



RECUEIL de jeux

Réalisé par :

Mélanie Inkel, *Intervenante en psychomotricité*

Jézabel Auger, *Intervenante en psychomotricité*



Reproduction autorisée

Fiches de jeux Gymnase

Dans cette partie, nous avons regroupé les jeux les plus appréciés par les enfants. Bien que ces jeux demandent un peu de matériels, ils sont simples et peuvent se jouer jusqu'à 30 minutes dès que le jeu a été mit en action.

Liste de jeux

HULK ET LES CONSTRUCTEURS

PROTÈGE TA QUILLE

LA TRAVERSÉE DES COULEURS

LE GRAND MÉNAGE

PAC MAN

LA BALLE SANS FIN

L'ÎLES AUX TRÉSORS

LA TRAVERSÉE DES ÎLES

LA TRAVERSÉE DU CIEL

LES CHEVAUX ET LES COWBOYS

LA GUERRE DES PLANÈTES

LE GARDIEN DU TRÉSOR

LE BATEAU PIRATE

LES FANTÔMES ET LES SORCIÈRES

Fiche de jeu Gymnase



Nom du jeu : HULK ET LES CONSTRUCTEURS

Matériels :

Plusieurs cônes
2 sacs de sable

Matériels alternatifs :

Plusieurs cônes
2 objets

Description :

Deux équipes sont formées :

Équipe 1 : Les Hulk

Équipes 2 : Les constructeurs



Plusieurs cônes sont dispersés dans l'air de jeu. Au signal de l'animateur, les Hulk doivent tenter de faire tomber le plus de maisons (cônes) possible avec leur main. Les constructeurs, quant à eux, doivent tenter de reconstruire les maisons détruites en redressant simplement les cônes. Après environ une minute, le jeu s'arrête et on compte le nombre de maisons qui ont été détruites. L'équipe ayant le nombre le plus élevé remporte le point. Ensuite, on échange les rôles pour débiter une nouvelle partie.

Après quelques parties, on ajoute deux sacs de sables, représentant des enfants, dans 2 maisons différentes. Les Hulk doivent maintenant être attentifs pour ne pas détruire les maisons dans lesquelles se trouvent des enfants puisque la partie s'arrête et les constructeurs remportent automatiquement le point.

Variantes :

- Changer les Hulk par des dinosaures
- Nommer une couleur de maison qu'ils ne devront pas détruire

Fiche de jeu

Gymnase



Nom du jeu : PROTÈGE TA QUILLE

Matériels :

Plusieurs quilles et ballons

Matériels alternatifs :

Plusieurs cônes et ballons

Description :

Le groupe est divisé en deux équipes qui possèdent chacune leur moitié de gymnase. Les quilles sont dispersées sur les deux terrains à distance et quantité égale. Le but du jeu est de faire tomber les quilles de l'autre équipe alors même si un joueur se fait toucher par le ballon ou l'échappe, celui-ci continue à jouer.

Relaxation possible :

Tous se place en cercle debout, les jambes écartées, l'animateur botte l'anneau ou le ballon entre les jambes d'un ami qui le fera à son tour. S'asseoir lorsque son tour est terminé.

Variantes :

- Nommer des protecteurs de quilles
- Jouer en cercle avec une seule équipe et les protecteurs au centre



Fiche de jeu Gymnase



Nom du jeu : LE GRAND MÉNAGE

Matériels :

Plusieurs objets diverses
(ballons, foulard, poches,
anneaux, etc.)

Matériels alternatifs :

Plusieurs objets diverses
(éponges, balles mousses, feuille de papier,
etc.)

Description :

Avant l'arrivée du printemps, il faut faire du ménage dans notre cour pour laisser de la place aux fleurs qui vont pousser. Il faut faire 2 équipes. Chacune d'elle s'installe dans son terrain. Placer des objets sur le territoire des 2 équipes. Pour garder leur territoire propre les enfants doivent se dépêcher de lancer les objets dans la cours du voisin. Demander aux enfants de garder leur terrain le plus propre possible pendant une période d'environ 1 minute.

Variantes :

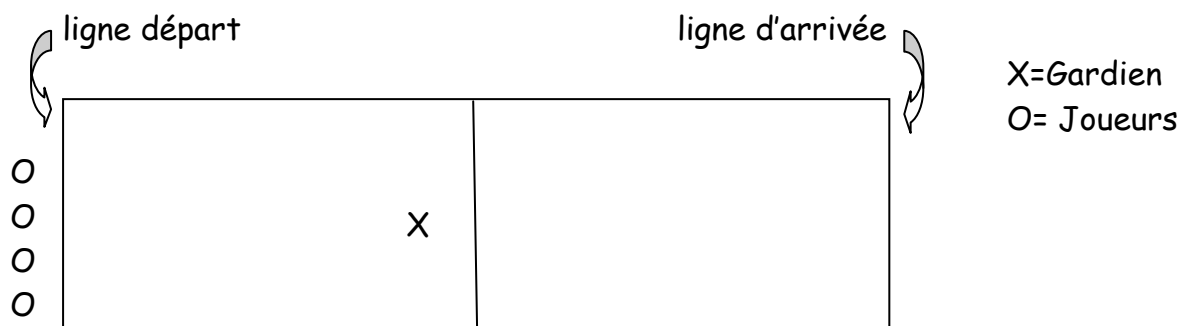
- Mettre un foulard autour du poignet droit de chaque enfant. Demander aux joueurs de lancer avec cette main. Ensuite leur main gauche.
- Ajouter des objets graduellement à chaque partie.
- Demander aux enfants de rouler, lancer, glisser, botter selon l'objet.
- Jumeler une action à une couleur (glisser les objets rouges, botter les bleus, etc.).



Fiche de jeu

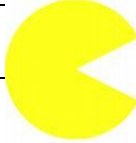
Gymnase

Nom du jeu : LA TRAVERSÉE DES COULEURS	
Matériels : Aucun	Matériels alternatifs : Aucun
Description : <p>Tous les enfants sont placés sur la ligne au fond du gymnase. Le meneur (gardien) est au centre du gymnase. Le but sera de traverser le gymnase sans se faire toucher par le meneur.</p> <p>Celui-ci nomme une couleur, ceux qui ont cette couleur sur leurs vêtements peuvent traverser immédiatement de l'autre côté sans se faire toucher.</p> <p>Au signal du meneur, les autres traversent. Ceux qui se font toucher par le meneur, deviennent eux aussi des gardiens. Le jeu se termine lorsqu'il reste un joueur ou encore si c'est impossible de traverser.</p> <p>Si les enfants prennent trop de temps à traverser, compter un nombre de secondes pour qu'ils passent la ligne de défense.</p>	
Variantes : <ul style="list-style-type: none">- Changer la façon de se déplacer (au galop, en sautillant, en pas chassés, etc.)- Ajouter des «queues» ainsi le gardien doit l'enlever plutôt que de toucher.- Les gardiens peuvent être obligés de rester sur la ligne du centre ou encore aller partout à l'intérieur des lignes de départ et d'arrivée.- Les gardiens se tiennent la main 2 par 2.	



Fiche de jeu Gymnase



Nom du jeu :		PAC MAN
Matériels : Aucun		Matériels alternatifs : Aucun
Description : Les enfants se promènent sur les lignes du gymnase. Lorsqu'ils se croisent : <ul style="list-style-type: none">• Si c'est deux filles ou deux garçons qui se rencontrent, un des deux se place en étoile et laisse passer l'autre entre ses jambes pour continuer leur chemin chacun de leur côté.• Si c'est une fille et un garçon qui se croisent, ils doivent se taper dans les mains et se retourner pour revenir sur leurs pas. On peut ensuite ajouter un Pac-man qui touche les amis qu'il rencontre. Ceux-ci doivent s'asseoir et devient un obstacle pour les autres puisqu'ils «bloquent» la route.		
Variantes : <ul style="list-style-type: none">- Jouer avec certaines couleurs de lignes.- Changer le moyen de déplacement (à reculons, en pas chassés, au galop)		



Fiche de jeu Gymnase



Nom du jeu : LA BALLE SANS FIN	
Matériels : Plusieurs ballons	Matériels alternatifs : Plusieurs ballons
Description : Ce jeu ressemble beaucoup au ballon chasseur mais sans exclusion. C'est-à-dire qu'il y a deux équipes de chaque côté. Le but du jeu est de toucher un adversaire avec le ballon sans que celui-ci ne touche au sol précédemment. Si un joueur est touché par le ballon, il doit rejoindre l'équipe adverse et en fait maintenant partie. Un même joueur peut donc changer d'équipe plusieurs fois dans une même partie.	
Variantes : <ul style="list-style-type: none">- Faire 4 équipes plutôt que 2	





Fiche de jeu

Gymnase

Nom du jeu : L'ÎLE AUX TRÉSORS

Matériels :

Plusieurs sacs de sable
5 matelas

Matériels alternatifs :

Plusieurs objets divers
4 cerceaux

Description :

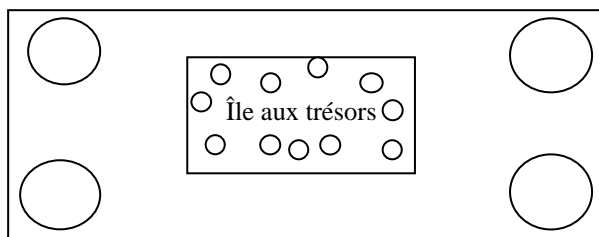
Le groupe est divisé en 4 équipes qui se placent sur un matelas ou cerceau (île) à chaque coin du gymnase. Au centre, délimiter une zone (ou matelas) avec les sacs de sables (autres objets) pour représenter le trésor et choisir un enfant (pirate) pour le protéger.

Au signal de départ, tous les joueurs tentent d'aller chercher UN trésor et le rapporter sur son île. Si le voleur est touché par le pirate, il doit laisser le trésor et revenir à son île avant de réessayer.

Plusieurs possibilités s'offrent à l'animateur :

- Le pirate reste sur l'île aux trésors et touche les voleurs qui tentent de prendre un trésor.
- Le pirate est un requin qui se déplace dans l'eau pour toucher les voleurs. Une fois sur l'île aux trésors, les voleurs sont protégés puisque le requin ne peut les toucher.

○ = poches



Variantes :

- Mettre plusieurs requins
- Si un joueur est touché par le requin, il doit rester sur place et un enfant de son équipe doit aller le chercher avec un cerceau (bateau).



Fiche de jeu

Gymnase



Nom du jeu : LA TRAVERSÉE DES ÎLES

Matériels :

Lignes de couleurs (gym)

Matériels alternatifs :

Autres objets de couleurs

Description :

Nommer l'île et sa couleur et ils doivent se diriger vers cette ligne de même couleur. Ensuite ajouter une consigne, décrite ci-dessous, à la fois.



- Île: bleu, jaune, vert, etc.
- Boué: 2x2, 1 debout, l'autre par terre accroché à sa jambe.
- Crabe: position crabe.
- Étoile: En équipe de 4, jambe en l'air et les rejoindre.
- Télescope: Couché par terre et lever une jambe en l'air.
- Filet: Tous se tenir par la main et encercler l'animateur.

Nom du jeu : LA TRAVERSÉE DU CIEL



Matériels :

Lignes de couleurs (gym)

Matériels alternatifs :

Autres objets de couleurs

Description :

Nommer le nuage et sa couleur et ils doivent se diriger vers cette ligne de même couleur. Exemple : «nuage bleu» = allez sur la ligne bleu.

Ensuite ajouter une consigne à la fois décrite ci-dessous.

- Nuage: bleu, jaune, rouge, etc.
- Atterrissage: Couché au sol (sur le ventre) pieds dans les mains.
- Avion: Position avion, debout un pied dans les airs.
- Décollage: Tous les élèves se prennent par la main et lève un pied dans les airs.
- Sauvetage: 2x2, debout les bras enlacés.



Fiche de jeu

Gymnase



Nom du jeu : LES CHEVAUX ET COWBOYS

Matériels :

Foulards
Cerceaux
Cônes
Dossards
Musique



Matériels alternatifs :

Objets divers pour délimiter les zones
Sans musique
Tissus pour les queues

Description :

Choisir 2 amis qui feront les cowboys (tagues). Tous les autres seront des chevaux avec des foulards qui leur serviront de queue. Au signal, les cowboys essaient d'attraper la queue des chevaux. Si ceux-ci n'ont plus de queue, ils devront aller dans la **disco grange** (zone délimitée au préalable) pour danser et attendre qu'un autre cheval leur rapporte une queue.

Mettre 4 cerceaux de 2 couleurs différentes par terre. Une couleur sera pour que les cowboys déposent les queues qu'ils ont réussies à voler. L'autre couleur est une zone de repos pour les chevaux (5 secondes maximum).

Variantes :

- Se déplacer au galop.



Fiche de jeu

Gymnase



Nom du jeu : LA GUERRE DES PLANÈTES

Matériels :

Plusieurs cerceaux
Plusieurs ballons mous

Matériels alternatifs :

Ballons de diverses dimensions
Petits cerceaux

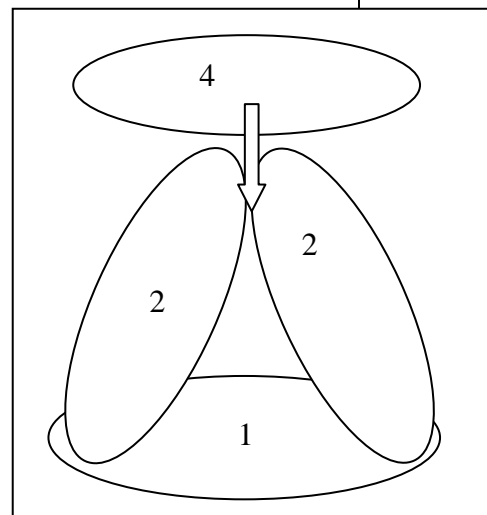
Description :

Le groupe est divisé en deux équipes qui ont chacune leur moitié du gymnase. À l'aide de 6 cerceaux, construire des planètes pour chacune des équipes (au moins deux par équipe). Assurez-vous que les planètes sont placées à la même distance par rapport au centre du gymnase. En lançant les ballons les joueurs tentent de faire tomber les planètes de l'autre équipe. Un point est attribué pour chaque planète détruite. Si un joueur échappe ou se fait toucher par le ballon, il n'y a pas de conséquence. Le seul but du jeu est d'attaquer les planètes de l'équipe adverse.

Des gardiens de planètes peuvent être nommés pour les protéger. Sinon, laissez les équipes faire leur caucus. La partie est terminée lorsque toutes les planètes sont effondrées. Chacune des équipes replace les planètes et une nouvelle partie débute.

Construire une planète à 6 cerceaux :

1. Déposer un cerceau au sol.
2. À l'intérieur du cerceau 1, appuyer 2 cerceaux tel un toit de maison.
3. Toujours à l'intérieur du cerceau 1, appuyer de chaque côté des précédents cerceaux un 4^e et 5^e cerceau.
(non illustré)
4. Déposer un dernier cerceau sur l'ensemble des cerceaux pour compléter la planète.



Variantes :

- Attribuer 30 secondes pour reconstruire la planète immédiatement après sa destruction.
- Imposer une distance minimale pour protéger sa planète.
(exemple : ne peuvent pas s'approcher à moins d'un mètre de la planète.)

Fiche de jeu

Gymnase



Nom du jeu : LE GARDIEN DU TRÉSOR

Matériels :

Poches de sable

Matériels alternatifs :

Objets divers

Description du jeu :

L'animateur est placé à un bout du gymnase avec un bac à trésor derrière lui. Les élèves sont placés à l'autre bout du gymnase.

L'animateur qui est dos aux élèves dit très fort « 1-2-3 STATUE ». Lorsque les élèves entendent 1 ils doivent partir à courir et quand ils entendent STATUE ils doivent être en statue, car à ce moment l'animateur se retourne et s'il voit un élève bouger, il le nomme et celui-ci doit retourner à la ligne de départ pour recommencer.

Le but du jeu est donc de voler au gardien un trésor à la fois et de le ramener en respectant encore la consigne de STATUE. Si il est nommé avec un trésor dans les mains, il doit le retourner au gardien tenter sa chance à partir de la ligne de départ. Recommencer une partie lorsque le gardien n'a plus de trésor.

Variantes :

- Modifier les déplacements pour se rendre au trésor.
- Mettre plus qu'un gardien du trésor.
- Choisir un élève pour être le gardien du trésor.



Fiche de jeu

Gymnase



Nom du jeu : LE BATEAU PIRATE

Matériels :

5 matelas

Dossards

Matériels alternatifs :

Cerceaux

Description du jeu :

Placer 4 matelas aux 4 coins du gymnase et 1 au centre. Deux amis sont choisis pour être les pirates (tagues) et tous les autres seront des matelots dispersés sur leurs bateaux aux 4 coins. Au signal les matelots doivent changer de bateau le plus souvent possible et les pirates essaient de les attraper lorsqu'ils sont dans la mer. Si un matelot est touché, il doit se rendre au bateau des pirates (au centre) et attendre qu'un ami vienne le délivrer en lui tapant dans la main. Changer de tague au 3 à 4 minutes.

Variantes :

- Les pirates doivent toucher les matelots à l'aide d'un ballon.
- Un pirate spécial est choisi et peut toucher les matelots même sur leurs bateaux, à l'aide d'un ballon.





Fiche de jeu Gymnase

Nom du jeu : LES FANTÔMES ET LES SORCIÈRES

Matériels :

Un foulard pour deux enfants

Matériels alternatifs :

Dossards ou aucun matériel

Description du jeu :

Les enfants sont divisés en deux équipes, soit les sorcières et les fantômes. Les deux groupes se font face et se placent chacun à une extrémité du gymnase. Les fantômes ont un foulard dans leur pantalon. Au signal, ils sortent de leur zone et s'approchent tranquillement des sorcières en faisant « Hou! Hou! ». Lorsqu'elles entendent « Bou! » (énoncé par l'intervenant), les sorcières peuvent sortir de leur sommeil et tenter d'arracher les queues des fantômes avant que ceux-ci retournent dans leur zone sécuritaire. Les fantômes qui perdent leur queue sont alors transformés en sorcières. Après un certain temps, il est intéressant d'inverser les rôles des deux groupes.

Variantes :

- Ajouter des objets près des sorcières et les fantômes doivent essayer de les voler sans se faire enlever la queue.
- Faire le jeu sans foulards, en demandant de toucher seulement.

