

# Animation sportive – Pokémon 1-2P

## Leçon proposée pour l'animation



### Mises en train :

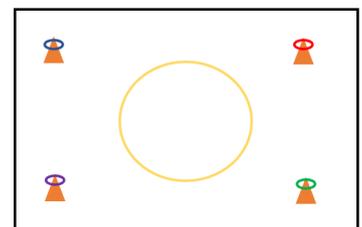
#### 1. Jeu du dresseur (chasseur) Pokémon

Nommer 2 à 4 dresseurs en leur donnant un signe distinctif comme simplement un sautoir ou idéalement une casquette comme Sacha de Bourg-Palette. Le but est d'attraper le plus de Pokémon dans la salle en leur courant après. Chaque Pokémon reçoit au début de la partie un anneau en plastique de couleur qu'ils mettent au bras. La couleur représente le type de Pokémon (vert = Pokémon plante, bleu = Pokémon eau, etc.).

Lorsqu'un Pokémon est touché, il est donc attrapé et doit enlever son anneau en plastique. Le Pokémon attrapé est lié à son dresseur par l'anneau et doit le suivre dans sa quête du meilleur dresseur. Ils tiennent les deux l'anneau. Si ce duo touche un autre Pokémon, ce dernier se met dans la chaîne et est lié par l'anneau au premier Pokémon attrapé.

#### 2. Retrouver sa famille

Les élèves portent un anneau de couleur au bras et chaque couleur représente le type de Pokémon (vert = Pokémon plante, bleu = Pokémon eau, rouge = Pokémon feu, violet = Pokémon glace.). Il faut installer vers chaque coin de la salle 1 cône avec un anneau de couleur représentant les types de Pokémon.



Commencer l'activité en étant tous autour d'un cercle. L'exercice est de varier les consignes et que les élèves les écoutent, les comprennent et les exécutent correctement.

Exemple de consignes :

- « *Les bleus allez vous asseoir en colonne derrière du cône bleu* ».
- « *Les rouges asseyez-vous autour du cône rouge* ».
- « *Les verts allez derrière votre cône debout en colonne* ».
- Etc.

Variantes possibles :

- Donner deux couleurs à la fois pour une seule consigne :
  - o « *Les bleus et les rouges allez vous asseoir en colonne derrière votre cône* ».
- Les élèves sont en mouvement dans la salle lorsque l'enseignant donne les consignes.
- Rajouter 2 ou 4 tapis. Les lieux des consignes peuvent varier avec les cônes et les tapis.

### 3. Imiter les déplacements des Pokémon

Préparer 5-6 images de Pokémon. L'enseignant ou un élève tire une image et, ensuite, l'enseignant montre comment se déplacer selon le Pokémon tiré. Ensuite, les élèves exécutent le déplacement demandé pendant une trentaine de secondes.

Exemples de mouvement : Les cartes Pokémon – version imprimable se trouvent à la page 6.

- Kangourex : sauter comme un kangourou
- Rattata : courir en faisant des petits pas
- Abo : se mettre sur le dos, se pousser avec les jambes sur le sol
- Roucool : courir et battre des ailes (bras en haut et en bas)
- Krabby : se déplacer sur le côté (soit en pas chassés ou jambes pliées et se déplacer tout gentiment latéralement comme un crabe).
- Noadkoko : se mettre par trois, s'accrocher les bras et courir ensemble
- Chétiflor : se déplacer tout doucement sur la pointe des pieds
- Ponyta : galoper comme un cheval
- Métamorph : l'élève choisit un des pas effectués.



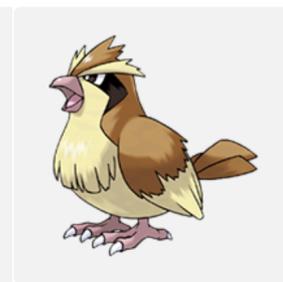
No.115

**Kangourex**

No.019

**Rattata**

No.023

**Abo**

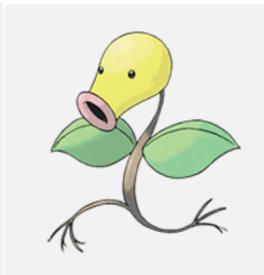
No.016

**Roucool**

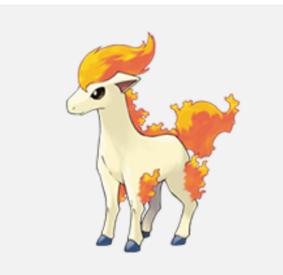
No.098

**Krabby**

No.103

**Noadkoko**

No.069

**Chétiflor**

No.077

**Ponyta**

No.132

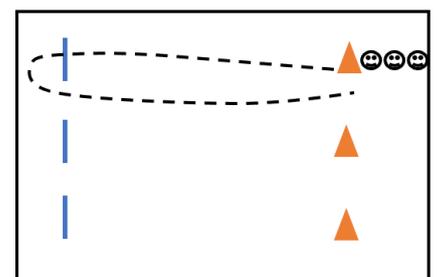
**Métamorph**

Variantes possibles :

- Exercice de mémorisation : Après avoir exercé plusieurs déplacements, l'enseignant montre un Pokémon aux élèves et ils doivent se rappeler du mouvement à effectuer.
- Un élève tire une carte et invente un déplacement selon le Pokémon tiré et les autres recopient son mouvement.

### Estafettes Pokémon

En lien avec la mise en train : imiter des Pokémon. Créer 3 ou 4 équipes. Les élèves doivent tirer une carte et doivent se déplacer comme le Pokémon à l'aller et au retour. Donc le premier de la colonne tire une carte Ponyta et se déplace comme un cheval jusqu'au piquet. Ensuite, il revient dans sa colonne toujours en effectuant son déplacement. Pendant le

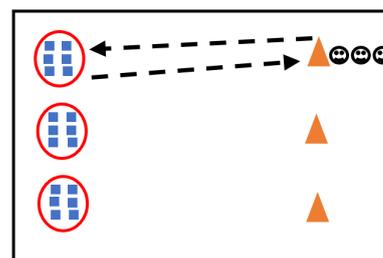


temps de la course du premier, le deuxième tire une carte et attend l'arrivée du premier vers lui pour se déplacer comme le Pokémon tiré.

### Estafettes – trouver sa moitié : (ce jeu travaille l'endurance)

Créer 3 ou 4 équipes. 1 élève par équipe effectue un parcours simple (course en ligne droite) ou un parcours plus compliqué (passage sur un banc, passer dessous ou dessus un élément de caisson, slalomer autour de piquets). Place à votre créativité pour la création des parcours.

Lorsqu'ils arrivent de l'autre côté de la salle, ils tirent deux cartes qui sont posées au sol l'une à côté de l'autre dans un cerceau. Si ce sont les deux mêmes cartes de Pokémon, l'élève a le droit de les ramener auprès de son équipe. Si ce ne sont pas deux cartes identiques, il faut retourner les cartes, revenir vers sa colonne et taper dans la main du suivant.



Comment le jeu s'arrête ?

- Après un certain temps, on peut arrêter le jeu et compter le nombre de cartes trouvées par équipe pour désigner un vainqueur.
- Lorsque toutes les paires ont été trouvées.

Le gagnant de ce jeu est l'équipe qui a retrouvé le plus rapidement toutes les paires.

La liste des Pokémon à utiliser pour retrouver sa famille avec un verso à motif se trouve à la page 7.

### Lancer les Pokéball

Il faut d'abord expliquer aux élèves que, pour attraper un Pokémon, il faut lancer une Pokéball. Nous allons nous entraîner à lancer et à viser des cibles afin d'être prêt pour les attraper. Postes possibles pour exercer le lancer de la Pokéball :



1. Viser des cibles accrochées aux espaliers avec des balles de tennis

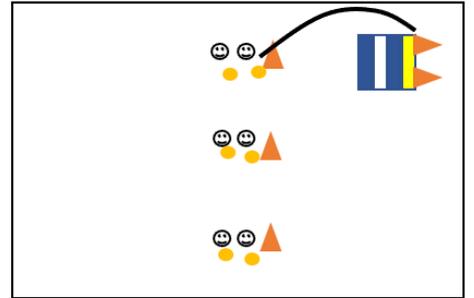
Accrocher des cibles (cerceaux ou quilles attachés par des cordes à sauter, sautoirs, etc.).

Les élèves sont derrière un banc ou des cônes à quelques mètres de distance et doivent

lancer en direction des cibles. Il est possible de le faire sous forme de concours : Qui arrive le plus de fois à toucher ou à viser une cible ?

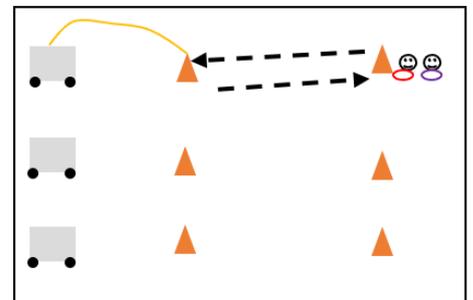
## 2. Viser des cibles posées sur un caisson avec des balles en mousse

Installer des cônes ou des quilles sur un caisson. Les élèves doivent viser et les faire tomber. Il est possible de le faire sous forme de concours individuel qui arrive le plus de fois à toucher ou à faire tomber les cibles ? Ou sous forme d'estafettes par équipe : Quelle équipe arrive à faire tomber les cibles en premier ?



## 3. Lancer des anneaux dans un chariot

Concours par équipe. Un élève part en courant en direction des cônes et, à partir de là, il lance un anneau dans un chariot. S'il réussit, il prend un sautoir comme récompense et retourne en courant pour taper dans la main du camarade suivant. S'il ne réussit pas, il récupère son anneau et retourne aux pas de course pour taper la main du prochain coureur-lanceur.



## Retour au calme :

Se coucher sur le sol et dormir comme Ronflex. Les élèves calmes et silencieux avec les yeux fermés pourront être libérés de la salle par la maîtresse, lorsque cette dernière leur touche les pieds.



No.143

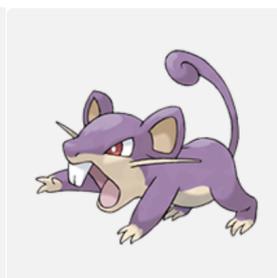
Ronflex

**Cartes pour imiter les Pokémon**



No.115

**Kangourex**



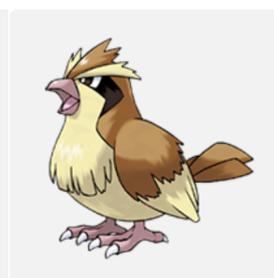
No.019

**Rattata**



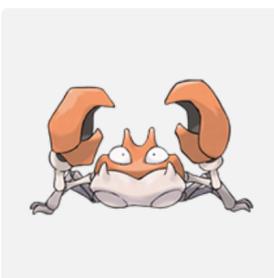
No.023

**Abo**



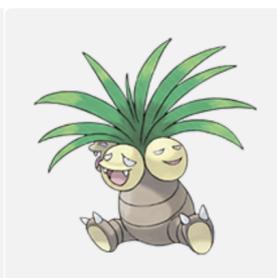
No.016

**Roucool**



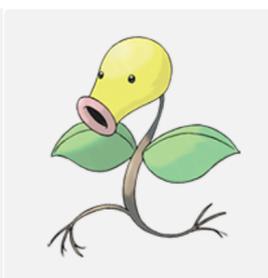
No.098

**Krabby**



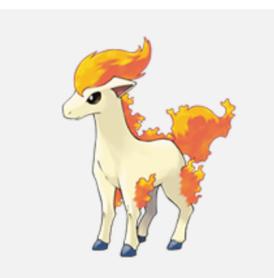
No.103

**Noadkoko**



No.069

**Chétiflor**



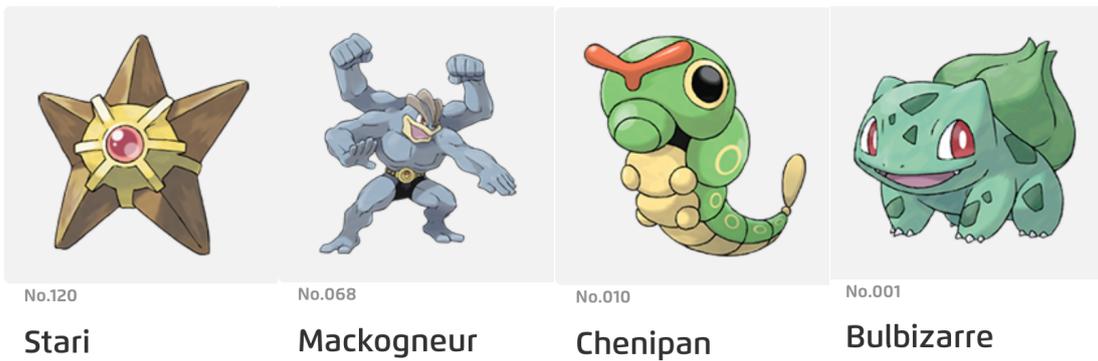
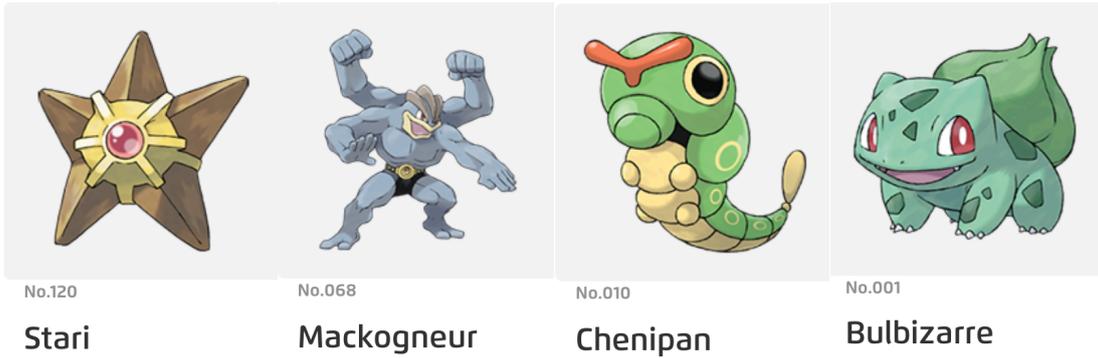
No.077

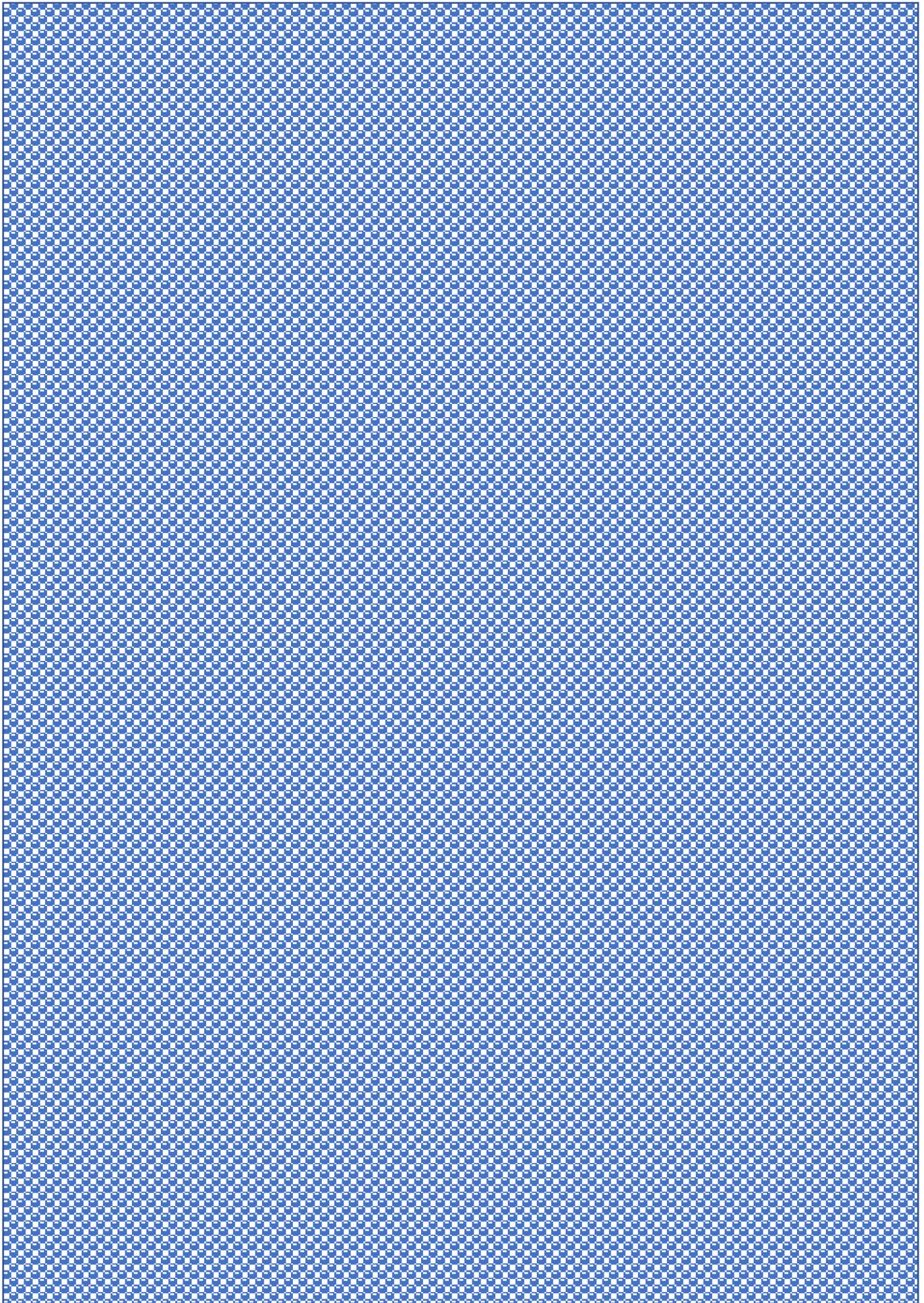
**Ponyta**

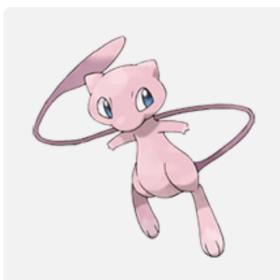


No.132

**Métamorph**







No.151

**Mew**



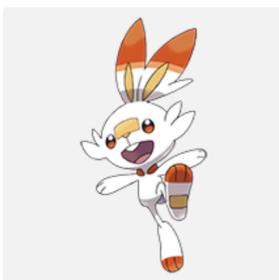
No.150

**Mewtwo**



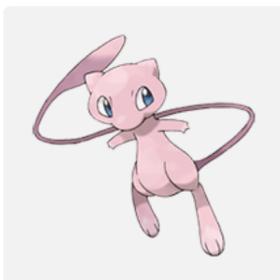
No.175

**Togepi**



No.813

**Flambino**



No.151

**Mew**



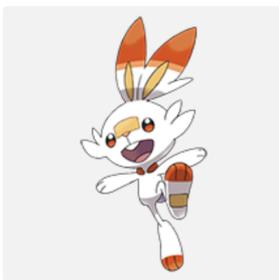
No.150

**Mewtwo**



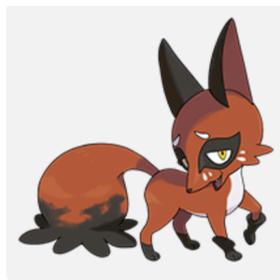
No.175

**Togepi**



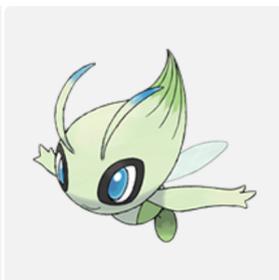
No.813

**Flambino**



No.827

**Goupilou**



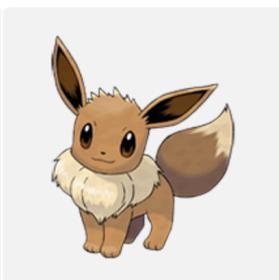
No.251

**Celebi**



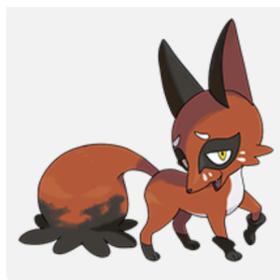
No.174

**Toudoudou**



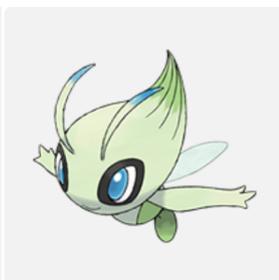
No.133

**Évoli**



No.827

**Goupilou**



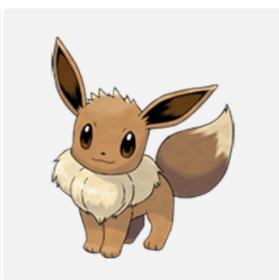
No.251

**Celebi**



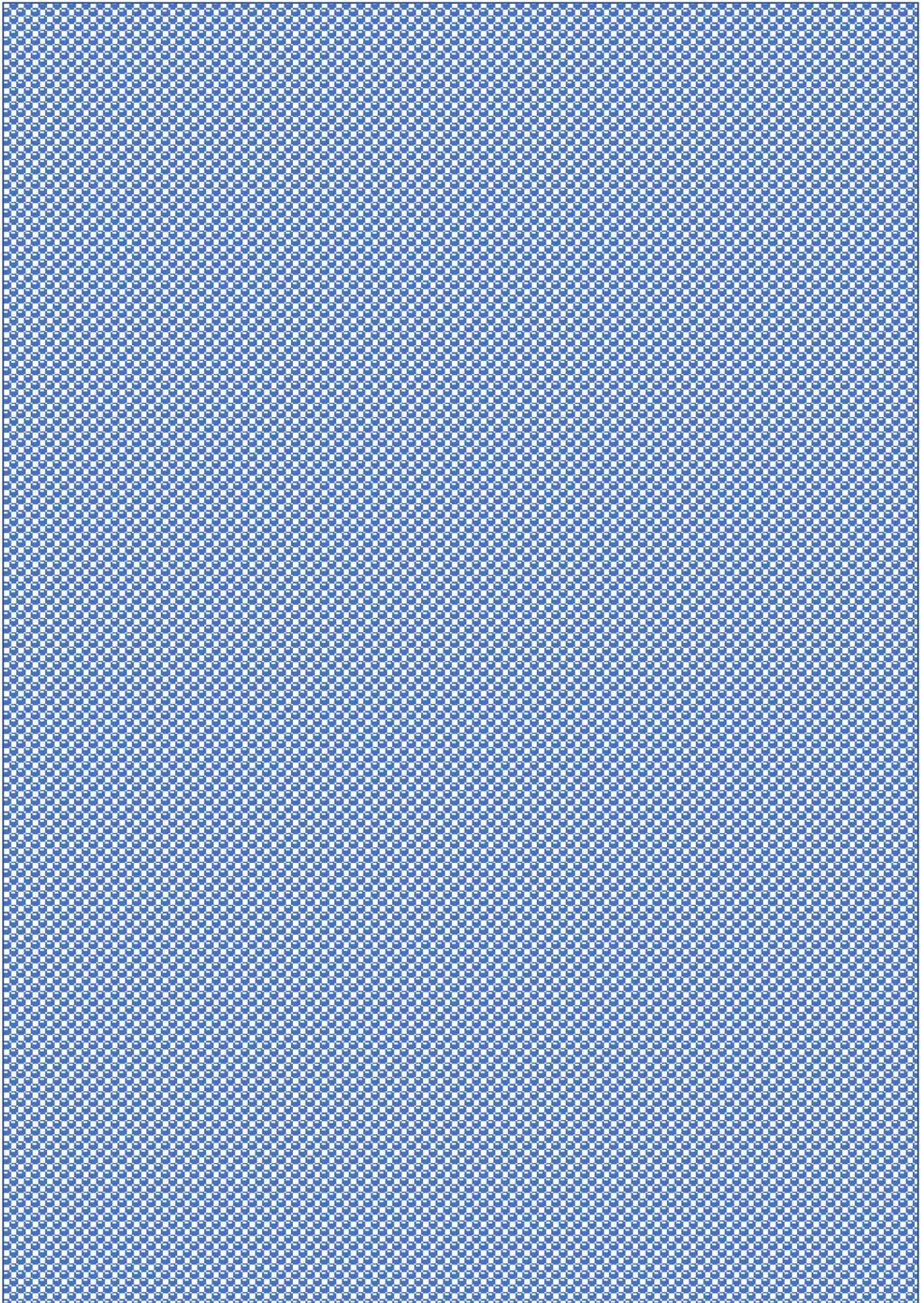
No.174

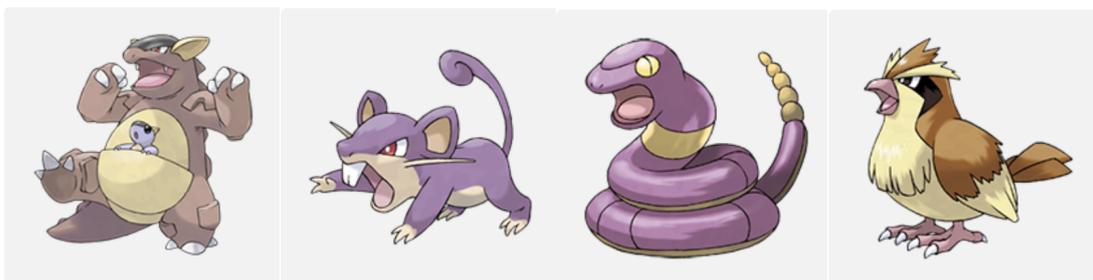
**Toudoudou**



No.133

**Évoli**





No.115

**Kangourex**

No.019

**Rattata**

No.023

**Abo**

No.016

**Roucool**



No.115

**Kangourex**

No.019

**Rattata**

No.023

**Abo**

No.016

**Roucool**



No.098

**Krabby**

No.103

**Noadkoko**

No.069

**Chétiflor**

No.077

**Ponyta**



No.098

**Krabby**

No.103

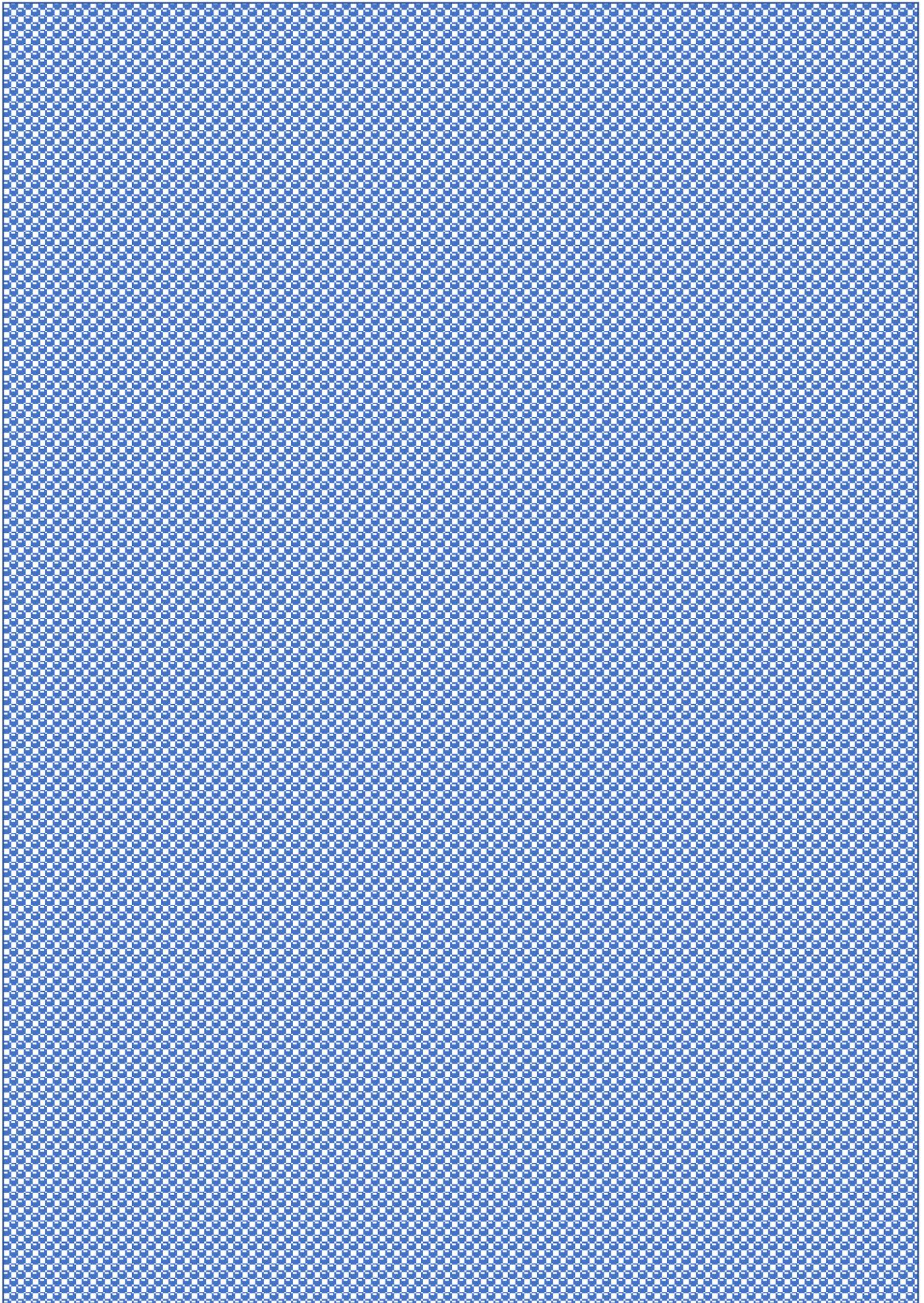
**Noadkoko**

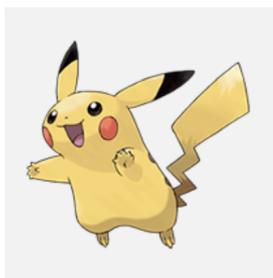
No.069

**Chétiflor**

No.077

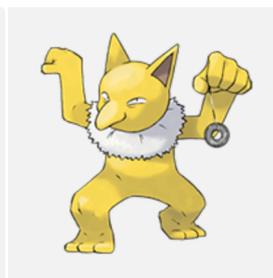
**Ponyta**





No.025

Pikachu



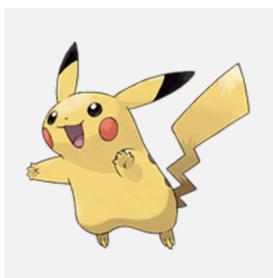
No.097

Hypnomade



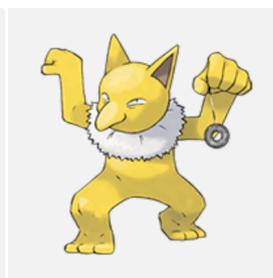
No.122

M. Mime



No.025

Pikachu



No.097

Hypnomade



No.122

M. Mime



No.132

Métamorph



No.143

Ronflex



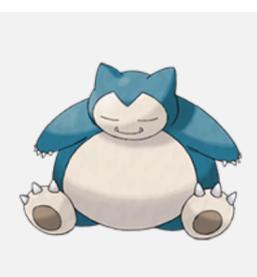
No.035

Mélofée



No.132

Métamorph



No.143

Ronflex



No.035

Mélofée



