancs inclinés.



Matériel

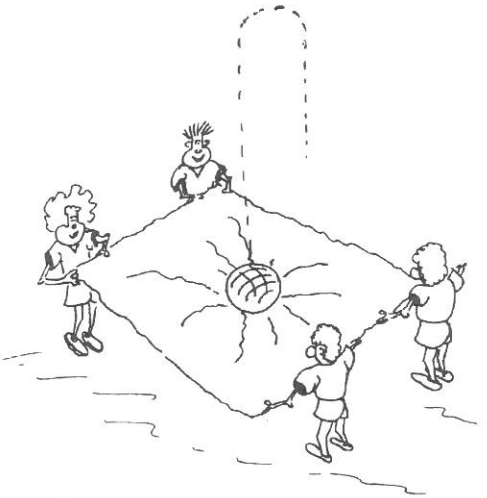
- bancs "suédois"
- cônes en plastique
- petites balles
- piquets ou cerceaux pour marquer l'emplacement de lancer

Remarques - variantes

- Les cônes les plus éloignés permettent d'obtenir plus de points.
- L'activité peut être limitée dans le temps ou par un nombre maximum de lancers.
- **Variantes :** toute autre forme de lancer de précision.
  - anneaux lancés sur des bâtons verticaux
  - petites pierres ou pives lancées sur une "zone à points"
  - jeux de billes

Poste	**Le ballon volant**	2.24

Les élèves tiennent un vieux drap tendu entre eux. En coordonnant leurs mouvements, ils cherchent à propulser un ballon le plus haut possible et à le récupérer.



Matériel

- un grand (vieux) drap
- un ballon de volleyball (mousse) ou de plage

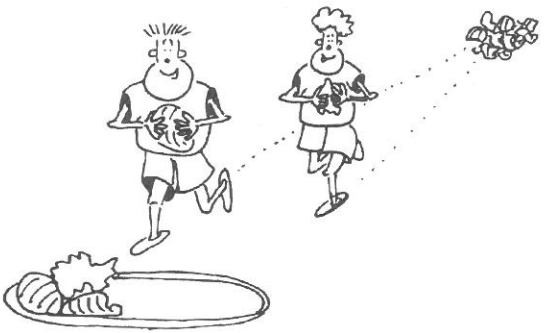
Remarques - variantes

- **Variante 1 :** propulser le ballon avec précision sur une cible ou une "zone à points".
- **Variante 2 :** remplacer le drap par un linge de bain ou un sac de jute pour deux élèves.

  • lancer le ballon en l'air et se déplacer pour le récupérer
  • deux groupes de deux élèves se font des passes avec leur ballon

Poste	**La mosaïque**	2.25

Chercher plusieurs fois dans la " carrière " quelques pierres ou galets et couvrir au plus vite la surface délimitée par un cerceau.



Matériel

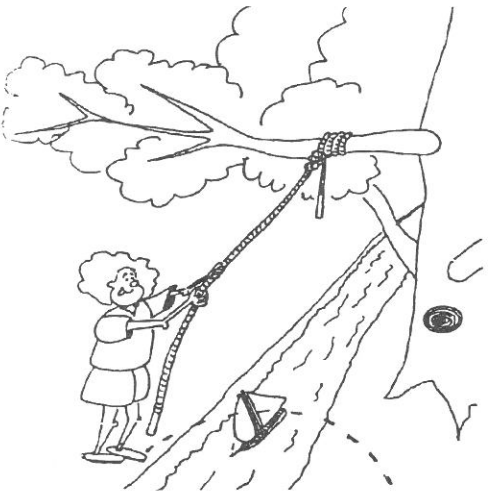
- cerceaux
- stock de pierres, de galets ou autres matériaux couvrants (morceaux de papier, feuilles, etc.)

Remarques - variantes

- **Variante 1 :** réaliser un superbe dessin à l'aide des pierres trouvées.
- **Variante 2 :** chaque coureur d'une "estafette" peut ramener une pierre et compléter ainsi la mosaïque.
- **Variante 3 :** dans un temps donné, édifier le cairn le plus élevé.

Poste	**Tarzan et Jane**	2.26

*Un corde **solidement** fixée à un tronc permet aux élèves de se balancer et de franchir la " rivière ".*



Matériel

- une corde de traction ou d'escalade
- un harasse ou une chaise ou un caisson
- des rubans pour marquer la "rivière"

Remarques - variantes

- Les premiers "franchissements" seront exercés et surveillés. Chaque élève s'élancera d'une position surélevée et n'oubliera pas de renvoyer la corde au camarade suivant.
- Le jeu, combiné avec un petit parcours, se déroulera pendant un temps donné ou prendra fin lorsque le joueur ou l'équipe aura obtenu un nombre de passages fixé à l'avance.
- **Variante 1 :** se balancer et atteindre une "cible" située sur l'autre rive.
- **Variante 2 :** traverser tout ou partie de la salle de gymnastique en se balançant d'une corde (anneaux) à l'autre.

Poste	**Le Grand-Prix**	2.27

En utilisant divers moyens de locomotion, accomplir un parcours comportant quelques obstacles faciles (slalom, plan basculant, chicane, passage obligé, etc.)

Matériel

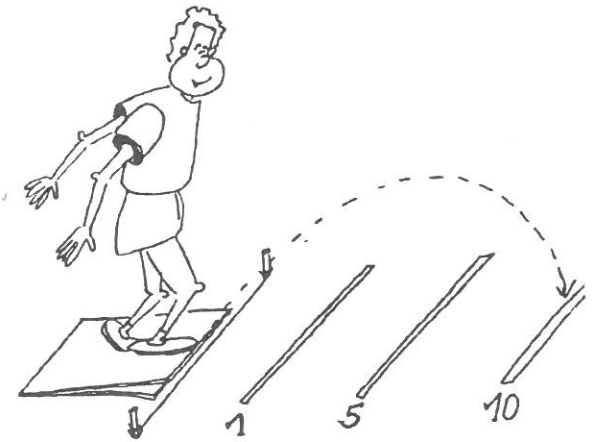
- cônes en plastique, boîtes de film, demi-balles de tennis, piquets
- planche et rondin de bois
- craie ou ruban de marquage
- trottinette, vélo, planche à roulettes, tricycle

Remarques - variantes

- L'activité peut s'organiser sous la forme d'une boucle à parcourir ou d'un relais "aller - retour" où les élèves se transmettent un moyen de locomotion.
- **Variante :** effectuer le parcours le plus lentement possible.

Poste	**Les sauterelles**	2.28

Après quelques pas de course, s'élancer d'un petit tremplin et sauter dans une " zone à points ".



Matériel

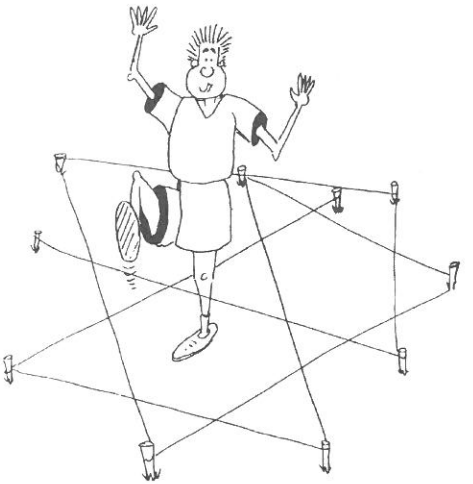
- tremplin en bois ou craie ou papier collant pour marquer la zone d'appel
- ruban, craie, élastique, cordeau pour marquer la "zone à points"

Remarques - variantes

- L'activité, combinée avec un petit parcours, se déroulera pendant un temps donné ou prendra fin lorsque l'équipe aura obtenu un total de points fixé à l'avance.
- On veillera à ce que chaque élève puisse sauter **plusieurs fois** !
- **Variante 1 :** placer un élastique à franchir après la zone d'appel.
- **Variante 2 :** les sauts s'effectuent à pieds joints.
- **Variante 3 :** franchir une distance avec le minimum possible de sauts à pieds joints.

Poste	**La toile d'araignée**	2.29

Traverser, sans toucher les fils, une toile d'araignée tissée près du sol.



Matériel

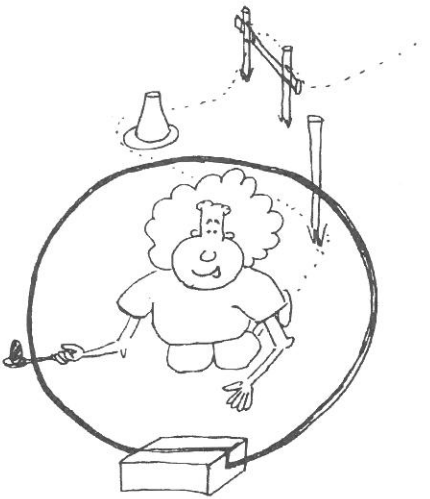
- piquets
- cordelettes, élastiques de saut, rubans, élastiques magiques
- éventuellement quelques grelots

Remarques - variantes

- La toile peut être traversée selon plusieurs itinéraires ; l'élève qui touche un fil recommence le parcours. Varier la hauteur de la toile selon la taille des élèves.
- L'activité se déroulera pendant un temps donné ou prendra fin lorsque l'équipe aura traversé la toile un nombre de fois fixé à l'avance.
- **Variante 1 :** passer alternativement **au-dessus et au-dessous** des fils.
- **Variante 2 :** passer dans tout ou partie des surfaces définies par la toile.

Poste	**La course à la cuillère**	2.30

Se déplacer le long d'un parcours d'obstacles faciles en tenant une cuillère contenant une balle de ping-pong.



Matériel

- cuillères
- balles de ping-pong ou pommes de terre
- divers obstacles (haies, tunnel de tapis, caisson, cônes de plastique, piquets, etc.)

Remarques - variantes

- Cette activité peut se dérouler sous la forme d'une course d'estafette ou d'un simple parcours à accomplir.
- **Variante :** Varier les consignes permettant de franchir les obstacles.
  - au-dessus, au-dessous, à travers, à gauche, à droite, en arrière.

Poste	**La "peluche" lancée**	2.31

Par deux ou par équipe, lancer et recevoir une peluche par-dessus un élastique ou un ruban.

Matériel

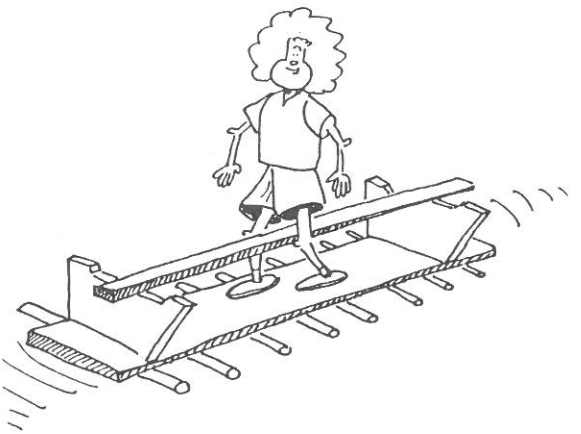
- animaux en peluche ou autres objets (pives, ballons de plage, boule de papier journal, etc.)
- élastiques ou rubans
- éventuellement: montants de saut en hauteur

Remarques - variantes

- L'activité se déroulera pendant un temps donné ou prendra fin lorsque l'équipe aura obtenu un "total de passes réussies" fixé à l'avance.
- **Variante :** remplacer l'élastique par un gros tapis, une couverture ou un drap suspendu, un ... buisson ; passes et réceptions se font "à l'aveugle".

Poste	**Le pont mobile**	2.32

*Franchir **prudemment** un pont instable fait d'un banc retourné sur des bâtons " suédois "*



Matériel

- bancs
- bâtons "suédois"

Remarques - variantes

- **Cette activité ne sera pas organisée sous forme de course.**
- Le passage sur la poutrelle du banc retourné nécessite une aide et une surveillance particulières.
- **Variante :** déplacer le banc en le roulant sur les bâtons et en transportant, au fur et à mesure de la progression, les bâtons de l'arrière vers l'avant. **Attention aux doigts !**

L'excursion - La marche

La classe ou des groupes d'élèves marchent le long d'un parcours varié de trois à dix kilomètres selon l'âge et l'entraînement des enfants.

Remarques :

- Les trajets choisis emprunteront de préférence des routes, chemins ou sentiers peu fréquentés, clairement signalés et reconnus par le ou les responsables.
- Si nécessaire, la sécurité de certains tronçons (route à traverser, carrefour dangereux, etc.) sera assurée par un adulte ou par un agent de police.
- La marche sera agrémentée de pauses et de moments récréatifs (jeux, pique-nique, observation de la nature, etc.).
- Selon l'ampleur de l'activité, la présence d'une infirmière scolaire est recommandée. Dans tous les cas, une pharmacie de poche est à prendre lors de l'excursion.

Idées, suggestions d'organisation

- Effectuer le tour de la commune
- Organiser une marche avec "parrainage" lors de laquelle chaque kilomètre accompli renfloue la caisse de classe
- Marcher à la rencontre des "correspondants" scolaires
- Se déplacer en un lieu secret où l'arbre de la classe sera planté, où le trésor sera enfoui ...

Le cross de l'établissement

Sur un parcours adapté aux capacités des enfants se déroule le cross annuel de l'établissement. Chaque élève reçoit en souvenir une carte avec son temps. Un classement par équipe ou par classe peut être affiché dans le hall du bâtiment.

Remarques :

- Le cross de l'école décrit ici constitue l'aboutissement d'une série d'entraînements réguliers et progressifs.
- Les remarques de la fiche "L'excursion - La marche / 3.1" relatives au choix du parcours et à la sécurité sont à respecter.
- Matériel : fanions pour marquer le parcours; piquets, cônes de plastique, bandes de papier ou banderoles pour signaler les zones de départ et d'arrivée.

Idées, suggestions d'organisation

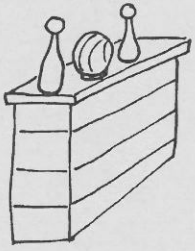
- La distance peut être la même d'une année à l'autre et permettre ainsi à chaque élève de mesurer ses progrès; une distance moyenne d'environ 1500 - 2000 mètres convient bien aux élèves de l'enseignement primaire. Pour plus de détails sur le choix d'une distance adaptée à l'âge et au sexe des élèves, on peut se référer au livret d'éducation physique scolaire.
- Variante : l'élève court pendant un temps donné sur un parcours en boucle (course d'environ 8 à 10 minutes).

Les joutes d'athlétisme - 1

Des concours adaptés de course (vitesse, endurance), de saut (hauteur, longueur), de lancer (précision, distance) satisfont le goût de la performance, en général très spontané, des jeunes élèves.

Remarques :

- Les performances relevées sur le livret d'éducation physique ou inscrites sur un diplôme de participation constituent généralement un retour d'information et un souvenir appréciés.
- Toutefois, on préférera le concours de groupe au concours individuel. Le ruban métrique et le chronomètre ne sont pas indispensables dans toutes les activités ...
- Les résultats peuvent être relativisés par l'addition des performances atteintes dans le cadre de l'équipe; on évitera les classements individuels de type normatif.



La course de vitesse

- Organiser plusieurs courses "à la place", sans chronomètre, ainsi que des finales pour les premiers de chaque groupe, les deuxièmes, etc.
- Distance moyenne recommandée : 40 mètres
- Concours de groupe : courir jusqu'à une ligne ou autour d'un piquet (arbre) et revenir; courses d'estafettes, de relais.
- Jeux de course : l'homme noir - la chasse aux scalps (sautoirs) - la poursuite par couples - le jour et la nuit, la pantoufle volée, etc.

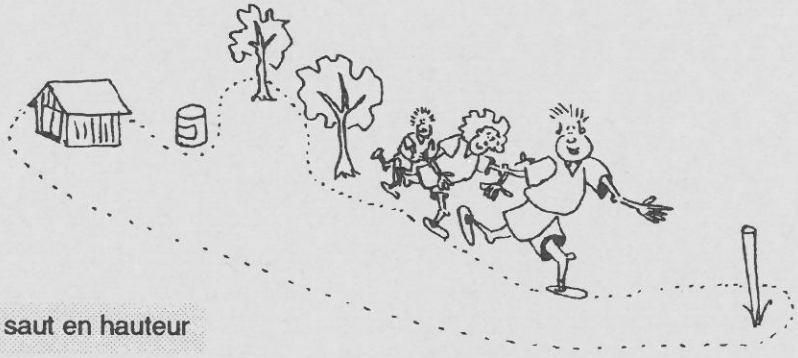
La course de durée (endurance)

- La durée de course (allure tranquille, régulière) varie selon l'âge des enfants, leur capacité et leur entraînement; on recommande généralement un effort d'endurance minimum de 3 minutes pour les élèves des classes enfantines et on devrait atteindre une durée de 10 minutes à la fin de la 4ème année scolaire (élèves de 9 à10 ans); de préférence, la course d'endurance se déroule sur un terrain plat ou légèrement accidenté (sol tendre : gazon, forêt).

- Proposer des parcours, connus des élèves, où l'on court au "train" , par groupes.

- Relever la distance parcourue dans un temps donné.

- Jeux d'endurance : vider la corbeille - la poursuite un contre un - le mur chinois - la balle au chasseur - la course d'orientation, etc.



Le saut en hauteur

- Chaque enfant cherche à améliorer sa propre performance lors de saut de face (saut groupé) ou de saut dorsal (avec ciseau).

- Par un saut vertical, pieds joints, l'élève cherche à toucher l'un des animaux en peluche suspendus à des hauteurs différentes au-dessus de sa tête (ou diverses images fixées à un mur).

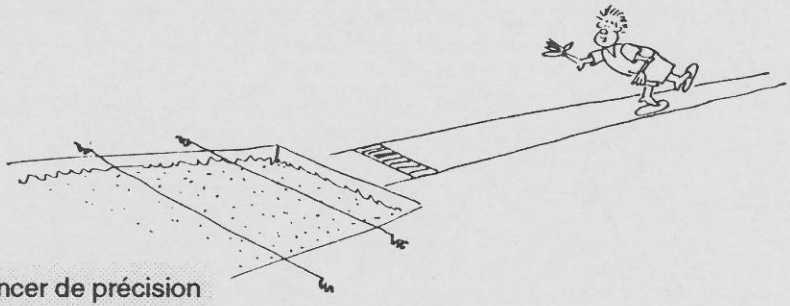
Le saut en longueur

- Chaque enfant cherche à améliorer sa propre performance lors de sauts en longueur avec ou sans élan.

- Après une course progressive de 10 à 15 pas, sauter dans le sable où des lignes sont tracées à 50 cm les unes des autres, avec des petites cordes. Les enfants essaient de retomber derrière la ligne la plus éloignée.

- Sauts à pieds joints le plus loin possible.

- Sauts successifs d'un cerceau à l'autre, ceux-ci étant disposés régulièrement en lignes droites sur le gazon.



Le lancer de précision

- Lancer les balles dans des cibles dessinées au sol ou contre un mur; organiser des concours d'équipes.

- La fête de tir : quel groupe obtiendra le plus grand nombre de points pendant un temps déterminé ?

- A l'aide de pives, de cailloux, faire tomber des bouteilles en plastique ou des boîtes de conserve placées sur des souches ou suspendues à un fil.

- Jeux d'adresse : le ballon roulé dans le cercle, le rollmops, la boccia, le tir au panier.

Le lancer de distance

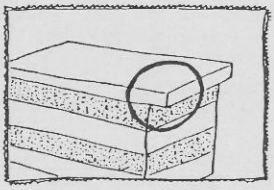
- Lancer par le haut sans élan ou avec trois pas d'élan.
- Concours : lancer le plus loin possible par-dessus des lignes parallèles tracées sur le terrain (rubans).
- Lancer de distance avec toutes sortes de balles et d'objets divers (cailloux, galets, pives, baguettes de noisetier, boules de neige, cordes à sauter nouées, etc.)

Mon organisation :

A partir d'une photo, d'un plan ou d'une carte, les élèves développent leur sens de l'orientation.

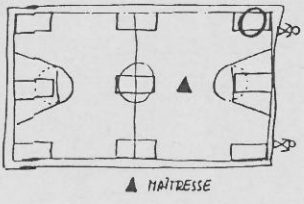
Les "Schtroumpfs" cachés

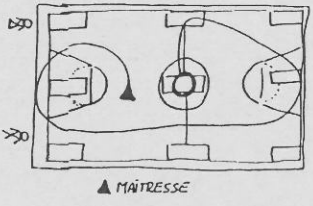
Des photos ou des croquis détaillés de divers agrès ont été préparés par le maître. L'élève cherche dans la salle un objet, un indice dont l'emplacement exact lui est donné par un cercle sur l'image.



Les îles perdues - La piste secrète

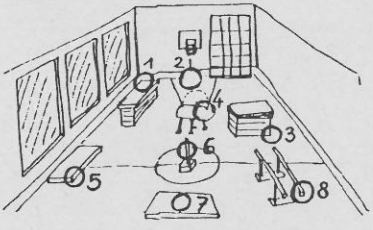
A l'aide d'un plan (vue d'avion), l'élève s'oriente dans la salle ou sur le terrain et va s'asseoir sur le tapis dont l'emplacement est signalé sur la carte par un cercle. Prévoir plusieurs cartes et deux zones de départ ! Variante : pour se rendre sur le tapis, l'élève doit suivre le cheminement indiqué sur le plan.





Le mot magique

A chaque poste indiqué sur un plan de la salle ou du terrain, l'élève trouve une lettre. A la fin du parcours, ces lettres constituent le mot magique.



Dans la forêt, sur le terrain - 1

La forêt est un milieu "magique". La variété de son terrain, la diversité de sa végétation permettent d'organiser facilement nombre d'activités ludiques inoubliables. Des troncs d'arbres, des pierres, des baguettes de bois, des ruisseaux ... pour jouer, observer, créer, danser ...

Remarques :

- En forêt, dans les prés, il est très important de choisir un emplacement adapté aux activités prévues et d'en déterminer les limites précises.
- Par des consignes claires données aux élèves, on évitera de commettre des dégâts (arbres et plantations).

Les animaux cachés

Quatre images d'animaux (renard - lièvre - chevreuil - hibou) sont fixées contre des arbres. A partir d'une zone de départ, les enfants cherchent les animaux et, après chaque découverte, reviennent vers leur maîtresse et "quittancent" avec le nom de la bête. Qui trouvera le plus vite les quatre animaux ?

Le chant de l'oiseau

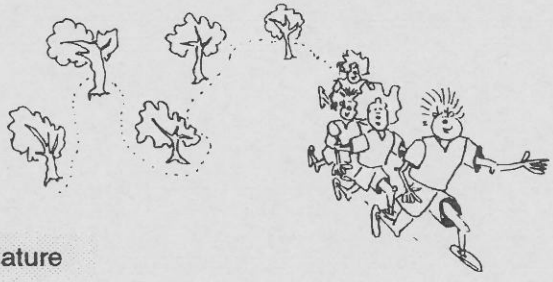
Un élève, muni d'un appeau ou d'une clochette, se cache dans la forêt, à environ 50 - 80 mètres de ses camarades. A un signal donné, il se met à jouer de son instrument. Qui retrouvera le plus vite cet oiseau chanteur ?

Auprès de mon arbre

Deux ou plusieurs chasseurs; les autres élèves se répartissent au pied de quelques arbres. Au signal, ils essaient de changer d'arbres sans être touchés par les chasseurs. Celui qui est touché change de rôle avec le chasseur.

Le slalom des bois

Le pilote du groupe conduit ses camarades dans la forêt : slalom entre les arbres, sauts au-dessus de quelques troncs, montées et descentes de pentes douces. Au signal : changer le pilote !



La "ligne" nature

En utilisant des branches ramassées par terre, les élèves d'un groupe forment au plus vite au sol une "ligne" continue entre deux arbres. Quelle équipe est la plus rapide ?

La poursuite des singes

Lors de cette poursuite, celui qui se suspend à une branche ne peut pas être touché. Le poursuivant ne peut pas faire tomber les singes ...

Les parcours préparés

La classe chemine et exploite les "sentiers natures", les pistes "VITA", les "parcours mesurés".

La récolte des pives

Chaque groupe d'élèves ramasse aussi vite que possible une vingtaine de pives et les dépose en un lieu déterminé. Quel groupe est-il le plus rapide ? Et si chacun ne peut transporter qu'une pive à la fois, est-ce le même groupe qui gagne ?

La course "pyramide"

Lors de cette estafette avec virage, le coureur, à l'aller, construit une pyramide avec trois morceaux de bois; au retour, il prend les morceaux de bois et les transmet au coureur suivant.

Les jeux de "cache cache"

Hormis la "cache cache" traditionnelle où un joueur cherche ses camarades et vient frapper un endroit convenu lors de chaque découverte, les variantes suivantes sont attractives :

- **Le décompte** : Les enfants sont rassemblés autour de la maîtresse. Celle-ci se cache les yeux et compte à haute voix, lentement, jusqu'à dix; dès lors, elle ne doit plus voir personne...
- **Par deux** : Se cacher en se donnant la main.
- **La chaîne** : Les joueurs découverts forment une chaîne à partir d'un endroit convenu (arbre); là, ils peuvent être "délivrés" par l'un des camarades encore cachés.
- **Le contraire** : Un élève se cache. Deux minutes plus tard, tous les autres partent à sa recherche. Celui qui le découvre se cache également au même endroit...

La maraude

Un groupe d'élèves répartit des sautoirs (3 fois le nombre d'élèves) sur des arbustes ou sur différents arbres qui offrent la possibilité de grimper. Le deuxième groupe prend ensuite le départ. Qui peut s'emparer du plus grand nombre de sautoirs dans un temps déterminé ?

La chasse aux lièvres

Les lièvres sont répartis dans un secteur déterminé. Deux ou plusieurs chasseurs commencent la chasse. Les lièvres touchés reçoivent un sautoir et continuent à jouer comme chasseurs.

Les renards

Tous les renards sont dans le bois, à l'extérieur de leur tanière (une zone définie de quelques m2); celle-ci est gardée par deux à quatre chasseurs. Quel renard réussit à pénétrer dans la tanière sans être touché par un chasseur ?
Les renards qui ont été touchés doivent courir jusqu'à un arbre désigné avant de tenter un nouvel essai.

Le voeu

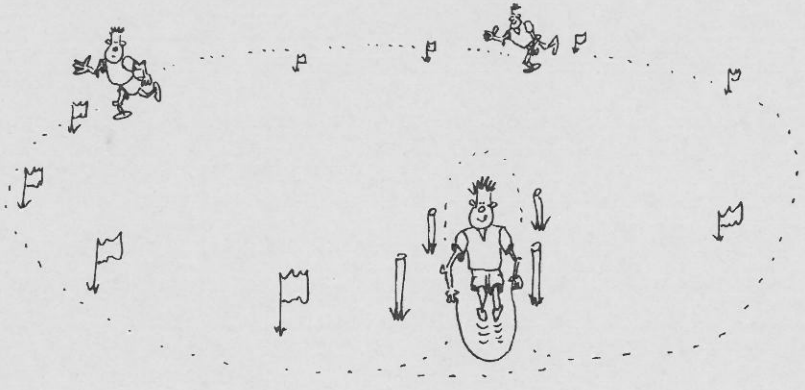
La maîtresse (ou un élève, puis un autre) formule un voeu : "J'aimerais bien une pive !" (une noisette, un caillou blanc, une feuille de chêne, une mûre, etc.). Les enfants s'en vont. Le premier qui satisfait au voeu a gagné. Avant une nouvelle recherche, l'enseignante donne quelques explications sur l'objet trouvé.

Le minigolf

Par petits groupes, les élèves créent un parcours de minigolf (slalom, tunnel de branches, plan incliné, obstacle en rondins, trou d'arrivée, etc.). Un bâton et une balle de tennis permettent aux élèves de jouer.

Le Tour de Suisse

Les élèves partent l'un après l'autre ou par groupes (toutes les 30 secondes) le long d'un parcours circulaire de 200 - 400 mètres que l'on a jalonné. Après chaque tour, il faut s'arrêter au "stand" pour accomplir une tâche (répondre à une question, sauter à la corde, réaliser un mini-puzzle, etc.).
Un classement tenant compte du nombre de tours effectués dans un temps déterminé et des bonifications obtenues au "stand" peut être élaboré.



Les jeux dans l'eau, la natation ont beaucoup d'attraits pour les enfants. Quelques ballons, des jouets gonflables, un peu d'imagination et les joutes aquatiques commencent...

Remarques :

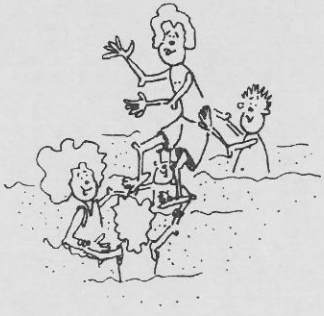
- Les activités organisées doivent permettre la participation de tous les élèves, y compris les non-nageurs. On choisira ainsi de préférence des jeux se déroulant dans un bassin peu profond où les élèves ont pied.
- Une attention soutenue sera portée à l'encadrement et aux mesures de sécurité éditées par le Service EPS.

L'estafette " pyjama "

Au signal, l'élève enfile une pièce de pyjama (ou un T-shirt, un bonnet, une bouée, des palmes, etc.) et nage le long d'un parcours déterminé. De retour, il se déshabille et transmet le vêtement au coureur suivant.

La pyramide

Quatre à cinq élèves construisent une pyramide à deux étages, le premier niveau étant formé par trois enfants. **Attention** : ne pas édifier cette pyramide près d'un bord de la piscine (danger en cas de chute).



Le sauvetage

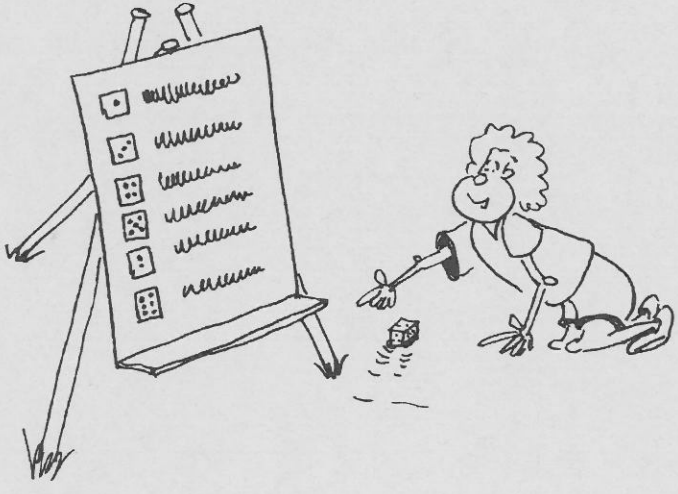
Deux élèves tirent par les bras un camarade en position dorsale et le déplacent sur un parcours déterminé. L'élève tracté peut aussi être en position ventrale ou couché sur une bouée. De même, il peut se tenir à une corde tirée par d'autres élèves.

Le jeu du dé

Pour chaque chiffre du dé, on détermine une "tâche", marquée sur un tableau. Chaque participant lance le dé et accomplit la "tâche" correspondant au chiffre obtenu. Il revient ensuite pour lancer le dé. S'il obtient un nombre qu'il a déjà tiré, il doit refaire l'activité prescrite. Qui sera le premier à avoir réalisé toutes les "tâches" ?

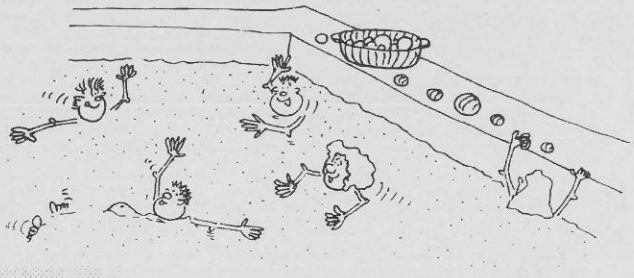
Les activités seront adaptées au niveau des élèves; par exemple :

- un aller-retour en nageant, en marchant dans l'eau;
- sauter deux fois dans l'eau;
- chercher deux anneaux lestés sous l'eau;
- s'immerger - sauter en l'air; répéter six fois;
- un aller-retour en nageant et en poussant un ballon devant soi.



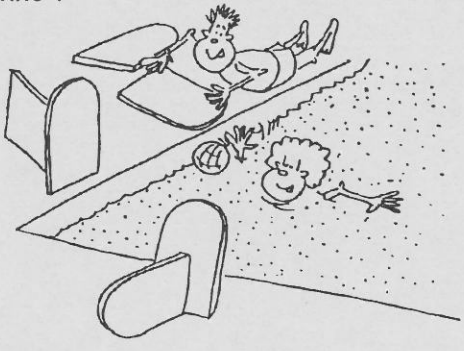
Les voleurs de perles

L'équipe **A** tente de ramener dans son camp le plus grand nombre de ballons, de balles de ping-pong (ou d'autres objets) déposés sur le bord du bassin de l'équipe **B**. Cette dernière en fait de même avec les "perles" appartenant à l'équipe **A.**
Quelle équipe dispose du plus fabuleux trésor au bout d'un temps donné ?



La chasse aux requins

Des planches de natation sont dressées sur le bord du bassin (comme les ailerons d'un requin). L'équipe **A** essaie de toucher les planches avec des ballons. L'équipe **B** redresse les planches tombées. Inverser les rôles. Quelle équipe touche le plus de planches en un temps donné ?



Le bouchon

Se déplacer (nager) sur un parcours donné en poussant devant soi, à l'aide de son souffle, un bouchon de liège; organiser l'estafette "bouchon" ou une course par équipes où l'on transporte plusieurs objets flottants d'un bord du bassin à l'autre.

Dans la neige - 1

La neige fascine les enfants. Source inépuisable de création, la neige est modelée, sculptée, transportée... Que de jeux, que d'idées à exploiter où l'élève lance, glisse, construit, saute... Joie et rigolades en perspective !

Remarques :

- Lors d'activités sur la neige, on veillera à ce que les élèves aient une tenue vestimentaire adaptée et qu'ils ne prennent pas froid.
- Si nécessaire, après une leçon dans la neige, les vêtements seront changés.
- Un choix judicieux du terrain de jeu et des consignes précises lors de certaines activités (lancer, se glisser, etc.) permettront d'éviter les accidents.

Le bob - bouteille

Les élèves, sur une légère pente, construisent une piste de bob destinée à des bouteilles en plastique lestées d'eau ou de neige. La piste comportera quelques virages et un tunnel. Quelle équipe construira la plus belle piste, la plus rapide ? Un course d'estafettes entre l'arrivée et le départ de la piste de bob aura beaucoup de succès !

La tête du géant

Chaque équipe dessine sur la neige, avec les pieds ou avec un bâton, la tête d'un géant. Quelle équipe réussit le plus beau dessin ?

La piste de slalom

Les élèves, exploitant les formes du terrain, préparent une piste de slalom. Au signal de départ, ils courent sur le parcours pendant un temps donné; sur une pente plus raide, ils se glissent sur leurs chaussures.

Les bâtisseurs

De nombreux jeux nécessitent la construction préalable d'un édifice :

Une pyramide de boules de neige - une gigantesque boule - un bonhomme de neige - un mur de protection - un château - une statue - un igloo - une tour, etc.

La glisse

Les élèves préparent une piste et se glissent assis sur un sac en matière plastique.

La poursuite sur traces

Un grand cercle et des chemins de traverse sont dessinés dans la neige. Un ou plusieurs joueurs poursuivent leurs camarades le long de ces traces.

Le concours de lancer

Le terrain de jeu est divisé en zones auxquelles on attribue des points. Chaque joueur dispose de cinq boules de neige. Combien de points obtient chaque lanceur ou chaque équipe ?

Le carrousel des boules

Les joueurs forment un cercle et se numérotent par deux. Un joueur No 1 et le joueur No 2 en face de lui forment une boule de neige. Au signal, les joueurs No 1 se passent la boule. Les joueurs No 2 font de même jusqu'à ce qu'une boule rattrape l'autre.

Le mini-golf de neige

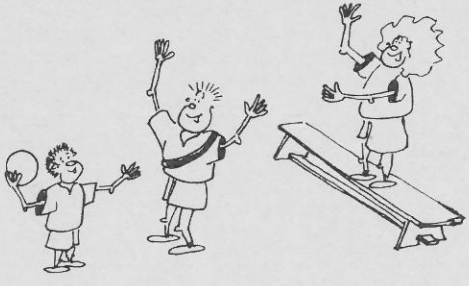
La neige permet de réaliser facilement un jeu de golf miniature. Chaque équipe prend en charge la construction d'une "piste-obstacle" comportant un trou à son extrémité (piste plate - piste avec petit tremplin - piste bosselée - piste en S - piste avec tunnel,etc.).
Les élèves jouent sur ces pistes à l'aide de petites balles mousses que l'on pousse avec la main.

Les tournois de jeux - 1

Lors de rencontres sportives, on accordera aux jeux une place prépondérante. Les tournois de jeux, au-delà de performances, de résultats chiffrés et de classements, offriront à chaque élève des possibilités d'excellence, de création, d'expression et d'intégration sociale. Le plaisir et la joie de jouer pour jouer...

Remarques :

- Le tournoi de jeux constituera généralement l'aboutissement d'une suite de leçons, d'une série d'apprentissages consacrés à l'un ou à l'autre des jeux.
- Les grands jeux d'équipes, sous leur forme élaborée, ne sont pas adaptés aux jeunes élèves. On leur préférera la pratique de jeux simples permettant d'acquérir les gestes de base et d'éveiller le sens de la tactique.
- Les situations conflictuelles ne seront pas ignorées ni minimisées. Au contraire, des solutions seront recherchées avec les enfants, permettant ainsi d'améliorer progressivement les comportements et de développer le "fair play".
- Pour plus de participation, multiplier le nombre de terrains de jeu.
- Ne pas exclure un enfant au nom de l'application d'une règle; ne pas exclure une équipe par un système de poules éliminatoires.
- Les manuels d'éducation physique scolaire présentent nombre de jeux, chaque enseignant les adaptera à ses élèves. Les jeux présentés dans les fiches suivantes se prêtent particulièrement bien à l'organisation de tournois.

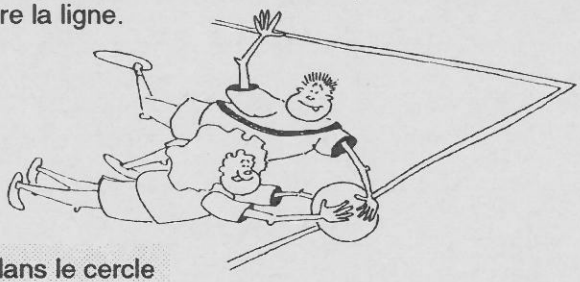


La noce à Thomas

Deux équipes alignées, chacune sur un petit côté du terrain de jeu, lancent des balles contre des massues (ou des boîtes de conserves, des bouteilles en plastique vides, etc.) posées sur un banc à équidistance des deux équipes. Quelle équipe fera tomber le plus de massues dans le camp adverse ?

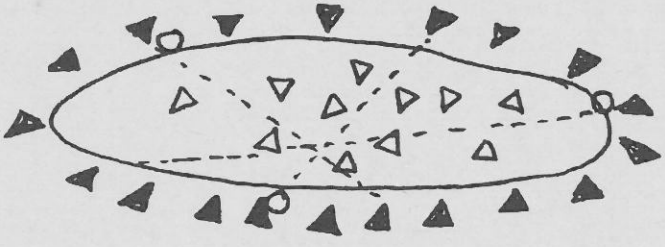
Le ballon derrière la ligne

Chaque équipe cherche, par des passes précises et rapides, à amener le ballon dans le camp adverse et à le poser derrière le petit côté du terrain adverse (ou contre le mur). Un point est acquis chaque fois qu'un joueur reçoit directement la balle et parvient, sans marcher, à la poser derrière la ligne.



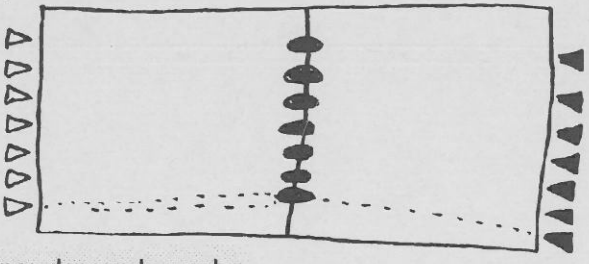
Le ballon roulé dans le cercle

L'équipe **A** se trouve autour d'un cercle, l'équipe **B** est dispersée à l'intérieur du cercle. En roulant un à trois ballons sur le sol, les joueurs extérieurs tentent d'atteindre leurs camarades de l'intérieur. Les joueurs touchés restent en jeu. Compter les touchés pendant un temps déterminé.



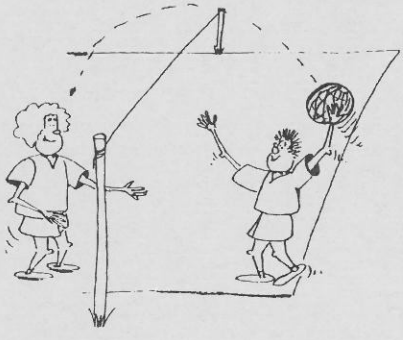
La pantoufle volée

Deux équipes se font face de part et d'autre de la ligne médiane. Sur le sol sont posés autant de pantoufles (sautoirs) qu'il y a de couples d'adversaires. Au signal, chaque joueur cherche à s'emparer de l'objet pour l'emporter derrière la ligne de fond de son camp. Celui qui y parvient sans se faire toucher par l'adversaire gagne un point pour son équipe. Un point est également gagné par celui qui a touché le voleur de pantoufle !



Le ballon par-dessus la corde

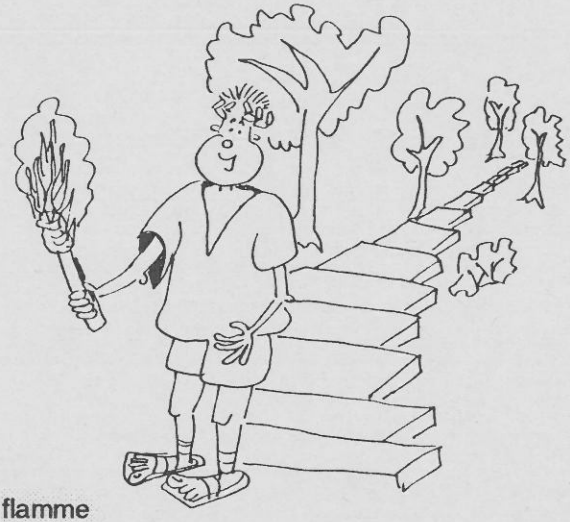
Deux équipes se font face de part et d'autre d'une corde tendue à environ deux mètres de hauteur. Elles tentent de lancer le ballon dans le camp adverse de manière à ce qu'il ne puisse être repris et tombe sur le sol. Chaque faute de lancer (contre ou sous la corde, hors des limites du terrain) ou de réception (ballon au sol) donne un point à l'adversaire.



Autres jeux connus

Le rollmops - la balle brûlée - la balle à deux camps - la lutte pour le ballon - la balle au chasseur - le ballon dans le caisson - le ballon château - le ballon rebondissant.

La fête olympique débute en classe avec une leçon d'histoire, la fabrication de drapeaux multicolores, la rédaction du journal olympique, la décoration des licences sportives, la chanson du "fair play"... et se poursuit sur le parcours de la flamme olympique, sur le terrain de jeu avec la cérémonie d'ouverture, les exaltantes rencontres sportives, l'échange des pin's, la danse des pays et l'exposition de tableaux...



La course de la flamme

Les cinq coureurs de chaque équipe se transmettent la torche olympique lors d'une course relais ou d'une course d'estafettes. L'équipe vainqueur pourra annoncer l'ouverture des jeux et prononcer le serment du "fair play".

La cérémonie d'ouverture

Au son d'une musique entraînante, les sportifs défilent. Sur le stade, on peut voir des jongleurs, des acrobates, un groupe de danseuses, des chanteurs...

La course de chevaux

Tous les élèves forment un cercle et participent à une passionnante course de chevaux commentée par un reporter enthousiaste...

- Au signal de départ, frapper avec les mains sur les cuisses;
- En vue de l'obstacle, sautiller sur les deux jambes;
- Devant la barrière, sauter en extension;
- Poursuivre au galop;
- Les spectateurs applaudissent.

Le triathlon olympique

Les élèves participent aux trois disciplines de ce triathlon :

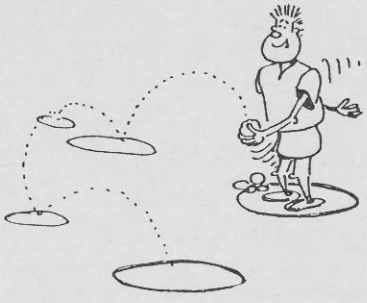
- Le lancer du frisbee ou de l'indiaca (distance ou précision);
- La course au sac;
- Le saut en longueur, à pieds joints, sans élan.

Le golf-cerceaux

Quelques cerceaux sont répartis sur la surface de jeu. Le joueur, debout dans le premier cerceau, dispose de cinq petites pierres. Au signal de départ, il tente de jeter une pierre dans le deuxième cerceau. Lorsqu'il y parvient, il peut se déplacer et passer au cerceau suivant. Pour chaque cerceau, il dispose de ses cinq pierres. Qui mettra le moins de temps pour arriver au but ?

Autres activités

- La course d'obstacles
- Le gymkhana à vélo
- Le marathon
- Le lancer d'éponges
- La cérémonie de clôture



Thème	**Le château brûle**	3.24

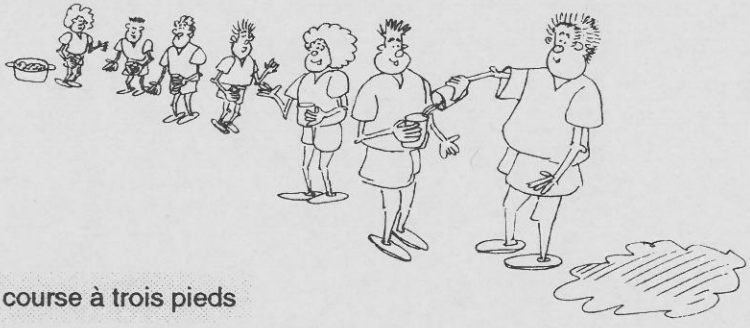
En l'an 1432, le château du seigneur Archibald le Gros est lâchement attaqué par une bande de pillards venus des lointaines forêts. Une indescriptible panique s'ensuit... Mais laissez-moi vous conter ces péripéties !

L'histoire	L'activité
• La panique s'installe dans le château...	• Courir autour de la grande cour du château.
• La défense s'organise afin de repousser l'envahisseur...	• Organiser avec les élèves une "Noce à Thomas".
• Une brèche s'est ouverte dans le mur du donjon...	• Transporter des objets d'un endroit à un autre et construire un mur.
• Un pan de mur est sur le point de s'effondrer; il faut se mettre à l'abri...	• Courir le plus vite possible une distance donnée.
• Le château prend feu, la lutte contre l'incendie commence...	• Former une chaîne et remplir un seau d'eau (de petites balles); lancer les balles contre une cible.
• Il n'y a plus d'espoir, il faut quitter les lieux. Le pont-levis est détruit...	• Passer sur une poutrelle d'équilibre, sur un caisson, sous un tunnel de tapis.
• La route du château est en très mauvais état. Il faut pourtant passer...	• Effectuer un slalom et une piste d'obstacles.
• Tout le monde fuit; le géant, le nain et les souris aussi...	• Se déplacer à la manière de...

Dès la porte de la forteresse franchie, l'aventure commence... Chaque "épreuve" réussie donne à l'équipe un indice pour trouver le trésor. Dans la tour, le père Fouras propose ses mystérieuses énigmes !

Le transport d'eau

Entre un point d'eau (fontaine, lac, seau,etc.) et un gros bidon vide, les élèves munis d'un gobelet forment une chaîne. Le premier équipier remplit son gobelet et verse l'eau dans le gobelet du suivant qui verse l'eau dans le gobelet du suivant... Le dernier élève verse l'eau dans le bidon. Celui-ci plein, l'équipe gagne un indice (un mot, un dessin, etc.).



La course à trois pieds

Les élèves, deux par deux et côte à côte, attachent les chevilles "intérieures" avec un foulard. Après avoir accompli un parcours comportant quelques obstacles faciles, ils trouvent à l'arrivée un rébus étrange...

Le jeu de quilles

Plusieurs bouteilles en plastique, vides, sont dressées à quelques mètres des élèves. Ceux-ci cherchent en roulant des balles de tennis à faire tomber les bouteilles. Lorsque toutes les "quilles" sont renversées, chacun s'approche et découvre, inscrite sous chaque fond de bouteille, une lettre. Et si ces lettres constituaient un mot...

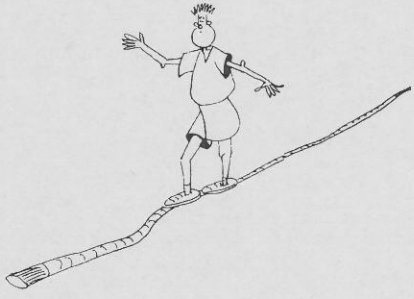
Dans l'arène défilent les acrobates chinois, les clowns Nel et Lea, le dompteur de puces, la belle écuyère, le groupe des équilibristes, le lanceur d'éponges et le magicien hindou... Un spectacle coloré, joyeux où l'imagination de chacun fait des merveilles !

La jonglerie

A l'aide d'objets divers (foulards, boules de papier, ballons de baudruche, petites balles, etc.) les élèves (seuls, par deux, par groupes) jonglent.

Les jeux d'équilibre

Les funambules marchent en équilibre sur une grosse corde ou sur une barre fixe posée au sol, sur un banc "suédois" retourné, sur un cerceau. Ils peuvent tenir un balai, un bâton en équilibre dans la paume de leur main, de leur coude plié, sur leur doigt, sur leur pied. De même, ils transportent des objets en équilibre : une balle sur un cylindre de carton, sur une raquette, sur leur tête !



Le mime

Chaque groupe de trois à quatre élèves mime une scène de cirque (l'employé qui nourrit la girafe, le vendeur de programmes, la présentatrice gracieuse, le marchand de "barbe à papa", etc.). Les spectateurs, à la fin de la scène, doivent retrouver le rôle de chaque artiste.

Les clowns

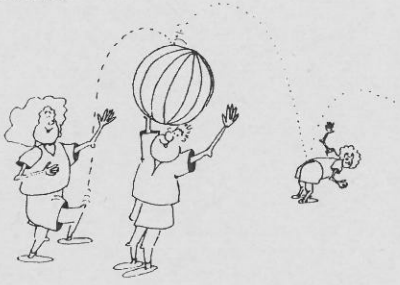
Les élèves se déguisent et se griment. Par petits groupes, ils préparent et présentent leur "numéro" de clowns.

Les gymnastes

Après plusieurs culbutes en avant, les acrobates présentent une petite balance faciale, une chandelle suivie d'une roulade à la station; certains s'exercent à l'appui renversé, à la roue.

Les otaries

Par petits groupes, les enfants se passent des ballons de plage avec les mains, les pieds et même la tête. Ils jouent aussi avec des balles mousse qu'ils essaient de faire passer au travers de cerceaux ou qu'ils lancent contre des cibles.



Les lions et les tigres

Le dompteur donne des ordres précis à ses animaux et les conduit sur des caissons, au travers de cerceaux, sur une poutrelle d'équilibre, sur un plan incliné, sous un tunnel de tapis.

La parade finale

Chants et musiques accompagnent les artistes lors de danses et de rondes. La fête se termine par un lâcher de ballons multicolores...