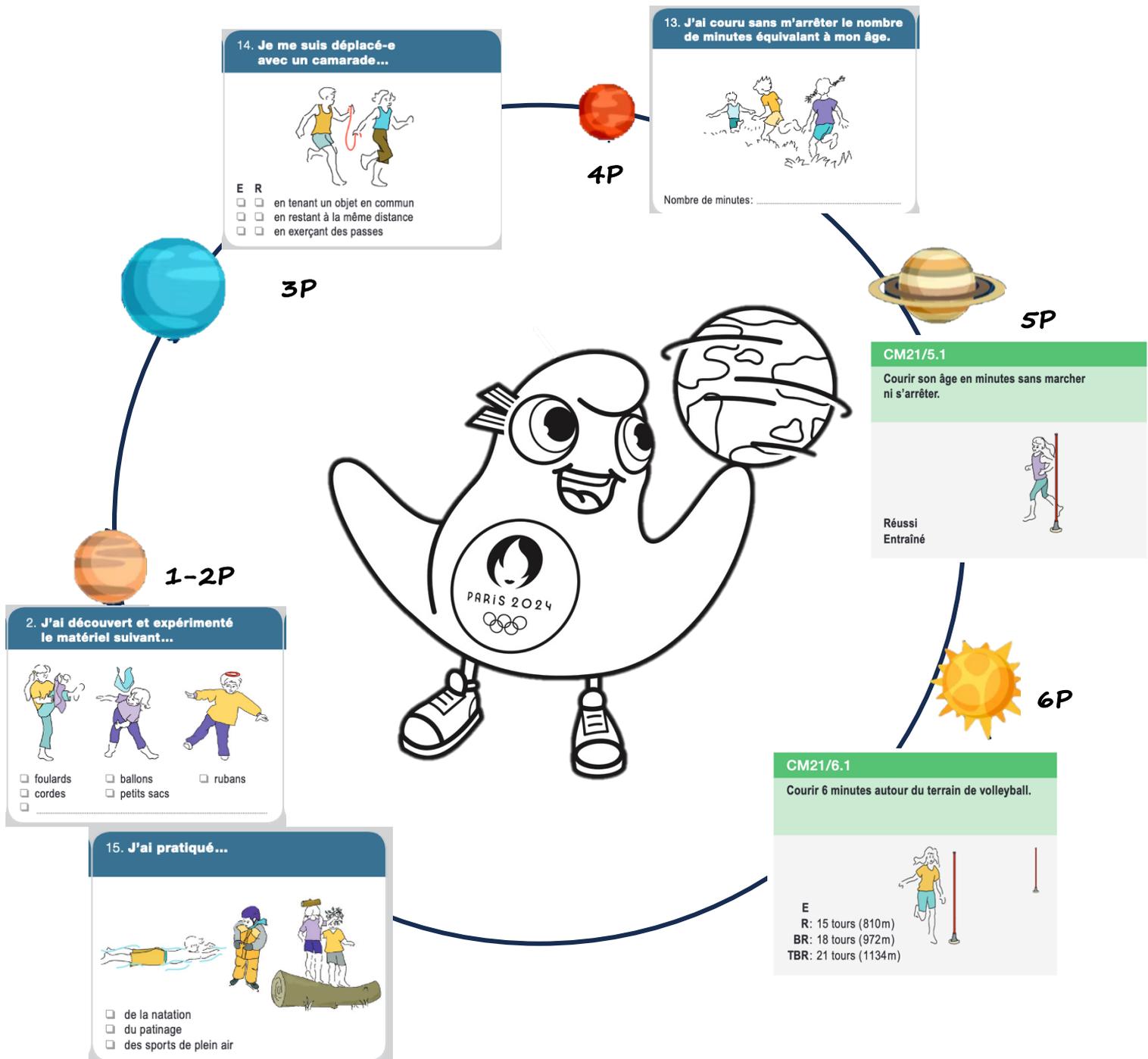


UNIS-vers 2024

Afin de multiplier les minutes d'activités nous vous proposons pour ce début d'année des activités avec peu ou sans matériel à réaliser en salle de gymnastique ou à la récréation.

Courir & se poursuivre : ces activités connaissent toujours un grand succès auprès des enfants. Nous présentons ici des épreuves par équipe qui soulignent non seulement les résultats, mais aussi et surtout la coopération.





ESTAFETTE

remue-méninges !

TWISTER (4-6P)



Matériel

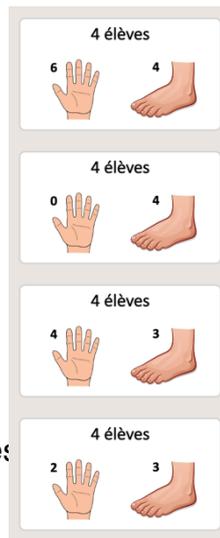
Cartes de main et de pied (cf. annexe selon équipe de 5 élèves ou 4 élèves)

But du jeu

Former 4 équipes. 1 élève court chercher une carte lorsqu'il revient les élèves réalisent la figure selon les consignes. Ainsi de suite jusqu'à ce que tous les élèves aient ramené au moins 2 cartes chacun.

Variante 1 à 3P

Marelle Twister : Alternier sauts pieds joints, sauts cloches pieds droits, pose des pieds + 1 main, pose des 4 appuis selon l'indication donnée par les assiettes

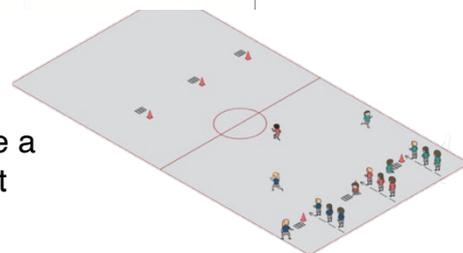
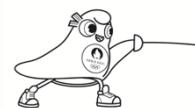


MIME (1-6P)

Matériel : Images des *phryges* sportives

But du jeu

Former 4 équipes. Les enfants traversent le parcours le plus vite possible. Après le dernier obstacle, ils piochent une petite carte plastifiée, ils reviennent en courant au départ et essaient alors de faire deviner au groupe en la mimant. Dès qu'un élève de l'équipe a trouvé la solution et que la réponse est validée, le coureur suivant s'élance à son tour.



CHAT ET SOURIS (1-6P)

Matériel : cônes, sautoirs

Face à face (1-6P) :

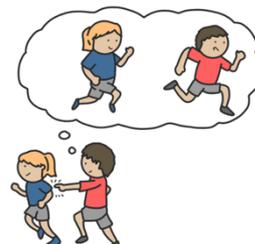
Diviser la classe en deux. Faire deux lignes face à face.

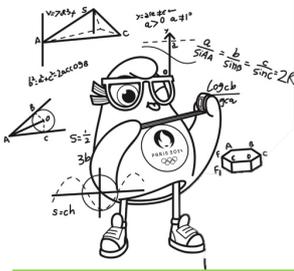
La souris essaie d'atteindre son terrier (zone avec les cônes) sans se faire attraper par le chat. Après chaque tour, les rôles s'inversent. Après deux parties, changer les duos



En se déplaçant (3-6P) :

La souris court derrière le chat. Cette fois, c'est la souris qui décide : dès qu'elle touche le chat dans le dos, le chat doit essayer de la toucher avant qu'elle n'atteigne la zone refuge.





ESTAFETTE

collaborative !

ORGANISATION GENERALE pour toutes les estafettes ci-dessous
 3-5 équipes (selon l'activité et l'effectif de la classe), 1 cerceau par élève. Les cerceaux sont alignés au sol, chaque enfant est debout dans un cerceau.

Fairplay

L'équipe gagnante décidera si donner un avantage aux autres équipes ou prendre un challenge pour soit. Exemples : diminuer ou augmenter le matériel à transporter, utiliser une seule main, sauter sur un pied, allonger ou raccourcir le parcours, etc.

LA CHENILLE (1-6P)

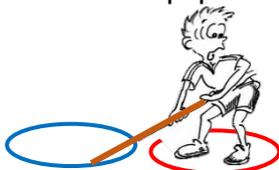
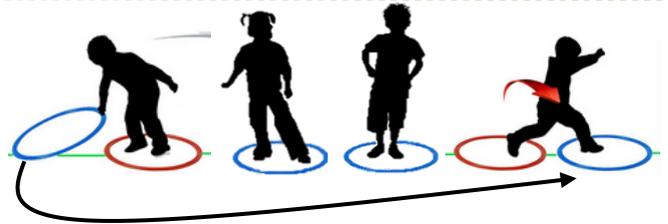
Matériel +

1 cerceaux de plus pour chaque équipe

But du jeu

Au départ, le dernier enfant prend le cerceau vide et le passe au copain devant lui. Ainsi de suite jusqu'à l'enfant tout devant qui le posera au sol et sautera dedans. Les autres enfants pourront ainsi avancer d'un cerceau et recommencer.

Quelle équipe franchira en premier la ligne d'arrivée ?



Variantes

- Déplacer le cerceau à l'aide d'un bâton.
- 4-6P : remplacer les cerceaux par des cubes en bois.

LE COLLIER DE PERLES (1-6P)

Matériel +

1 bâton pour 3-4 élèves de chaque équipe, plusieurs

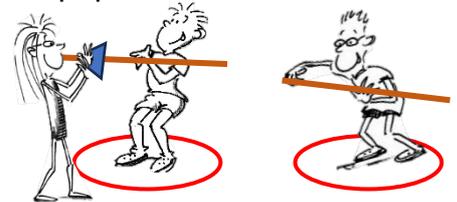
But du jeu

Chaque enfant avec bâton est dans un cerceau et tient son bâton à l'horizontale. Les autres sont en colonne. Au départ, un enfant court avec une perle (assiette) et la passe dans le premier fil (bâton). Ainsi de suite jusqu'à glisser l'assiette dans le piquet d'arrivée.

Quelle équipe aura terminé en premier son collier ?

Variante

Empiler les perles selon un ordre précis de couleur ou d'orientation des assiettes



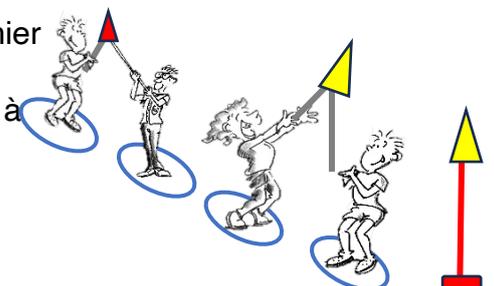
LES CHAPEAUX (1-6P)

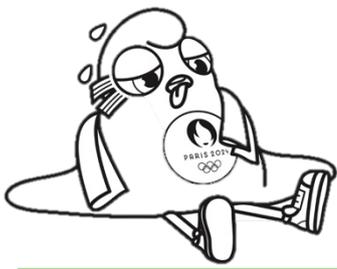
Matériel +

1 bâton par élève, plusieurs

But du jeu

Chaque enfant tient son bâton à la verticale. Au départ, le dernier enfant va chercher un cône et revient à sa place en le transportant avec le bâton. Il le passe au coéquipier devant lui à l'aide du bâton. Ainsi de suite jusqu'au premier enfant tout devant qui amènera le cône dans sa réserve et reviendra à sa place. Quelle équipe aura transporté tous les cônes en premier ?





LE JEU COOPERATIF

en équipe !

SAUVETAGE (1-6P)



Organisation : 4 équipes / 4 cônes / 4 tapis

But du jeu :

Toute l'équipe se trouve sur un bateau (petit tapis). L'équipe doit désigner un sauveteur et l'envoyer sur la terre ferme (vers son cône)

Au signal le sauveteur vient chercher un camarade, le prend par la main et le ramène sur la terre ferme. Le sauveteur repart, avec l'élève sauvé, chercher les autres en se tenant toujours par la main.

Variantes :

- L'élève qui vient d'être sauvé, repart seul chercher un copain. Ou il est décidé que l'élève le plus rapide repart chercher un copain.
- Corser le parcours en mettant des obstacles (bancs) dans la mer

LES GEOCOLOR (1-6P)

Organisation : 4 équipes / formes géométriques réparties sur le sol au fond de la salle / cartes avec dessins



But du jeu :

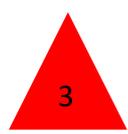
Chaque équipe reçoit une carte avec des formes géométriques et s'organise pour aller chercher, à tour de rôle, une forme à la fois afin de reconstituer le même dessin. Pour aller chercher sa forme, l'élève peut sauter par-dessus un banc, passer dessous, franchir un caisson, marcher sur un gros tapis....

Variante 4-6P :

Chaque forme géométrique a un numéro dessus :

L'enseignant donne un nombre et les élèves doivent construire une forme géométrique qui correspond à ce nombre en additionnant ou en multipliant les diverses formes.

Les élèves peuvent aussi trouver un dessin correspondant au nombre demandé. Un élève peut inventer un dessin et les copains doivent le reproduire.



LE TAPIS FOUGUEUX (4-6P)

Organisation : 4 équipes / 4 petits tapis

But du jeu :

Chaque équipe se répartit de part et d'autre des 2 cônes.

Le premier part et essaie de faire avancer son tapis en glissant, sautant... tout en restant entièrement sur le tapis. Dès qu'il arrive au cône, il le touche et donne ainsi le signal au copain qui fait le retour.

Si un élève est fatigué ou ne trouve pas la technique, il peut demander à un copain de le remplacer.

En 3-4 minutes, combien de traversées seront effectuées par équipe ?

- xxxx ▲
- xxxx ▲
- xxxx ▲
- xxxx ▲



- ▲xxxx
- ▲xxxx
- ▲xxxx
- ▲xxxx