

Recueil d'activités en éducation physique

Maternelle à 5e année



Anne Louise Dubé
2016

TABLE DES MATIÈRES

	Page
Introduction.....	4
Pensée.....	5
Les pièces d'or.....	6 - 7
Système disciplinaire (carnet de suivi).....	8 -11
<u>THÈMES D'EXPRESSION:</u>	
La baguette magique.....	12
Chasse à l'extraterrestre avec une caméra.....	13 - 14
Le directeur de cinéma.....	15 - 16
Les animaux sous la tente.....	17
Les sculptures.....	18
Tag chocolat.....	19
Les émotions.....	20
Improvisation.....	21 - 22
- Impro. - Disposition du matériel.....	23
- Impro. - Directives et conseils.....	24
- Impro. - Parties.....	25
- Impro. - Thèmes supplémentaires.....	26 - 34
Serge le serpent.....	35 - 36
L'ambassadeur.....	37
Les vedettes.....	38 - 39

TABLE DES MATIÈRES

	Page
Le spectacle des 4 murs.....	40 - 41
La super routine.....	42 - 43
<u>AUTRES THÈMES:</u>	
La machine à popcorn.....	44
Les défis de construction.....	45
Les déménageurs.....	46 - 47
Les déménageurs de pyramides.....	48 - 49
Les chasseurs de dragons.....	50 - 51
Les citrouilles d'Halloween I.....	52 - 54
Les citrouilles d'Halloween II.....	55 - 57
L'attaque des pirates I.....	58 - 60
L'attaque des pirates II.....	61 - 62
La super marmotte.....	63
Activités de fin de période.....	64 - 65

Introduction

Voici un recueil d'activités qui pourraient vous être utiles pour le thème de l'expression. J'ai aussi inclus des activités qui touchent d'autres thèmes comme la manipulation, la coopération, etc.

J'ai crée plusieurs de ces jeux mais il y a aussi d'autres jeux déjà existants que j'aime bien où j'ai ajouté ma touche personnelle ou que j'ai traduit, etc.

En espérant que ce document peut vous servir!

Anne Louise Dubé
Enseignante d'éd. phys. M-5
École Cité de l'Amitié
Bathurst, N.B.
Août 2016



*"Éduquer l'esprit sans
éduquer le coeur n'est
aucunement de l'éducation"*

Aristote

Les pièces d'or

C'est quoi? Un système de renforcement de comportements positifs. Les pièces d'or sont des jetons en plastiques qui ressemblent à de la vraie or! Ce système aide à travailler la partie du développement personnel et social du programme.

Il me semble qu'on gâte nos élèves! Non! Ne travaillez-vous pas pour une paye?

Groupe d'élèves ciblés: Maternelle à la 5^e année.

L'enseignant-e peut donner une pièce d'or à un élève pour diverses raisons, exemple:

- Aider à ranger l'équipement.
- Avoir une excellente écoute pendant les explications.
- Faire des passes sur le terrain.
- Les premiers à s'asseoir et être à l'écoute.
- Aider, ex.: Attacher les lacets, placer le dossard d'un ami.
- Bon esprit sportif:
 - Accepter de se faire taguer
 - Être honnête
 - Dire un commentaire positif
- Un élève qui s'est amélioré.
- Une performance sportive, exemple: Le plus grand nombre de sauts à la corde chez les garçons/filles, un élève qui attrape souvent le ballon au dodgeball, etc.

Quand donner une pièce d'or?

Important: Un élève n'a pas le droit de demander pour une pièce d'or, ex.: "As-tu vu? J'ai rangé un ballon qui n'était pas à moi...."

- On peut donner une pièce d'or à n'importe quel temps pendant le cours. C'est une excellente façon de clôturer le cours en disant à la classe qui a une pièce d'or et pour quelle raison.
- De temps à autre, l'enseignant peut demander aux élèves: «Qui voudrait nommer un ami qui mériterait une pièce d'or et pourquoi?»
- Il n'est pas toujours nécessaire de l'annoncer à la classe mais il est évident que cela à plus d'impacte.

- Il n'est pas nécessaire de donner des pièces d'or à chaque cours, mais il est important de ne pas sauter plusieurs cours si on veut que le système fonctionne.
- On peut donner une pièce d'or à toute la classe lorsqu'on est très impressionné ex.: Au début de l'année, tous les élèves de la maternelle qui ont eu un bon comportement reçoivent une pièce d'or; une classe qui a amélioré son comportement, etc.
- Il est important de pas toujours donner une pièce d'or pour la même raison. De cette façon, les élèves ne savent pas à quoi s'attendre et doivent travailler plusieurs aspects de leur comportement.
- Il est possible de gagner plus d'une pièce d'or par cours.

Que fait-on avec toutes ces pièces d'or?

- À la fin du cours, les élèves les apportent en classe, les donnent à leur titulaire. Celui-ci les placent dans un bocal, coffre, etc.
- À tous les deux mois, on compte les pièces d'or et les classes qui en ont le plus gagnent un prix, exemple:

Mat.-1 - 2 ^e année ⇒	Un jeu du midi de 30 minutes (en ont pas habituellement)
(11 classes)	
3 ^e - 4 ^e - 5 ^e année ⇒	Un jeu du midi de 30 minutes de plus que les autres, un
(7 classes)	cours d'éducation physique en surplus de 30 minutes.

Moyenne de 3 classes par niveau.

- Il est important de cibler un niveau différent à chaque 2 mois, car on donne plus de pièces d'or aux plus jeunes pour la raison qu'il y a plus d'apprentissage à faire au niveau du comportement, ex.: Le mois d'octobre, les maternelles et les 3^e années sont ciblées. La classe de maternelle qui a le plus de pièces d'or se mérite un jeu du midi. La classe de 3^e années gagne un jeu du midi et un cours de 30 minutes. Dans deux mois, on peut cibler les 1^{ère} années et les 4^e années.
- À notre école, on donne des pièces d'or lors des cours de musique et d'éducation physique et on a vu un changement très positif au niveau du comportement. Accompagné du carnet de suivi (carnet de comportement avec des étapes), c'est un système gagnant pour nous et pour nos élèves!

Anne Louise Dubé

Enseignante d'éducation physique

Mesures disciplinaires
cours d'éducation physique et musique

Cours d'éducation physique	Infractions	Cours de musique
<p align="center">Étape 1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestion de classe habituelle 	1^{ière}	<p align="center">Étape 1</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gestion de classe habituelle
<p align="center">Étape 2</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'élève sera retiré sur le banc pour la durée maximale d'un cours d'éducation physique. - Lettre envoyée aux parents 	2^{ème}	<p align="center">Étape 2</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'élève devra reprendre son temps à la petite récréation et il sera retiré pour le reste du cours de musique si nécessaire. - Lettre envoyée aux parents
<p align="center">Étape 3</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'élève sera retiré au local de l'intervenante pour la durée maximale de 2 cours d'éducation physique. - Un appel aux parents sera fait par l'enseignante titulaire ou par l'enseignante d'éducation physique selon la situation. 	3^{ème} Avertissement <hr/> 4^{ème}	<p align="center">Étape 3</p> <ul style="list-style-type: none"> - L'élève devra reprendre son temps à la grande récréation et il sera retiré pour le reste du cours de musique si nécessaire. - Un appel aux parents sera fait par l'enseignante titulaire ou par l'enseignante d'éducation physique selon la situation.
<p align="center">Étape 4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Retenue après l'école pour une durée de 30 minutes. - Travail à compléter avant de retourner au cours d'éducation physique. - La direction informera les parents. 	5^{ème} Avertissement <hr/> 6^{ème}	<p align="center">Étape 4</p> <ul style="list-style-type: none"> - Retenue après l'école pour une durée de 30 minutes. - Travail à compléter avant de retourner au cours de musique. - La direction informera les parents.
<p align="center">Étape 5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Retenue après l'école pour une durée de 1 heure. - Travail à compléter avant de retourner au cours d'éducation physique. - Rencontre avec les parents, la direction, le titulaire et l'enseignante d'éducation physique si nécessaire. 	7^{ème} Avertissement <hr/> 8^{ème}	<p align="center">Étape 5</p> <ul style="list-style-type: none"> - Retenue après l'école pour une durée de 1 heure. - Travail à compléter avant de retourner au cours de musique. - Rencontre avec les parents, la direction, le titulaire et l'enseignante de musique si nécessaire.
<p align="center">Étape 6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Référence à l'équipe stratégique (plan d'action) 	9^{ème} Avertissement <hr/> 10^{ème}	<p align="center">Étape 6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Référence à l'équipe stratégique (plan d'action)

Signature de l'élève : _____

Signature d'un parent : _____

Date : _____

Nom de l'élève : _____

Classe titulaire : _____

Infractions	Cours d'éducation physique	Date	Commentaires
1 ^{ière}	<p style="text-align: center;">Étape 1</p> <p>- Gestion de classe habituelle</p>		
2 ^{ième}	<p style="text-align: center;">Étape 2</p> <p>- Retiré sur le banc pour la durée maximale d'un cours d'éducation physique. - Lettre envoyée aux parents.</p>		
3 ^{ième}	Avertissement		
4 ^{ième}	<p style="text-align: center;">Étape 3</p> <p>- Retiré au local de l'intervenante pour la durée maximale de 2 cours d'éducation physique. - Un appel aux parents sera fait par l'enseignante titulaire ou par l'enseignante d'éducation physique selon la situation.</p>		
5 ^{ième}	Avertissement		
6 ^{ième}	<p style="text-align: center;">Étape 4</p> <p>- Retenue après l'école pour une durée de 30 minutes. - Travail à compléter avant de retourner au cours d'éducation physique. - La direction informera les parents.</p>		
7 ^{ième}	Avertissement		
8 ^{ième}	<p style="text-align: center;">Étape 5</p> <p>- Retenue après l'école pour une durée de 1 heure. - Travail à compléter avant de retourner au cours d'éducation physique. - Rencontre avec les parents, la direction, le titulaire et l'enseignante d'éducation physique si nécessaire.</p>		
9 ^{ième}	Avertissement		
10 ^{ième}	<p style="text-align: center;">Étape 6</p> <p>- Référence à l'équipe stratégique (plan d'action)</p>		

École Communautaire Cité de l'Amitié
1300, avenue St-Joseph Bathurst, NB E2A 3R5
Tél: 506-547-2775

Fiche de suivi

Aujourd'hui le _____, _____ a démontré un comportement inapproprié : _____, qui a nuit à l'enseignement du cours d'éducation physique. Ceci est pour vous aviser que votre enfant est rendu à l'étape 1 du plan disciplinaire des classes des spécialistes. (voir le tableau ci-dessous) Veuillez s.v.p. réviser avec votre enfant les règlements du code de vie de la classe d'éducation physique qui se trouvent à l'endos de cette feuille. J'apprécie votre aide et je suis convaincue que votre enfant peut s'améliorer. Merci de votre collaboration.

Plan disciplinaire - classes des spécialistes

Date	Cours d'éducation physique
	Étape 1 - Retiré sur le banc pour la durée maximale d'un cours d'éducation physique. - Lettre envoyée aux parents.
	Étape 2 - Retiré au local de l'intervenante pour la durée maximale de 2 cours d'éducation physique. - L'élève devra faire un travail de réflexion lors de sa retenue. - Une communication aux parents sera faite par l'enseignante d'éducation physique.
	Étape 3 - Retenue après l'école pour une durée de 30 minutes. - Travail à compléter avant de retourner au cours d'éducation physique. - La direction informera les parents.
	Étape 4 - Retenue après l'école pour une durée de 1 heure. - Travail à compléter avant de retourner au cours d'éducation physique. - Rencontre avec les parents, la direction, le titulaire et l'enseignante d'éducation physique si nécessaire.
	Étape 5 - Référence à l'équipe stratégique (plan d'action)

 Signature de l'enseignante

 Signature des parents

Code de vie



J'ai mon habit.



Je respecte les autres.



**Je suis en position
d'écoute.**



Je suis les directives.



Je fais de mon mieux.



**J'ai un bon esprit
sportif.**

Expression

Chasse à l'extraterrestre avec une caméra

Niveau: M - 2e année

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.7.1 Représenter des idées ou exprimer des faits en exploitant différentes séquences de mouvements seul ou en groupe.

Matériel: Cerceaux, matelas, matériel divers

Organisation: Placer un objet à un bout de gymnase qui représente l'extraterrestre. Placer des cônes ou soucoupes qui serviront de lumières qu'il ne faut pas traverser sinon, danger! (voir photo)

Mise en situation: Il y a un E.T. qui a atterri dans la forêt près de l'école et nous avons besoin de personnes braves pour prendre des photos. Il ne faut surtout pas faire de bruit car l'E.T. peut entendre 100 kms à la ronde!

L'enseignant raconte une histoire et les élèves miment ce qui est dit. L'enseignant est le chef de l'excursion et mime lui aussi.

Voici différentes situations à mimer:

- se faire réveiller par un coup de téléphone nous apprenant la nouvelle.
- s'habiller / se préparer pour l'aventure.
- se placer en ligne comme des soldats tandis que l'enseignant fait une inspection (dos droit, être sérieux, etc.)
- les élèves suivent l'enseignant pour se rendre à l'E.T. en prenant différents chemins:
Chemin 1: grimper une falaise (espalier)
Chemin 2: marcher sur les pierres (cerceaux) dans une rivière
Chemin 3: ramer en bateau (crash mat), tomber en bas, nager à la rive.
- passer par la forêt des couleurs (parachute sur buts placés face à face)
- pour attendre les autres, les premiers peuvent faire un feu et on peut se faire des guimauves.

- l'enseignant peut aussi faire des sons d'animaux (ex.: hibou) et dire: "Baissez-vous!" "Est-ce l'E.T.?" Les élèves répondent: "Non c'est un hibou." etc...

A chaque fois un chemin franchi, on rampe sur le ventre pour se rendre proche de l'E.T. sans qu'il nous aperçoive, on essaie de prendre des photos et l'enseignant crie: "Ah non! Il nous voit! Il nous poursuit!" Tous les élèves affolés courent à la maison. Rendu à la maison, l'enseignant appelle son supérieur pour savoir par quel chemin passer la prochaine fois. Vers la fin de l'aventure, on a comme plan de tous se séparer et choisir un chemin pour se rendre à l'E.T.

Variante: Un élève joue le rôle de l'E.T. (il doit mimer ce que l'enseignant dit: "L'E.T. se réveille, pèse des boutons, se promène dans son vaisseau spatiale.")



Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Expression

Le directeur de cinéma

Niveau: 1e et 2e année

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.7.1 Représenter des idées ou exprimer des faits en exploitant différentes séquences de mouvements seul ou en groupe.

Matériel: Musique

Description de l'activité:

L'enseignant explique aux élèves qu'il va donner une mise en situation comme un directeur avec ses acteurs. Ceux-ci doivent imiter la situation décrite en suivant la musique. Afin d'avoir un meilleur contrôle, ramener les élèves proches de l'enseignant pour les explications de chaque mise en situation. Une fois l'explication de la mise en situation terminée, leur demander de maintenir la position statue jusqu'à temps que la musique débute.

Exemples:

1. Vous êtes des poules qui chantent et dansent. (In the Mood / Chickens)
2. Nous sommes en retard et on doit se dépêcher.(Yakety Sax/Boots Randolph)
3. Vous êtes une voiture qui se promène. Lorsque la musique arrête, la voiture arrête. (Frantic Freeway/Spike Jones)
4. Vous êtes un bébé éléphant qui se promène dans la jungle * suivre le rythme de la musique. (Baby Elephant Walk/Henry Mancini)
5. Vous êtes un monsieur de bonne humeur qui se promène en sifflant dans son village. À chaque fois qu'il rencontre quelqu'un, il les salut en levant son chapeau. (The Whistling Colonel / Leon Redbone)

6. Vous êtes le champion mondial de karaté qui est venu donner une démonstration à l'école. (Popcorn / Crazy Frog)
7. Les "Show-offs" (se trouver meilleur que les autres)-
Filles: Vous pensez que vous êtes la plus belle fille et la plus intelligente de l'école.
Garçons: Vous pensez que vous êtes le plus cool et le plus fort de l'école.
(Green Onions / Booker T. & The MG's)
8. Vous êtes un voleur dans la nuit. Shut! Il faut surtout pas faire de bruit! (La Panthère rose/ Henry Mancini)
9. Vous marchez dans une parade, vous pouvez jouer un instrument de musique.
(The Washington Post / John Philip Sousa)
10. Tu es un espion. (James Bond Theme / John Barry)
11. Choisir une musique et leur dire de l'interpréter à leur façon. Il faut se servir de notre imagination.

Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Expression

Les animaux sous la tente

Niveau: M, 1, 2e année

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.7.1 Représenter des idées ou exprimer des faits en exploitant différentes séquences de mouvements seul ou en groupe.

Matériel: Un parachute

Description de l'activité:

- Diviser la classe en 4 familles d'animaux en alternant à chaque élève (ex.: serpent, singe, tortue, poule). Faire la tente avec les élèves (voir le jeu des sculptures). L'enseignant nomme un nom d'animal, ex.: les serpents, et ceux-ci doivent se promener pour quelques secondes dessous la tente. Au signal, les serpents retournent à leur même place et c'est le tour d'une autre famille, etc. On essaie de tous prendre notre tour avant que le parachute se dégonfle.

N.B.: Lorsqu'il se dégonfle, les élèves avancent un peu vers le centre pour faire monter le toit.

Variante: Pour la 2e partie, donner des numéros de 1 à 4 en alternant à chaque élève. Lorsque l'enseignant nomme un numéro, ces élèves imitent un animal de leur choix et les spectateurs essaient de deviner les animaux imités.

Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Expression

Les sculptures

Niveau: 3, 4, 5 année

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.7.1 Créer ou traduire des séquences de mouvements avec ou sans déplacement.

Matériel: Un parachute

Description de l'activité:

- Pratiquer la classe à faire "la tente" avec le parachute: Position accroupi, à Go, lever le parachute au dessus de la tête, prendre un pas vers l'avant, passer le parachute derrière nous et s'asseoir sur les bords du parachute afin d'empêcher l'air de sortir. Les élèves se trouvent maintenant à l'intérieur de la tente. Si tous les élèves avancent un peu vers le centre, le toit de la tente va devenir plus haut. Nous appellerons la tente le musée.
- Diviser la classe en équipes d'environ 4 à 5 élèves en leur donnant un numéro.
- Au signal, tous les élèves font la tente (le musée) mais seulement les joueurs #1 entrent dans le musée. Les autres participants se placent à l'extérieur du parachute et doivent boucher les trous. Ils doivent compter lentement jusqu'à 10. Pendant ce temps, les joueurs #1 doivent faire une sculpture dessous le parachute. Ils doivent utiliser leur créativité et tous être connectés l'un à l'autre. Après le décompte de 10, les participants qui sont autour du parachute le lèvent au bout de leur bras, entrent dessous et visionnent la statue qui a été créée. Ensuite c'est le tour aux #2, etc.

Variante: Refaire le jeu mais faire un concours de la plus belle sculpture.

Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Expression

Tag chocolat

Niveau: M - 5 année

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.7.1 Représenter des idées ou exprimer des faits en exploitant différentes séquences de mouvements seul ou en groupe.

Matériel: Dossards

Description de l'activité:

- Désigner un élève qui sera le soleil (tagueur). Tous les autres élèves sont des bonbons de chocolats. Lorsqu'un bonbon se fait taguer par le soleil, il doit fondre en 6 secondes en comptant 1 chocolat, 2 chocolats, 3.... jusqu'à 6. Si un autre bonbon le touche avant qu'il fonde complètement, il a été refroidi et il peut retourner au jeu. Par contre, si un bonbon fond complètement jusqu'à terre (6 chocolats), il devient un rayon du soleil et devient un tagueur. Jouer jusqu'à temps qu'il ne reste qu'un bonbon qui sera le vainqueur.

A NOTER: - Encourager les élèves de jouer de façon honnête.
- Pratiquer les élèves à fondre avant de débiter le jeu.

Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Expression

Les émotions

Niveau: M - 3e année

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.7.1 Représenter des idées ou exprimer des faits en exploitant différentes séquences de mouvements seul ou en groupe.

- Matériel:**
- Cônes
 - Pancartes avec dessins d'émotion
 - Musique

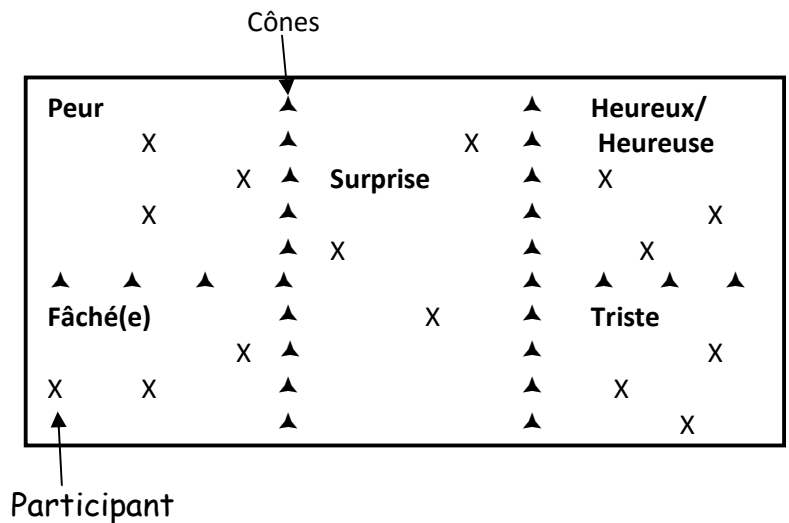
Description de l'activité:

- Diviser le gymnase (maison) en 5 sections (chambres). Les élèves doivent marcher, courir, sauter, danser au son de la musique. Quand elle s'arrête, ils doivent faire une statue représentant l'émotion de la chambre dans laquelle ils se trouvent. Ils recommencent au son de la musique.

Variantes:

- Changer les émotions
- Lorsque la musique arrête, exprimer l'émotion de façon verbale et physique.

Sécurité: Surveiller les collisions.



Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Expression

Improvisation

Niveau: 1e - 5e année

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: Cette activité est excellente pour les thèmes expression et coopération.

Matériel:

- 6 matelas 4 sections
- 6 couleurs de dossards (si possible)
- Musique
- Un chronomètre.

Description de l'activité:

- Faire un tournoi à la ronde pour 6 équipes. Voir les copies en annexe pour plus de précisions.

- L'enseignant donne un thème à mimer aux 2 premières équipes. Celles-ci auront de 35 à 40 secondes pour préparer leur improvisation. La première équipe désignée va sur l'arène et fait son improvisation pour 35 à 40 secondes. La 2e équipe passe immédiatement après.

Ex.: Verts contre jaunes, ce seront les verts qui joueront en premier.

- Ensuite, les 4 équipes qui n'ont pas joué votent pour l'équipe qui a fait la meilleure performance. Vous pouvez leur demander de voter avec la main ouverte pour les verts et le poing pour les jaunes, par exemple.

Pour un cours plus actif, voici ma façon préférée pour le vote: Pendant que je compte 1-2-3, les élèves vont se place derrière le tapis de l'équipe qu'ils jugent avoir fait la meilleure performance. À 3, les voteurs doivent se trouver derrière l'équipe de leur choix. Ces voteurs n'ont pas le droit de changer de tapis.

- Jouez de la musique pendant les caucus (plans). Les élèves des équipes qui ne font pas de caucus peuvent danser derrière leur tapis. Ils doivent se rasseoir sur leur tapis immédiatement après que la musique s'est arrêtée. Afin de motiver les élèves, faire un concours des meilleurs danseurs et dévoiler le garçon et la fille championne à la fin du tournoi.

Critères pour gagner: - Danser souvent
 - Originalité et créativité dans ses mouvements

Conseils:

- Ce tournoi ne prend que 2 à 3 cours. Je vous recommande de le faire à chaque année, afin que les élèves se sentent de plus en plus à l'aise et qu'il y ait une progression.
- Surtout avec les 1ères et 2e années, il est important de faire une démonstration (le thème de la maison hantée est excellent pour susciter l'intérêt).
- Si c'est nouveau pour vos classes, faire une démonstration de la 1ère à la 5e année.

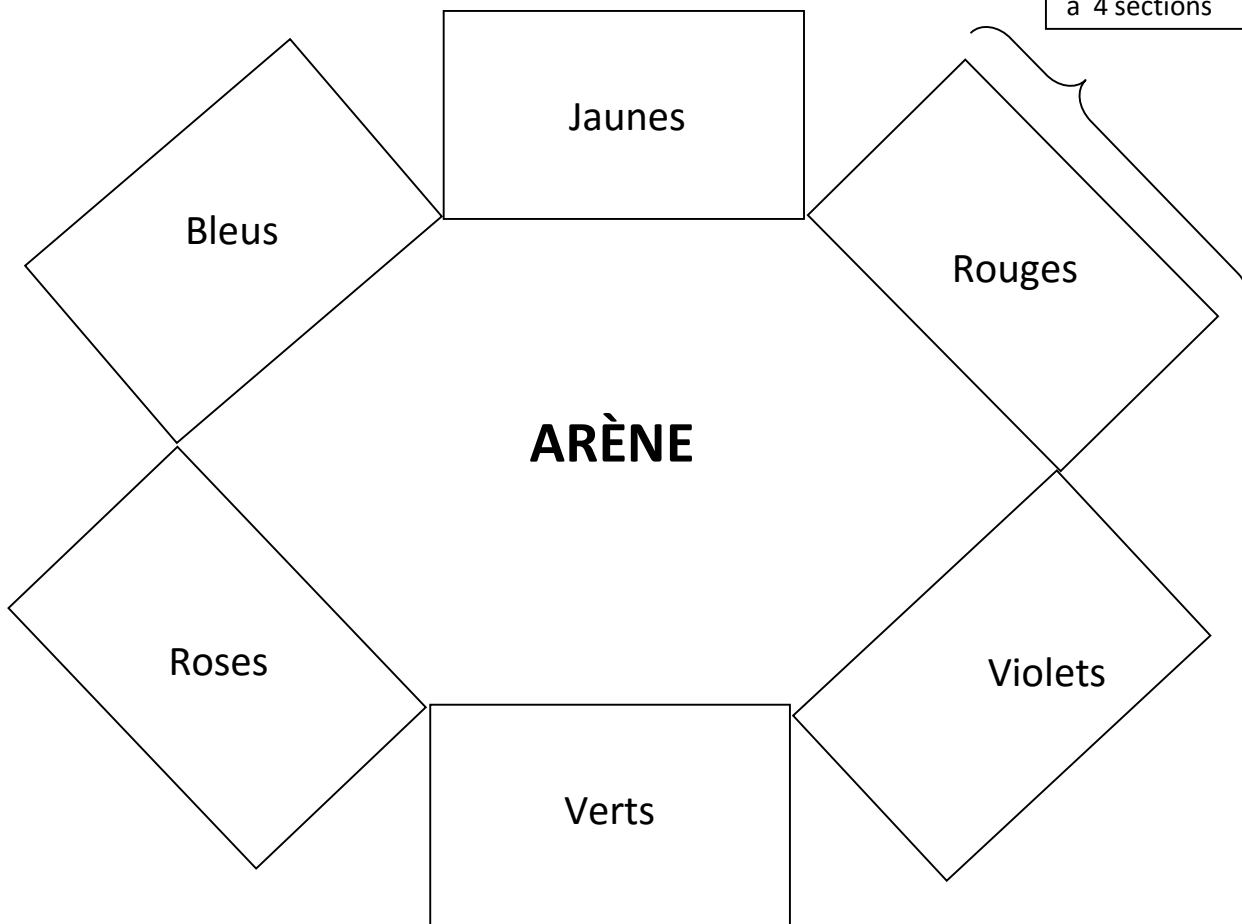
Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

DISPOSITION DU MATÉRIEL

V=Vert R=Rose
 Vi=Violet Rg=Rouge
 B=Bleu J=Jaune

Chaque matelas a 4 dossards et 4 paquets de soucoupes.

Petit matelas bleu à 4 sections



1. V-R 5. Rg-J
 2. Vi-Rg 6. R-B
 3. B-J 7. V-B
 4. Vi-V 8. J-Vi

9. Rg-R 13. V-Rg
 10. J-V 14. R-J
 11. B-Rg 15. B-Vi
 12. Vi-R 16. Finale

Pancartes des parties du tournoi. La 1ère équipe nommée est la première à faire son impro.
 ex.: Partie 1, les verts; partie 2, les violets, etc.

Improvisation

Directives et conseils

Faire de 6 à 8 équipes mixtes de 3 - 5 joueurs.

Pénalité = perte d'un vote:

- * Marcher sur les tapis ou sortir de l'arène
- * Parler en anglais
- * Mauvais langage (jurer, sexuelle, mots de toilette, etc)
- * Ne pas respecter le thème
- * Parler lorsqu'il y a quelqu'un sur l'arène
- * Geste vulgaire
- * Élève qui ne participe pas
- * Rudesse (geste dangereux)

Choses à se rappeler (danser derrière tapis)

- * Concours de meilleur danseur
- * Tâches: D.J. et chronométreur (4e et 5e année)
- * Finale des meilleures équipes
- * Mots magiques: "Votre vote". À ce moment les élèves démontrent leur vote. Ils ont seulement le droit de voter pour une équipe.

Conseils:

- * Parler fort
- * Utiliser son corps
- * Être à l'écoute des autres
- * Ne pas avoir peur d'exagérer quelquefois
- * Une personne à la fois qui parle
- * Pas toujours la même personne qui parle
- * Varier ses gestes

Groupe: _____

Improvisation - 6 équipes

Encercler les parties gagnées:

- | | | | | |
|------------|-----------|-----------|------------|------------|
| 1. V - R | 4. VI - V | 7. V - B | 10. J - V | 13. V - RG |
| 2. VI - RG | 5. RG - J | 8. J - VI | 11. B - RG | 14. R - J |
| 3. B - J | 6. R - B | 9. RG - R | 12. VI - R | 15. B - VI |

Points:

V = Verts: _____

RG = Rouges: _____

VI = Violets: _____

R = Roses: _____

B = Bleus: _____

J = Jaunes: _____

Meilleurs danseurs: _____

(encercler les 2 gagnants) _____

Équipes gagnantes:

1. _____

2. _____

3. _____

Thème d'improvisation 1ère année
(caucus - 35 sec. / impro. - 35 sec.)

1. Jofou se prépare le matin avant d'aller à l'école
2. Les charpentiers construisent une maison
3. On fait un jardin et les plantes poussent
4. On travaille dans un garage (mécanicien)
5. On fait l'épicerie
6. La partie de soccer
7. On doit marcher dans une tempête de vent pour se rendre à l'école
8. On doit marcher dans de la boue très creuse pour se rendre au trésor
9. On doit marcher sur le sable très chaud à la plage pour se rendre à la mer
10. Le magicien nous transforme en petits animaux
11. Les oiseaux partent en voyage (voler)
12. Les bébés s'amuse lorsque la gardienne est partie
13. Inventer
14. Inventer
15. Inventer

Demi finale: Les pompiers doivent éteindre un feu

Finale: Les petites souris sont amies avec les gros éléphants

Thème d'improvisation 2e année
(caucus - 35 sec. / impro. - 35 sec.)

1. On est fâché, quelqu'un a volé nos bonbons (fâché)
2. On est content, nous avons gagné un IPAD! (content)
3. On est triste, notre poisson rouge est mort (triste)
4. Il y a une moufette dans notre garage! (peur)
5. Le conflit entre des amis (fâché)
6. Je suis content, demain c'est ma fête! (content)
7. L'atterrissage des avions à l'aéroport
8. Les abeilles volent de fleur en fleur pour boire le nectar
9. Le feu de circulation et les voitures
10. La course entre les lièvres et les tortues
11. Les cours de batterie (drum)
12. Les cours de danse
13. Le magicien nous transforme en différentes émotions (fâché, triste, etc.)
14. Le safari de photographes dans la jungle
15. On doit travailler dans un zoo

Demi finale: Inventer ou Le voyage

Finale: Inventer ou La visite chez le dentiste

Thème d'improvisation 3e année
(caucus - 40 sec. / impro. - 40 sec.)

1. La fée des dents m'a seulement donné 2 sous
2. La pêche
3. L'hôpital
4. La découverte des oranges bleues
5. Les animaux se sont échappés du zoo
6. L'original qui parle
7. L'enseignant fou
8. Le policier voleur
9. Le voyage
10. Un gros chien m'a mordu
11. Le trésor
12. Je ne veux pas manger d'épinards
13. Objet (cône)
14. Objet (témoin)
15. Objet (matelas 2 sections)

Demi finale: La petite soeur tannante!

Finale: Le cirque

13, 14 et 15 (impro. objet):

1. L'objet fait partie de l'impro. mais doit être représenté de façon créative, ex.: un cône peut être un chapeau de sorcière. Le cône peut devenir autre chose ou demeurer un chapeau de sorcière.
2. Pénalités:
 - Si l'objet représente sa vraie utilité.
 - Si les élèves se chamaillent pour l'objet.

Thème d'improvisation 4e année
(caucus - 40 sec. / impro. - 40 sec.)

1. Il y a un ver de terre dans ma pomme
2. Le concours de la plus grosse citrouille
3. Le dentiste fou
4. Les poules qui chantent (mimer sur musique: "In the mood"/chickens)
5. Les fiers-pêtes (mimer sur musique: "Green onions" de Booker T & the MG's)
6. Les cowboys sur leurs chevaux (mimer sur musique: "Bonanza" de Ray Evans et Jay Livingston)
7. Objet (corde à sauter)
8. Objet (petit cerceau)
9. Objet (bâton de polo)
10. Mes parents m'ont passé la voiture (chanter)
11. Une rencontre avec le directeur (chanter)
12. On a fini l'école (chanter)
13. Inventer une série de gestes rythmés
14. Inventer une série de gestes rythmés
15. Inventer une série de gestes rythmés

Demi finale: La manufacture de cloches à vache (mimer avec sons)

Finale: Un souper en amoureux dans un restaurant bruyant (mimer avec sons)

Finale: J'ai tombé dans la rivière avec mes vêtements (mimer avec sons)

Pénalité: Si les élèves parlent ou font du charabia (bla-bla-bla)

4, 5 et 6 (mimer sur musique):

Mimer sur musique. Pénalité si les élèves parlent.

7, 8 et 9 (impro. objet):

1. L'objet fait partie de l'impro. mais doit être représenté de façon créative, ex.: un cône peut être un chapeau de sorcière. Le cône peut devenir autre chose ou demeurer un chapeau de sorcière.

2. Pénalités:

- Si l'objet représente sa vraie utilité.
- Si les élèves se chamaillent pour l'objet.

10, 11 et 12 (chanter):

Les élèves peuvent chanter dans différents styles: Country, opéra, etc.
Pénalité s'ils parlent et ne chantent pas.

Thème d'improvisation 5e année
(caucus - 40 sec. / impro.- 40 sec)

1. Les espadrilles magiques
2. Le pirate et son perroquet
3. La mega vente de bas
4. Les olympiques ou inventer
5. Faire une annonce publicitaire ou inventer
6. Le mauvais vendeur ou inventer
7. Tyran (**dictionnaire:** n.m. Dictateur, dirigeant qui abuse de son autorité, personne autoritaire)
8. Volière (**dictionnaire:** n.f. Cage où l'on enferme les oiseaux)
9. Zizanie (**dictionnaire:** n.f. Discorde, dispute; semer la zizanie)
10. Le concours du plus drôle éternuement (**narration**)
11. Le cirque (**narration**)
12. La pilule magique (**narration**)
13. On est perdu dans la jungle (**langue étrangère**)
14. Le restaurant (**langue étrangère**)
15. Atterrissage du vaisseau spatial sur une planète lointaine (**langue étrangère**)

Semi finale: La forêt hantée

Finale: La potion d'amour

Thème en surplus: Le concours de la plus grosse citrouille

7, 8 et 9 (Impro. dictionnaire):

Inventer une impro. avec ce mot. Un vote de boni s'ils savent la vraie définition.

10, 11 et 12 (narration):

Un élève joue le rôle de narrateur et raconte une histoire. Les autres joueurs doivent faire ce que le narrateur dit.

Conseil: Le narrateur dit une phrase et laisse les acteurs bouger. Les acteurs doivent aussi donner la chance au narrateur de parler....

#13, 14 et 15 (langue étrangère):

Débuter l'impro. en parlant en français pour 10 sec., au coup de sifflet les élèves doivent faire comme s'ils parlent chinois, italien, etc. Changer à tous les 10 sec. Ça ressemble à ceci:

10 sec. - français

10 sec. - langue étrangère

10 sec. - français

10 sec. - langue étrangère

Note: L'anglais n'est pas une langue étrangère.

Pénalité s'ils parlent français lorsqu'ils devraient parler une langue étrangère ou vice versa.

IMPROVISATION

Thèmes supplémentaires

1ère année:

- On fait un gâteau
- Le nouveau petit chaton
- On écoute pas en classe
- La maison hantée
- L'éléphant multicolore

2e année:

- La visite chez le dentiste
- On est perdu dans la forêt (peur)
- J'ai tombé en faisant de la bicyclette
- Le cours d'obéissance pour les chiots
- Il pleut des bonbons (heureux)

3e année:

- J'ai faim
- Mon jouet préféré
- Le secret
- Mon frère a placé de la moutarde dans mon tube de pâte à dent.

4e année:

- C'est le jour du nettoyage de l'aquarium
- Grosse frayeur à la neige
- T'achète une voiture
- Le parachutisme
- Le chapeau magique
- Au cinéma
- Mon premier emploi
- Mémère a perdu son dentier
- Le laboratoire
- Le musée

5e année:

- Pour gagner de l'argent de poche, mon frère et moi, on s'occupe des chats du voisin.
- L'ascenseur est en panne.
- Sur la route des vacances, un troupeau de bloque le chemin.
- Je suis perdu en Italie et je cherche la gare.
- Ah non! C'est tante Géraldine qui visite!
- Es-tu vraiment mon ami?
- L'entrevue
- Le psychologue
- Une crème pour les boutons
- La demande en mariage
- Mémère au cours de yoga
- Le cheveux dans ma soupe
- T'exagère tout le temps!
- La mauvaise ou la bonne nouvelle
- Il l'ont dit aux nouvelles.
- Je trouve jamais rien au magasin!
- Prêt pas prêt, j'y vais

Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: Excellente activité pour aider à suivre un rythme (mentionné dans le programme en 2e et en 3e année).

Matériel:

- Un anneau de ringuette attaché au bout d'une corde à sauter
- Petit sac où le serpent dort (optionnel)
- Cercle (ligne de basket) qui servira comme l'assiette de Serge

Description de l'activité:

-L'enseignant tourne la corde autour de lui et les élèves doivent sauter par dessus. Si un élève accroche la corde, Serge le serpent l'a mangé et il doit aller s'asseoir sur le banc (estomac de Serge).

-Il est évident que vous pouvez raconter une histoire pour susciter l'intérêt: "Nous avons un invité spécial qui vient nous visiter. C'est un serpent dont son nom commence aussi avec la lettre S de serpent. Pouvez-vous deviner son nom? Sa nourriture préférée est des croquettes de 2e année! Je vais l'apporter pour une promenade autour de son assiette, vous devez sauter par dessus." "Pour son déjeuner, combien il en mange? Il me dit qu'il veut parler à Paul (l'enseignant rapproche l'anneau près de l'oreille de Paul.)" Celui-ci dit un chiffre, etc..

-On peut faire de la math.: "Serge mangera entre 5 et 10 croquettes, combien va-t-il en manger?"

-Lorsque le chiffre est atteint, on recommence un autre repas: - collation de la petite récré.; - dîner; - collation après la classe; - souper (il mange toute la classe sauf 1 qu'il gardera pour sa collation avant le dodo).

Variantes:

- Un à la fois, l'élève doit courir au travers de l'assiette de Serge sans se faire manger:
 - * Idem mais avec un saut
 - * Idem mais faire un "high five" à l'enseignant
 - * Idem mais faire un tour ou plus autour de l'enseignant
 - * Passer en dessous des jambes écartées de l'enseignant (super le fun!)
 - * Diviser la classe en 3 ou 4 équipes et faire un concours du plus grand nombre de tours (nombre de tours que Serge fait autour de son assiette avant de manger quelqu'un). Chaque équipe a 2 à 3 chances par ronde.
Math.: Faire 2 rondes et additionner les points cumulés.
 - * Martin le Colora (cousin à Serge)-(3e - 5e année): C'est un cerceau attaché au bout d'une corde. Un élève tourne et un élève essaie de sauter et atterrir les 2 pieds dans le cerceau. Excellente activité pour petits groupes de 4-6 élèves.

Adaptation par:

Anne Louise Dubé

Enseignante d'éducation physique

Expression

L'ambassadeur

Niveau: 2 - 5e année

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.7.1 Représenter des idées ou exprimer des faits en exploitant différentes séquences de mouvements seul ou en groupe.

Matériel: - 4 tapis de gymnastique
- Liste de mots

Description de l'activité:

-Diviser la classe en 4 équipes qui se placeront sur les tapis de gymnastique placés dans chaque coin du gymnase. Choisir un élève par équipe qui sera l'ambassadeur. Demander à ceux-ci de venir au centre du gymnase. L'enseignant leur donne tous le même mot à mimer en avant de leur équipe. Ils n'ont pas le droit de parler ni de pointer à des objets. Lorsqu'un joueur devine le mime, il devient le nouvel ambassadeur et doit aller au centre du gymnase voir l'enseignant. Il doit lui chuchoter le mot qu'il a deviné. Par la suite, l'enseignant lui donne le prochain mot de la liste à mimer. La première équipe à terminer sa liste est la gagnante.

Exemples de listes pour les niveaux 3 - 5e année: Catégories:

<u>Sports</u>	<u>Matériel du gymnase</u>	<u>Matériel de la classe</u>	<u>Catégorie ouverte</u> (n'importe quoi)
* Basketball	* Cône	* Gomme à effacer	* Hamburger
* Volleyball	* Cerceau	* Crayon	* Automobile
* Hockey	* Poutre	* Tablette électronique	* Fleur
* Soccer	* Corde à sauter	* Pupitre/chaise	* Planche à roulettes
* Curling	* Panier de basket	* Cahier	* Cuillère
* Ski de fond	* Raquette de badminton	* Tableau interactif	* Coeur
* Football	* Bâton de baseball	* Sac d'école	* Passer la tondeuse

Anne Louise Dubé
Enseignante

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.7.1 Créer ou traduire des séquences de mouvements avec ou sans déplacement.

Matériel:

- Cônes
- 3 tapis de gymnastique 4 sections attachés bout à bout
- Micro ou cône qui servira de micro

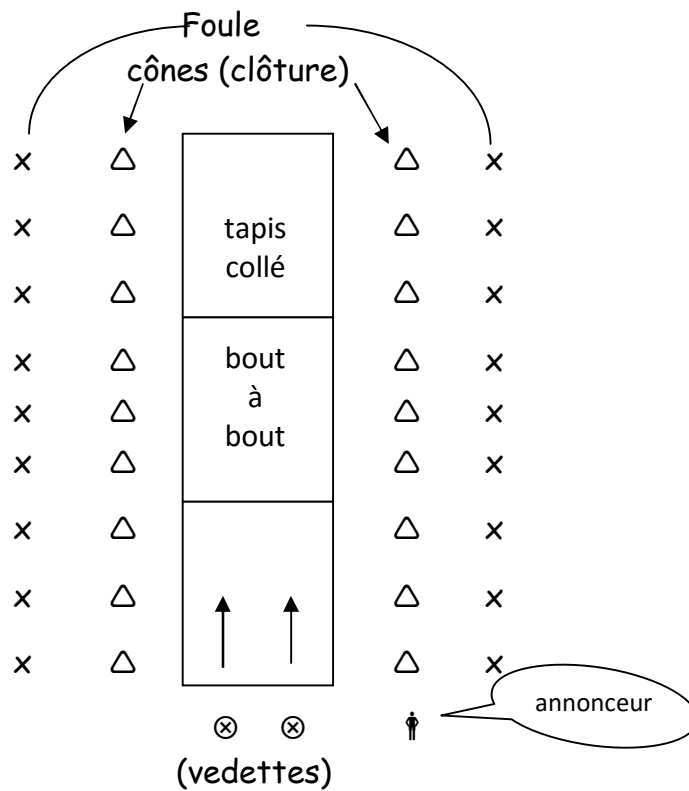
Description de l'activité:

- Placer les élèves en groupe de 2.

Mise en situation: Pouvez-vous me nommer des vedettes? Imaginez-vous que vous êtes une vedette qui arrive dans la ville de _____. Vous descendez de l'avion et vous devez passer sur le tapis rouge en avant de la foule qui a hâte de vous voir.

- Un élève fait l'annonceur et dit dans le micro: "Mesdames et Messieurs, je vous présente: _____ et _____." Par la suite, les 2 élèves se déplacent sur le tapis en enchaînant 2 mouvements, ex.: Joueur de hockey (patiner, ensuite imiter un lancer au but); danseur (pas chassés, ensuite une roulade). Encouragez les élèves d'être créatifs. Ils peuvent imiter des animaux, des monsieur muscles, des personnages animés, etc.

- Les autres élèves représentent la foule en délire et sont placés à un cône qui fait partie d'une clôture pour protéger les vedettes. Ces élèves sont placés en face de leur partenaire. Après que les 2 vedettes ont passé, celles-ci se placent aux derniers cônes du tapis (à l'autre bout de l'annonceur) et deviennent partie de la foule. Tous les élèves déménagent d'un cône et c'est le tour de 2 nouvelles vedettes.



- Progression: 1er passage sur le tapis rouge: Faire un mouvement.
 2e passage sur le tapis rouge: Enchaîner 2 mouvements.
 3e passage sur le tapis rouge: Ajouter un 3e mouvement

N.B.: Donner quelques minutes aux élèves de se préparer avec leur partenaire avant de débiter l'activité.

Adaptation par:
 Anne Louise Dubé
 Enseignante d'éducation physique

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.7.1 Créer ou traduire des séquences de mouvements avec ou sans déplacement.

Durée: 2 cours de 50 minutes.

Matériel:

- 2 bancs suédois	-4 matelas 4 sections
- 8 à 10 bâtons de ringuette	-4 affiches avec directives pour chaque mur

Description de l'activité:

- Placer les élèves en équipes de 3 à 4 participants.
- Placer une affiche avec une tâche à exécuter à chaque mur. Il faut prévoir du matériel pour deux équipes par mur. Désigner un chef pour chaque équipe qui aura la tâche de dire: "1, 2, 3 go" et de compter les temps.

Exemple:

Mur A - Exécuter quatre sauts ciseaux synchronisés.

Mur B - Créer un mouvement en utilisant les parties de corps et qui sera répété 4 fois, exemple: Frapper le pied droit par terre, ensuite le pied gauche, finir en frappant les mains ensembles. Faire ceci quatre fois.

Mur C - Créer une sculpture en se plaçant en équilibre sur un banc. Tous les participants doivent être connectés afin de former un tout. En plus, ils doivent tous être en contacte avec le banc. Il faut maintenir cette position pour 3 à 4 secondes.

Sécurité: Placer un matelas 4 sections chaque côté du banc.

Mur D - Chaque participant a un bâton de ringuette. L'équipe doit créer un mouvement à quatre répétitions en utilisant le bâton de ringuette. Exemple: Se placer à genoux, tenir le bâton horizontal dans les mains et frapper les bouts du bâton par terre en les alternant - 4 répétitions.

L'équipe doit trouver une façon originale pour se déplacer d'une station à l'autre, ex.: tous faire des pas chassés. En plus de ceci, l'équipe doit pratiquer le salut de la fin. Ils peuvent prendre l'exemple donné par l'enseignant: Se tenir les mains, lever les bras en l'air, les descendre et se pencher vers l'avant (salut traditionnel).

Organisation: Placer les équipes de sorte qu'il y a une à deux équipes par mur qui pratiqueront la tâche à accomplir. Les équipes changent après environ 4 minutes de pratique. Lorsque toutes les équipes auront fait la rotation des 4 murs, on peut faire une pratique générale où les équipes débutent tous au mur A, ensuite se déplacent une après l'autre au mur B et ainsi de suite, pour terminer avec le salut de la fin. Faire un spectacle où une équipe à la fois présente son numéro à la classe.

Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.7.1 Créer ou traduire des séquences de mouvements avec ou sans déplacement.

Durée: 1 à 2 cours de 50 minutes.

Matériel:

- Ballons/cerceaux	- cheval/matelas 4 sections
- Serge le serpent	- 5 cônes avec feuilles de directives pour chaque station
- Wedge/matelas 4 sections	
- Bâtons rythmiques	

Description de l'activité:

- Placer les élèves en équipes de 3 à 5 participants.
- Préparer 5 stations avec une tâche à pratiquer en équipe.

Exemple:

Station 1 - Chaque élève a un ballon et ils doivent dribbler le ballon 4 fois de façon synchronisée ou faire 4 échanges de ballon entre eux. Ils peuvent mettre leur touche personnelle et être créatifs.

Station 2 - Un élève tourne Serge le serpent autour de lui (longue corde avec un anneau de ringuette attaché au bout) et les autres exécutent 4 sauts au-dessus de la corde.

Station 3 - Chaque élève exécute une roulade avant sur un wedge en éponge. Lorsque toute l'équipe a terminé, le groupe fait le cri de l'école.

Station 4 - Chaque élève a 2 bâtons rythmiques. Exécuter un mouvement à 4 répétitions avec les bâtons rythmiques.

Station 5 - Chaque élève doit faire le même saut en bas du cheval et par la suite exécuter une posture. Il est important de choisir un saut que tous les équipiers peuvent faire. Les élèves gardent leur posture jusqu'à temps que tous les équipiers sont en posture. Finir avec un salut.

L'équipe doit trouver une façon originale pour se déplacer d'une station à l'autre, ex.: tous marcher ensemble comme des poules. Lorsque les élèves ont suffisamment pratiqué, ils présentent leur spectacle à la classe.

Organisation: Placer les équipes de sorte qu'il y a une à deux équipes par station qui pratiqueront la tâche à accomplir. Les équipes changent après environ 4 minutes de pratique. Lorsque toutes les équipes auront fait la rotation des 5 stations, on peut faire une pratique générale où les équipes débutent tous à la station 1, ensuite se déplacent une après l'autre à la station 2 et ainsi de suite, pour terminer avec le salut de la fin. Faire un spectacle où une équipe à la fois présente son numéro à la classe.

Variante: La super routine II

Station 1 - Remplacer les ballons par des cerceaux.

Station 2 - Serge le serpent: Ajouter un élément de difficulté choisi par l'équipe, tel que frapper des mains à chaque fois que l'on saute, ou sauter en se déplaçant, etc.

Station 3 - Wedge: Faire un changement ex.: Faire une roulade arrière au lieu de la roulade avant ou modifier le cri de l'école.

Station 4 - Bâtons rythmiques: Ajouter un autre mouvement à 4 répétitions (donc, il y aura 2 mouvements à 4 répétitions).

Station 5 - Saut: Faire un changement, ex.: Changer le saut ou la posture ou le salut à la fin.

Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Manipulation

La machine à popcorn

Niveau: M - 2e année et plus

R.A.G.: 1. Démontrer les habiletés physiques et motrices appropriées à son stade de développement et en relation avec son environnement.

R.A.S.: 1.3.1 Coordonner ses actions dans la manipulation d'objets.

Matériel: Boite avec beaucoup de balles légères

Durée: 10 - 15 minutes

Description de l'activité:

Placer la boîte de balles au centre du gymnase et choisir 2 élèves qui feront partie de la machine à popcorn. Au signal, les élèves lancent les balles une à la fois (popcorn qui éclate). Les autres élèves doivent courir ramasser les balles et les ramener dans la boîte.

Excellente activité d'échauffement. Changer les élèves de la machine après environ 60 secondes.

Sécurité: Il est interdit d'empêcher les élèves de lancer les balles ou de les replacer dans la boîte.

Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Manipulation

Les défis de construction

Niveau: 1 - 5 année

R.A.G.: 1. Démontrer les habiletés physiques et motrices appropriées à son stade de développement et en relation avec son environnement.

R.A.S.: 1.3.1 Coordonner ses actions dans la manipulation d'objets.

* Cette activité peut rejoindre le R.A.S. de coopération pour les plus vieux.

Matériel: Au choix, exemple:

- 18 jumbo speedstacks (3x6)
- 36 speedstacks (3x12)
- 9 toutous beabag ou sacs de fèves (3x3)
- 12 cerceaux (3x4)
- 8 à 10 photos de sculptures créées avec le matériel ci-haut

Description de l'activité:

Diviser la classe en 3 équipes et leur donner chacune 6 jumbo speedstacks, 12 speedstacks, 3 toutous et 4 cerceaux. L'enseignant démontre une photo d'une sculpture qui a été créée avec le matériel et les équipes essaient de la reproduire le plus rapidement possible.

Lorsqu'une équipe a terminé, elle s'assoit derrière sa sculpture et l'enseignant peut aller vérifier la sculpture. L'équipe qui relève le défi en premier, gagne un point.

Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Manipulation

Les déménageurs

Niveau: 1ère et 2e année

R.A.G.: 1. Démontrer les habiletés physiques et motrices appropriées à son stade de développement et en relation avec son environnement.

R.A.S.: 1.3.1 Coordonner ses actions dans la manipulation d'objets.
* Cette activité peut rejoindre le R.A.S. de coopération pour les plus vieux.

Matériel: Matériel d'éducation physique divers tel que matelas, banc, cônes, ballon suisse, quilles, Speedstacks, cerceaux, etc.

Durée: 4 - 5 minutes

Description de l'activité:

Cette activité se déroule sous forme de centre d'apprentissage pour un groupe de 3 à 5 élèves. L'enseignant crée une structure avec du matériel d'éducation physique. L'enseignant explique aux élèves qu'il est le patron et ils sont les employés de sa compagnie de déménagement. Ils ont été embauchés pour déménager tout l'équipement d'un bout à l'autre du gymnase. Attention! Ils seront seulement payés s'ils sont capables de tout déménager l'équipement à destination et le replacer exactement comme il était avant le déménagement.

Conseil: Prendre une photo et les élèves pourront s'y référer, au besoin.



Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Manipulation

Les déménageurs de pyramides

Niveau: M-1-2e année

R.A.G.: 1. Démontrer les habiletés physiques et motrices appropriées à son stade de développement et en relation avec son environnement.

R.A.S.: 1.3.1 Coordonner ses actions dans la manipulation d'objets.

Matériel:

- Une planche à roulettes pour chaque élève
- Speedstacks pour faire 10 à 12 pyramides de 6
- Un banc suédois

Durée: 4 minutes

Description de l'activité:

- Placer 10 à 12 pyramides de 6 speedstacks sur un banc suédois ou sur une ligne.
- Placer un banc ou déterminer une ligne à l'autre bout du gymnase.
- La reine Néfertiti de l'Égypte a décidé de déménager toutes ses pyramides à l'autre bout du désert et elle a demandé aux plus grands experts déménageurs de l'aider.
- Cette activité se déroule très bien en centre d'apprentissage (station) de 4 - 6 élèves.
- Les élèves doivent construire une pyramide de 6 speedstacks sur une planche à roulettes et la déménager d'un bout à l'autre du gymnase. Si elle tombe, il faut tout simplement la réparer avant de poursuivre sa route.
- Si les élèves réussissent le défi, ils peuvent jouer librement avec leur planche à roulettes pour célébrer leur succès!
- La prochaine équipe qui arrivera au centre devra déménager les pyramides de l'autre sens.

Variante: Si vous avez une grosse planche à roulettes et des jumbo speedstacks, vous pouvez ajouter une pyramide géante à déménager.



Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Manipulation

Les chasseurs de dragons

Niveau: M - 5e année

R.A.G.: 1. Démontrer les habiletés physiques et motrices appropriées à son stade de développement et en relation avec son environnement.

R.A.S.: 1.3.2 Coordonner ses actions dans la projection d'objets.

Matériel:

- 4 cônes
- 4 cerceaux
- 4 anneaux de ringuette
- 25 à 30 quilles (dragons)

Description de l'activité:

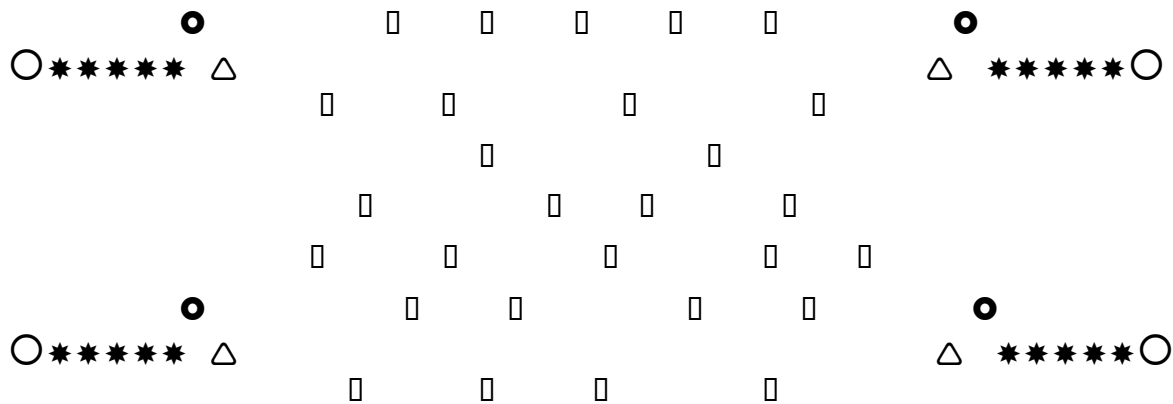
- Diviser la classe en quatre équipes et les placer derrière un cône dans chaque coin du gymnase. Placer un cerceau derrière chaque équipe qui servira de cage à dragon. Disperser une trentaine de quilles (dragons) debout dans le gymnase.
- Dire aux élèves que les dragons se sont échappés du zoo et il faut vite les capturer afin qu'ils ne mettent pas le feu à l'école.
- Cette activité se déroule sous forme de relais, donc un élève à la fois pousse un anneau de ringuette (arme pour chasser les dragons) avec son pied. Lorsqu'il juge d'être assez proche d'un dragon, il donne un coup de pied sur l'anneau afin que celui-ci frappe le dragon et le fait tomber. Par la suite, l'élève laisse l'anneau par terre, ramasse le dragon et court taper la main de son prochain équipier, qui partira chasser à son tour.
- Il faut placer les dragons capturés dans le cerceau (cage) derrière son équipe. Lorsqu'il ne reste plus de dragons à chasser, l'équipe qui en a capturé le plus est la gagnante.

Variante pour les 3, 4 et 5e années:

- Une fois que le chasseur juge d'être assez proche d'un dragon, seulement donner le droit à un coup avec le pied pour chasser le dragon. S'il ne réussit pas, il retourne les mains vides.

- Un chasseur aveugle (avec bandeau) se fait guider par un ami. Celui-ci n'a pas le droit de toucher le chasseur aveugle sauf pour le protéger.

△ = cône
 ○ = cerceau
 ● = anneau
 * = chasseurs
 □ = quille



Anne Louise Dubé
 Enseignante d'éducation physique
 (Merci à Alain Vienneau pour le jeu)

Scénario d'apprentissage : Les citrouilles d'Halloween 1 Nom : Vanessa Gionet et Anne Louise Dubé

Thème : Coopération-Opposition

Niveau : M-1-2

Temps prévu : 30 minutes

Résultats d'apprentissage

RAG - 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action
RAS - 2.6.1. Réagir aux actions des coéquipiers et des adversaires
RAT - Communication

Matériel nécessaire

- Un gros matelas de saut en hauteur (crash mat)
- 10 dossards rouges
- 1 dossard d'une autre couleur
- 8 cônes

Contenu d'apprentissage

Tâches évaluatives observables

Déplacement du corps dans l'espace

Se déplace dans l'espace libre pour s'éloigner des tagueurs

Consignes de sécurité

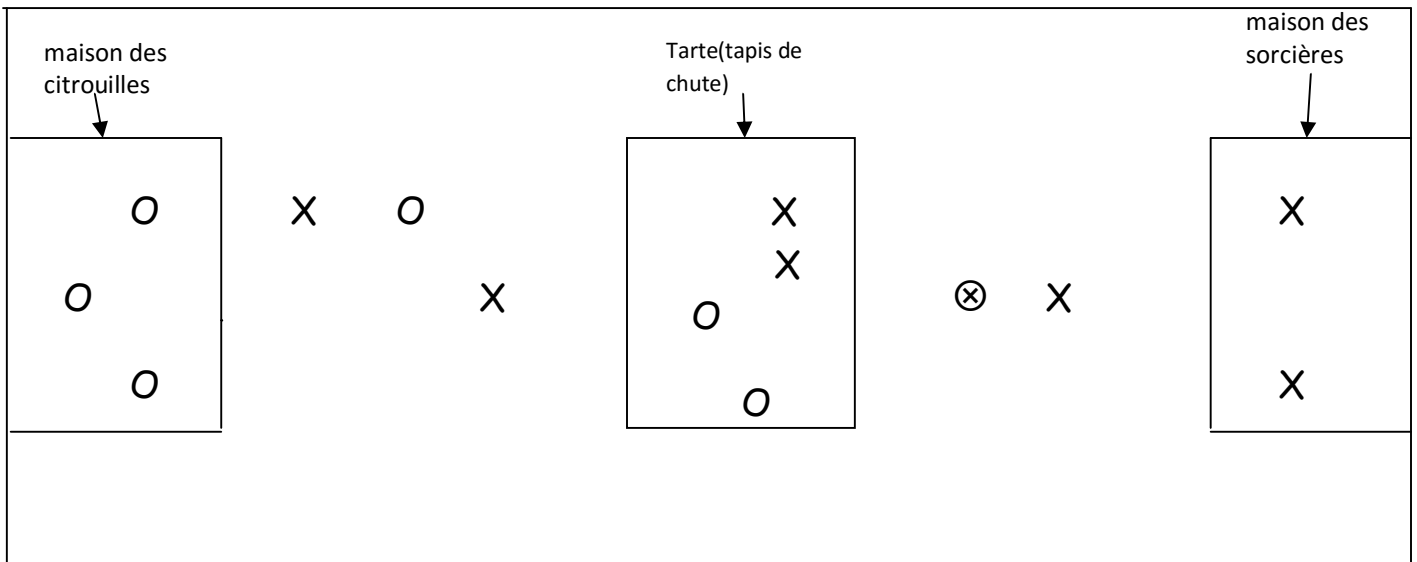
Éviter les blessures.
Garder la tête haute, plusieurs personnes se déplacent en même temps.
Demeurer en position assise sur le matelas lorsque tagué.

Amorce	Tâches particulières	Retour
<p>Mise en situation</p> <p>Les sorciers et les sorcières veulent capturer les citrouilles afin de faire une tarte pour servir à leurs invités lors de leur fête d'Halloween. Le fantôme est l'ami des citrouilles et il est invincible.</p>	<p>Les citrouilles de l'Halloween</p> <p>Les élèves sont divisés en deux groupes; les citrouilles et les sorcières. Chaque équipe a une maison à chaque bout du gymnase où ils ne peuvent pas se faire taguer. Le but du jeu est que les sorcières capturent les citrouilles et les apportent dans la tarte (le gros matelas de saut en hauteur). Les citrouilles doivent demeurer dans la tarte jusqu'à ce qu'une autre citrouille vienne les libérer et les apporter dans leur maison en leur tenant la main. Une citrouille peut seulement sauver une autre citrouille à la fois. De plus, lorsque ceci se produit, les sorcières ne peuvent pas les taguer.</p> <p>Un élève de l'équipe des citrouilles est un fantôme. Le fantôme est l'ami des citrouilles et il essaie de taguer les sorcières pour les emporter dans leur propre tarte comme punition. Le fantôme ne peut pas libérer les citrouilles. Les sorcières ne peuvent pas taguer le fantôme puisqu'il est invincible. Les sorcières peuvent elles aussi se faire libérer de la même façon que les citrouilles (en les amenant par la main dans leur maison).</p> <p>Les parties durent environ 2-3 minutes et l'équipe avec le moins d'élèves dans la tarte à la fin de la partie est gagnante.</p>	<p>Objectivation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Qui a réussi à toucher une citrouille? - Qui a réussi à sauver quelqu'un? - Nommez une ou plusieurs stratégies utilisées par les sorcières pour capturer les citrouilles? - Nommez une ou plusieurs stratégies utilisées par le fantôme pour capturer les sorcières?

Citrouille de l'Halloween 1

X = sorcières
O = citrouilles
⊗ = fantôme

Délimiter les maisons des sorcières et des citrouilles avec des cônes.



Scénario d'apprentissage : Les citrouilles d'Halloween 2 Nom : Vanessa Gionet et Anne Louise Dubé

Thème : Coopération-Opposition

Niveau : 3-4-5 +

Temps prévu : 30 minutes

Résultats d'apprentissage

RAG - 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.
RAS - 2.6.1. S'ajuster aux actions des coéquipiers et des adversaires.
RAT - Communication

Matériel nécessaire

- Un gros matelas de saut en hauteur (crash mat)
- 10 dossards rouge
- 1 dossard d'une autre couleur
- Plusieurs cônes (Pour les deux maisons et la grotte)
- Petits objets telles que balles (pour les bébés citrouilles)
- 2 boîtes (pour les berceaux)

Contenu d'apprentissage

Tâches évaluatives observables

Déplacement du corps dans l'espace

Se déplace dans l'espace libre pour s'éloigner des tagueurs

Consignes de sécurité

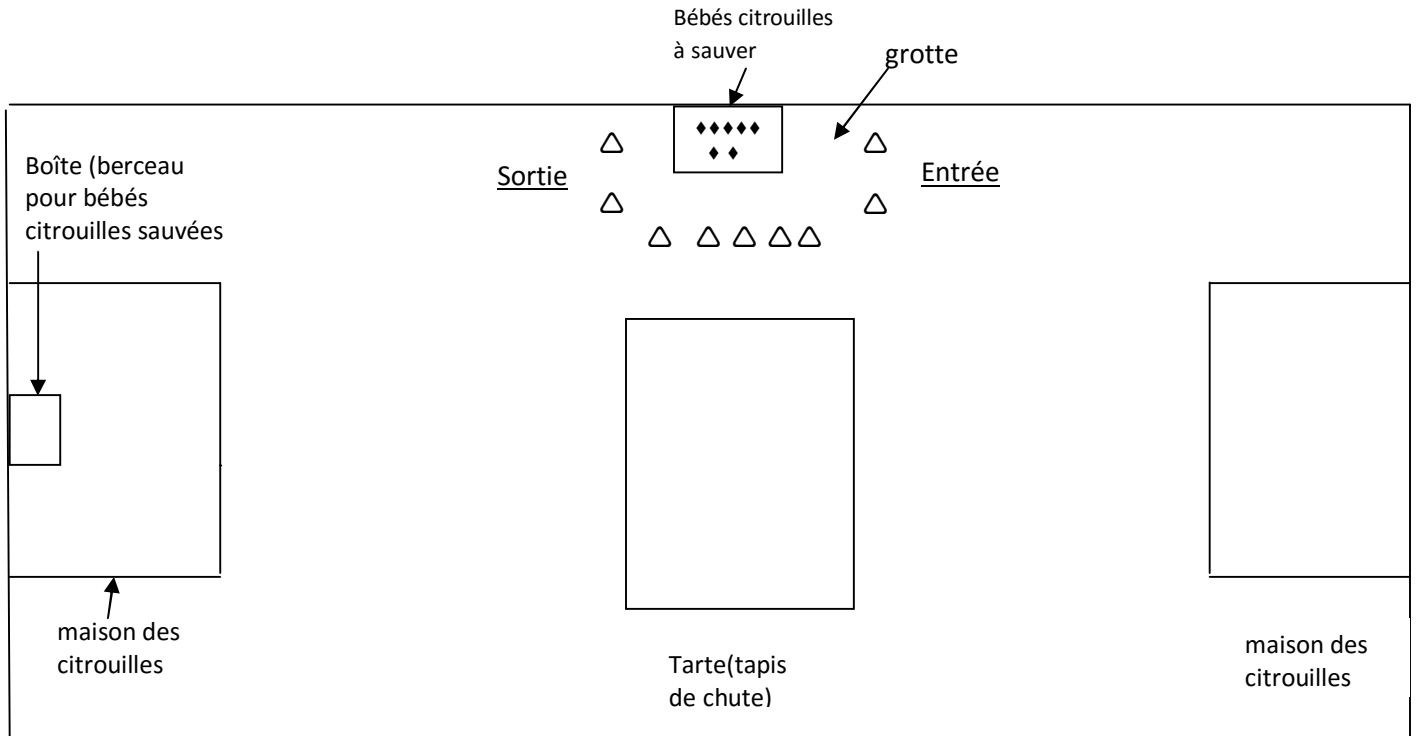
Éviter les blessures.
Garder la tête haute, plusieurs personnes se déplacent en même temps.
Demeurer en position assise sur le matelas lorsque tagué.

Amorce	Tâches particulières	Retour
<p>Mise en situation</p> <p>Les sorciers et les sorcières veulent capturer les citrouilles afin de faire une tarte pour servir à leurs invités lors de leur fête d'Halloween. Le fantôme est l'ami des citrouilles et il est invincible.</p> <p>Les sorcières trouvaient qu'une tarte n'était pas suffisante pour leurs invités donc pendant la nuit, elles ont capturé les bébés citrouilles (petites balles) afin de faire des hors-d'oeuvres pour leur fête d'Halloween. Les sorcières ont placé les bébés dans une grotte (cônes placés en carré avec une entrée et une sortie) cachée dans le bois, mais ne peuvent plus la retrouver. Les citrouilles ont un nez puissant et peuvent retrouver leurs bébés par leur odeur. Elles doivent donc essayer de sauver le plus de bébés possible en les ramenant dans leur berceau (boite vide).</p>	<p>Les citrouilles de l'Halloween</p> <p>Les mêmes règlements que Les citrouilles de l'Halloween 1 s'appliquent en plus de ceux-ci:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Le fantôme est incapable de sauver les bébés citrouilles. - Une citrouille ne peut que sauver un bébé à la fois. - Si une sorcière entre dans la grotte, elle devient prisonnière de sa propre tarte. - Une citrouille doit absolument utiliser l'entrée pour accéder à la grotte et la sortie pour y quitter. - Compter le nombre de bébés citrouilles qui ont été sauvés après 3 minutes. - On change les rôles après 2 parties. - L'équipe qui a accumulé le plus de bébés citrouilles remporte la partie. <p>* Interdisciplinarité: Mathématiques, laisser les élèves compter le nombre de bébés citrouilles qui ont été sauvés. Additionner le nombre de bébés citrouilles des deux parties.</p>	<p>Objectivation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nommez une ou plusieurs stratégies utilisées par les sorcières pour capturer les citrouilles. - Nommez une ou plusieurs stratégies utilisées par le fantôme pour capturer les sorcières. - Nommez une ou plusieurs stratégies utilisées par les citrouilles pour sauver leurs bébés.

Citrouille de l'Halloween 2

△ = cône

Délimiter les maisons des sorcières et des citrouilles avec des cônes.



ACTIVITÉ D'APPRENTISSAGE - ÉDUCATION PHYSIQUE

Titre : L'attaque des pirates

Niveau : 3e

Résultat d'apprentissage général	Résultats d'apprentissages transdisciplinaires :
<p>✓ <u>Environnement physique et naturel</u> Démontrer des habiletés physiques et motrices appropriées à son stade de développement et en relation avec son environnement. Thèmes : <i>Attitude posturale, locomotion</i> ✓ <i>Manipulation</i></p> <p>✓ <u>Environnement social</u> Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement. Thèmes : <i>Coopération, ✓ opposition, coopération-opposition, expression</i></p> <p><u>Environnement personnel et intérieur</u> Prendre conscience de son corps et de ses capacités physique et des principes d'une vie active afin d'optimiser son développement personnel Thèmes : <i>Effort physique + vie active</i></p>	<p>La communication Utiliser les TIC</p> <p>✓ Pensée critique</p> <p>✓ Développement personnel et social Culture et patrimoine Méthode de travail</p>
<p>Résultats d'apprentissage spécifiques</p> <p>1.3.1 - Utiliser les principes d'équilibre, de coordination et de synchronisation dans l'exécution d'actions de manipulation et de projection.</p>	

Préparation :

Placer un gros matelas de chute au centre du gymnase (navire des pirates) et 1 gros matelas (bateau des matelots) dans chaque coin. Diviser la classe en 2 équipes : les pirates et les matelots. Les pirates débutent au centre avec le pied du même côté que le bras lanceur qui touche le matelas central. Chaque pirate a une ou deux balles en mousse. Matériel : Dossards pour une équipe, 1 gros matelas de chute, 4 gros matelas de gymnastique (4 pieds x 8 pieds ou plus gros) et une douzaine de balles en mousse.

Réalisation :

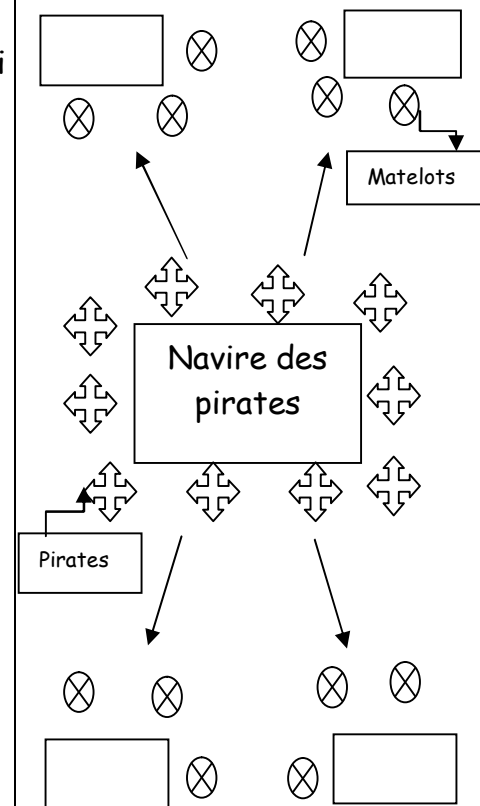
Les pirates doivent essayer de lancer les balles **en utilisant la technique par-dessus** afin qu'elles atterrissent directement sur les bateaux des matelots, ceux-ci se dispersent et doivent défendre leurs bateaux en bloquant les balles avec leur corps. Lorsqu'un pirate lance une balle, son pied doit toucher son navire, sinon le point est annulé. A chaque réussite, le pirate inscrit un point au tableau pour son équipe. Un pirate peut aller chercher un maximum de 2 balles et retourner à son navire pour relancer. Si la balle touche un matelot et par la suite tombe sur un bateau, il y a point pour les pirates.

Jouer une partie de 3 minutes et inverser les rôles. Après que les 2 équipes ont eu la chance d'être pirates, celle qui a fait le plus de points est la gagnante de la première ronde.

- Variante :**
- Placer des cibles de formes différentes et qui valent plus de points. Exemple : Un physitube placé debout vaut 2 points.
 - Si un défenseur attrape la balle en plein vol, il peut placer un point pour son équipe.

N.B. : Il est intéressant de jouer une partie de bateau pirate comme échauffement avant cette activité.

Illustration :



<p><u>Intégration (Objectivation, démarche et stratégies, progrès, nouveaux défis):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> * Ce jeu pourrait nous être utile pour quel sport ? * Si tu étais l'enseignant, quels conseils donnerais-tu à tes élèves ? * Si on rejoue ce jeu un jour, qu'est-ce que tu ferais de différent dans ta façon de jouer ? 	<p><u>Évaluation :</u></p> <p><u>Pirates :</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Est-ce que c'était difficile de garder son pied en contact avec le navire lorsque tu lançais la balle ? 2. Pourquoi est-il important d'avoir le pied du même côté que le bras lanceur reculé lorsqu'on lance ? 3. Nomme un truc pour marquer un point. <p><u>Matelots :</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Comment est-ce que tu t'es pris pour défendre ton bateau ? 2. Quelle partie de corps as-tu utilisé le plus pour bloquer les balles ? 3. Où est le meilleur endroit de se positionner sur le terrain ?
<p>Défi tactique :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Placer l'objet. - Défendre le territoire. 	

Préparé par : Anne Louise Dubé

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.6.1 S'ajuster aux actions des coéquipiers et des adversaires

Matériel:

- 6 ballons en mousse
- 8 matelas de gymnastique 4 sections pour faire 4 bateaux
- N.B.: Si vous n'avez pas de matelas, utiliser des cônes pour faire les bateaux
- 4 cônes (mâts des bateaux)

Niveau d'énergie: Élevé

Description de l'activité:

- Diviser la classe en 2 équipes: Les pirates (attaquants) et les matelots (défenseurs). Placer 2 matelas 4 sections collés ensemble (afin de faire un carré) dans chaque coin du gymnase, tout en laissant de l'espace autour. Ce seront les bateaux que les matelots doivent défendre. Placer un cône (mât) au centre de chaque bateau. Les pirates devront tenter de frapper les cônes (mâts) en lançant un ballon. Lorsqu'un joueur tape un cône, il y a un point. Choisir un élève honnête de l'équipe offensive qui sera désigné l'arbitre des points.

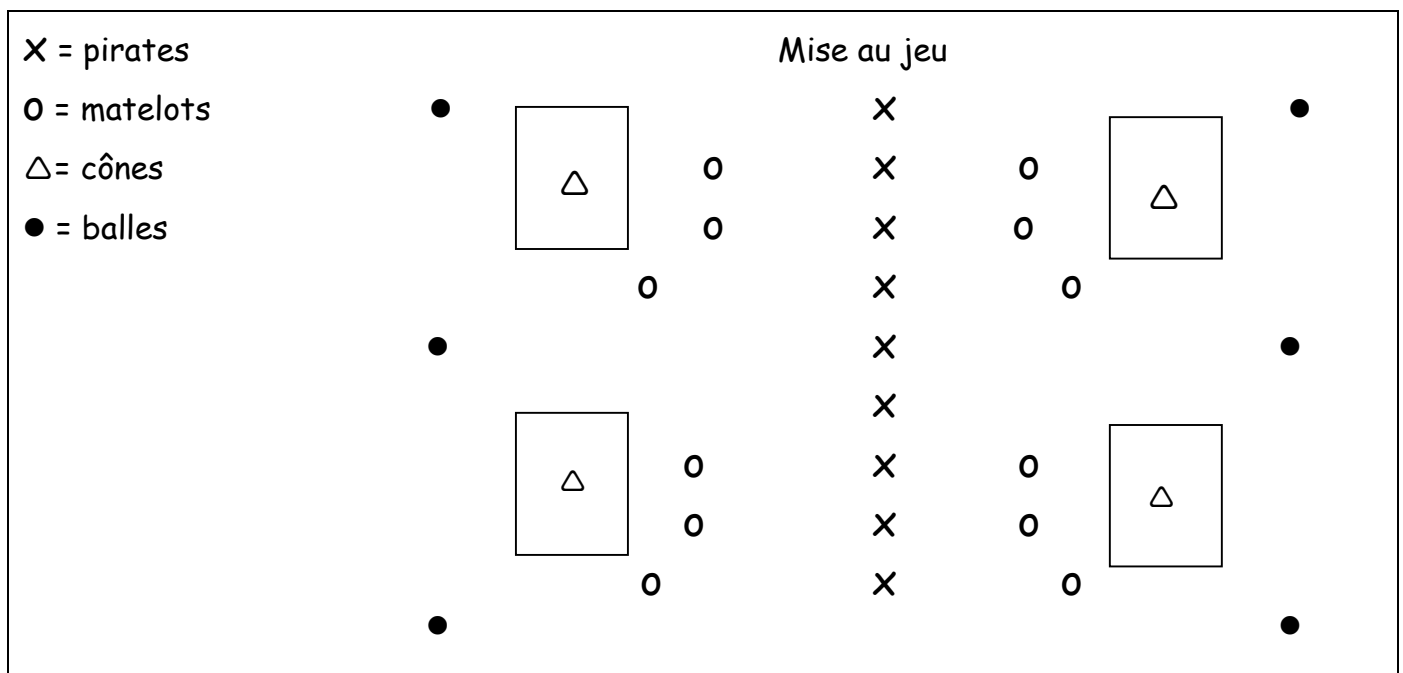
Règlements:

- Les pirates doivent aller voir l'arbitre des points après qu'ils ont fait 1 ou 2 points. (Ils ne peuvent pas accumuler des points et ensuite aller inscrire 5 points.) C'est une belle leçon pour l'honnêteté!
- Aucun joueur est autorisé de marcher sur un tapis.
- Les défenseurs ne doivent pas garder un ballon dans leur main pour plus de 3 secondes. Ils doivent ensuite le lancer loin des pirates.
- Pas plus de 2 ballons par joueur.
- Si un joueur fait un point et il a un autre ballon dans les mains, il doit attaquer un autre bateau.
- Si un ballon est mort sur un bateau, le pirate qui le prend ne peut pas attaquer le bateau où le ballon se trouvait, il doit attaquer un autre bateau.

- Jouer une ronde de 3 minutes, inverser les rôles et jouer une autre partie. Les pirates qui ont fait le plus de points sont les vainqueurs.
- Interdit de botter les ballons.
- Seulement les pirates peuvent prendre les ballons pour la mise au jeu.

Variante:

- Placer un cerceau autour des cônes et choisir un joueur de l'équipe défensive qui sera capitaine (gardien) qui sera le seul alloué sur le bateau. Un capitaine par bateau. Super le fun!
- Varier le nombre de ballons et la grosseur.



Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Opposition

La super marmotte

Niveau: 2, 3, 4, 5e année et +

R.A.G.: 2. Établir des relations avec les autres en s'ajustant et en exploitant ses capacités d'action et de communication en relation avec son environnement.

R.A.S.: 2.5.1 Agir pour neutraliser ou déjouer un opposant.

Matériel:

- 1 cerceau et 1 quille pour chaque élève
- Cônes pour délimiter un terrain
- 2 ballons et plus

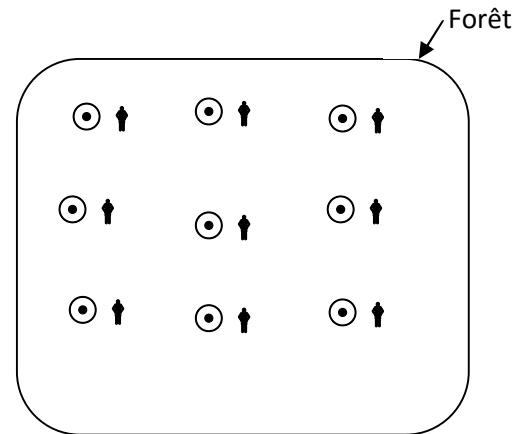
Description de l'activité:

- Tout le monde a une quille (marmotte) placée debout dans un cerceau (trou). Lorsqu'un élève a le ballon, il le lance et essaie de faire tomber la quille de quelqu'un d'autre. Si ta quille (marmotte) tombe, tu dois déménager (cerceau et quille) à l'extérieur du terrain (forêt) et tu continues de jouer. Pour plus d'action, tous les joueurs peuvent courir partout, c'est-à-dire entrer et sortir de la forêt. Lorsque tu es éliminé à l'extérieur du terrain et quelqu'un fait tomber ta marmotte, tu vas sur le banc (double élimination).

La dernière personne à demeurer dans sa position de départ est la "super marmotte".

Variantes

1. Si ta quille tombe, tu te joints à la personne qui a fait tomber ta quille. Lorsqu'il y a un gros groupe, certains peuvent courir.
2. Permettre aux élèves de créer des alliances.
3. Lorsque ta quille tombe, tu ranges ta quille, ton cerceau et tu peux seulement jouer à l'extérieur du terrain.
4. Faire 4 équipes qui se regroupent ensemble. L'équipe de la super marmotte gagne.



Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique

Activités de fin de période

Je félicite

Ceci est une belle activité pour terminer le cours sur une bonne note. L'enseignant débute en félicitant un élève pour avoir faite une action positive, ex.: « Je félicite Paul car il a beaucoup aidé son équipe en passant souvent le ballon.» L'enseignant choisit donc un élève qui aimerait féliciter quelqu'un d'autre et ainsi de suite.

Les morts spaghetti

Tous les élèves sont couchés sur le dos, les yeux fermés et ne doivent pas bouger ni parler, comme le jeu des morts. L'enseignant passe à chaque élève et lève une de ses jambes une trentaine de centimètres dans les airs et la laisse tomber par terre. L'enseignant peut aussi secouer la jambe pour vérifier si elle est molle. S'il n'y a pas de tension musculaire, c'est mou comme du spaghetti cuit, ce qui est excellent! Si les jambes sont raides et l'élève n'arrive pas à relaxer, le spaghetti n'est pas cuit.

Tous les élèves qui sont cuits sont les gagnants. Bravo! Vous êtes capables de relaxer! Ce jeu est très simple et les élèves l'adorent.

Jello

Les élèves se couchent par terre sur le dos les uns près des autres, en cercle par exemple. L'enseignant passe et place certaines de leurs parties de corps dans des positions dont les élèves devront garder pour la durée du jeu (jello qui fige dans le frigo), ex.: Lever une main dans les airs, coller l'autre main sur la tête de son voisin, croiser les jambes. Lorsque l'enseignant a terminé de placer tous les élèves, il compte jusqu'à 10. Tous ceux qui ont réussi à maintenir leur position assignée sont vainqueurs. Bravo! Vous avez un bon contrôle!

Le gardien des clés

Placer les élèves en cercle. Désigner un élève qui va s'asseoir au centre et qui sera le gardien des clés. Le gardien a les yeux bandés et a trois petites balles de mousse dans ses mains. Choisir un élève qui sera le voleur. Lorsque le gardien entendra les clés tomber en avant de lui (environ 30 cm), ceci signifie que le jeu est commencé. A partir de ce moment, le voleur a comme défi de voler les clés et les ramener à sa place sans se faire frapper par les balles lancées par le gardien. Les autres élèves de la classe observent et agissent comme témoins pour dire si le gardien a réussi à frapper le voleur. Les témoins doivent demeurer silencieux.

Anne Louise Dubé
Enseignante d'éducation physique