

Répertoire d'activités psychomotrices



Conception et illustrations par
Alix Thermogène, Intervenant en psychomotricité



Reproduction autorisée

Fiches de jeux (4-6 ans)

1.

NOM DU JEU :	La voiture
GROUPE D'ÂGE:	5-6 ans
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	6 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	intérieur/extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVILLÉE:	Inhibition

MATÉRIEL : mini-cônes ou cartons de couleurs (rouge-vert-jaune)

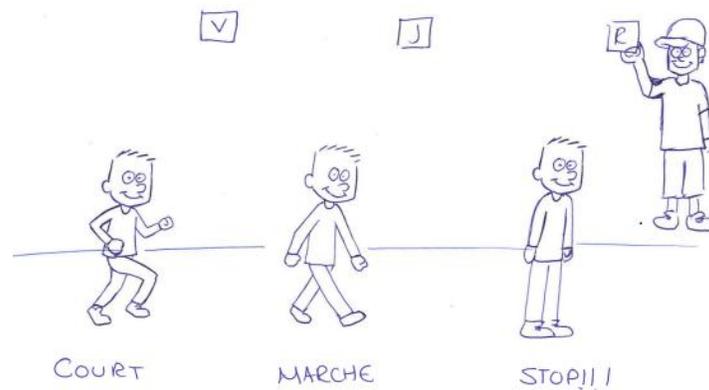
DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Les enfants sont des voitures et se déplacent dans le gymnase. L'intervenant montre des couleurs (des lumières) et les enfants doivent conduire en suivant le code de la route.

- Verte: on court
- Jaune: on marche
- Rouge: stop!!!!

Remarque:

- Les enfants peuvent se déplacer d'un mur à l'autre du gymnase ou ils peuvent se déplacer autour du gymnase comme dans une piste de course, tous dans le même sens.



2.

NOM DU JEU :	Le chat et le chien
GROUPE D'ÂGE:	5-6 ans
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	6 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	intérieur/extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Sensibilité

MATÉRIEL : Foulard

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

- 1) Les enfants sont en cercle assis.
- 2) Un enfant est nommé chien avec les yeux bandés.
- 3) Un deuxième enfant est nommé chat.

Les deux enfants se placent à quatre pattes, à l'intérieur du cercle. Le chien doit réussir à attraper le chat, celui-ci restant toujours à l'intérieur du cercle. Une fois que le chien a touché le chat, il doit tenter de découvrir l'ami qui fait le chat sans enlever son bandeau.





3.

NOM DU JEU :	Terre, mer, air
GROUPE D'ÂGE:	<i>5-6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	10 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10-15 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	intérieur/extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Orientation spatiale

MATÉRIEL : matelas bleu, un banc, un mur, etc....

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Associer un mur ou une structure à MER, TERRE et AIR. Par exemple, un matelas bleu pour la MER, le banc pour la TERRE et le mur pour l'AIR. Les enfants doivent se rendre à l'endroit qui correspond à la consigne de l'intervenant. Ce dernier peut même indiquer comment se rendre à l'endroit indiqué. Par exemple, aller à la mer en nageant au sol.

VARIANTE :

* Les termes MER, TERRE, AIR peuvent être remplacé par des couleurs comme ROUGE, JAUNE, BLANC et VERT. Dans ce cas, un objet de chaque couleur est placé dans la pièce et les enfants se rendent au bon objet selon la consigne. Cette modification est adéquate si les enfants sont jeunes ou s'ils ne parlent pas bien la langue. Plus tard, ces couleurs peuvent être associées avec les saisons.

ROUGE = AUTOMNE

JAUNE = ÉTÉ

BLANC = HIVER

VERT = PRINTEMPS

L'intervenant peut alors faire deviner de quelle saison il s'agit à l'aide d'indices ou de dessins. Par exemple: Une piscine = ÉTÉ

4.

NOM DU JEU :	La course collée
GROUPE D'ÂGE:	<i>4-6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	6 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10-15 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	intérieur/extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	La latéralité et organisation corporelle

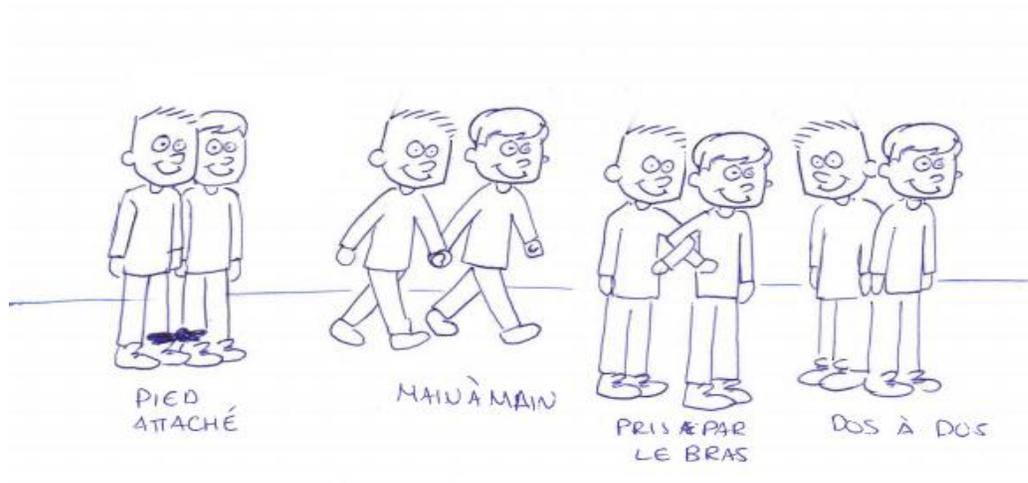
MATÉRIEL : Aucun

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Deux par deux, les enfants font des courses de différentes façons:

- Un pied attaché
- Main à main
- Pris par le bras
- Dos à dos
- Tête à tête en portant une poche entre les deux

*On peut faire une course d'obstacles.



5.

NOM DU JEU :	Exploration cerceau
GROUPE D'ÂGE:	<i>5-6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANT :	4 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10-15 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	individuel
ENDROIT:	local ou gymnase (intérieur)
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Sensibilité et orientation corporelle

MATÉRIEL : Cerceaux

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

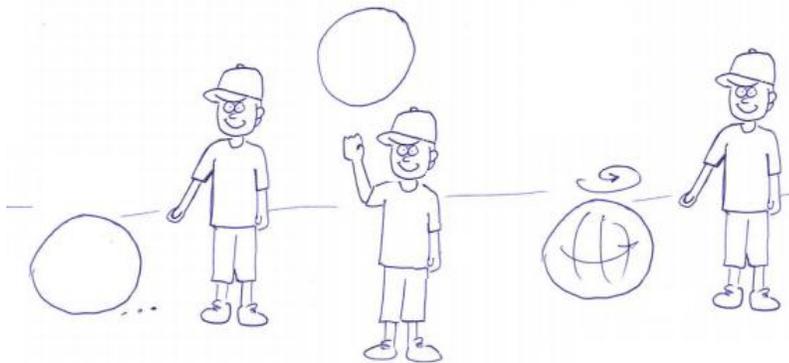
- Qu'est-ce qu'on peut faire avec un cerceau?
- Démonstration aux enfants (imitation)
 - Rouler sur le plancher
 - Le faire tourner
 - Sauter avec...
 - Lancer et attraper

2x2: Comment on peut passer le cerceau d'un à l'autre? (Lancer, rouler)

- On sort se promener: le cheval et la charrette

2x2 Avec deux cerceaux: Faire tourner le cerceau et on doit courir chercher le cerceau de l'autre avant que le cerceau tombe.

- Quel cerceau reste en tournant le plus longtemps?
- Course avec le cerceau (faire rouler le cerceau d'un mur à l'autre)



6.

NOM DU JEU :

La rivière aux crocodiles

GROUPE D'ÂGE:

5-6 ans

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

6 et +

DURÉE DE L'ACTIVITÉ :

indéterminée

TYPE D'ACTIVITÉ :

en groupe

ENDROIT:

intérieur/extérieur

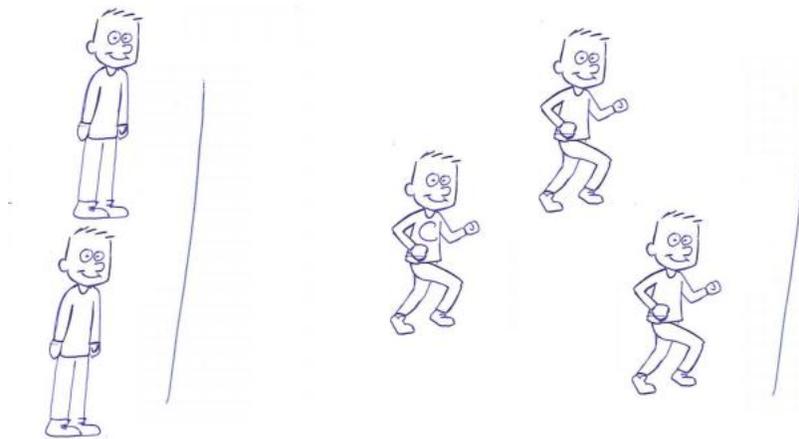
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :

Tonus, coordination, occupation de l'espace

MATÉRIEL : Aucun

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Les enfants sont d'un côté de la rivière (dos collé au mur) et ils doivent passer de l'autre côté sans se faire attraper par un crocodile. Les enfants attrapés deviennent aussi des crocodiles et essaient d'attraper de nouveaux amis.



7.

NOM DU JEU :	Le jour et la nuit
GROUPE D'ÂGE:	<i>4-6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	indéterminé
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	intérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Occupation de l'espace et l'inhibition

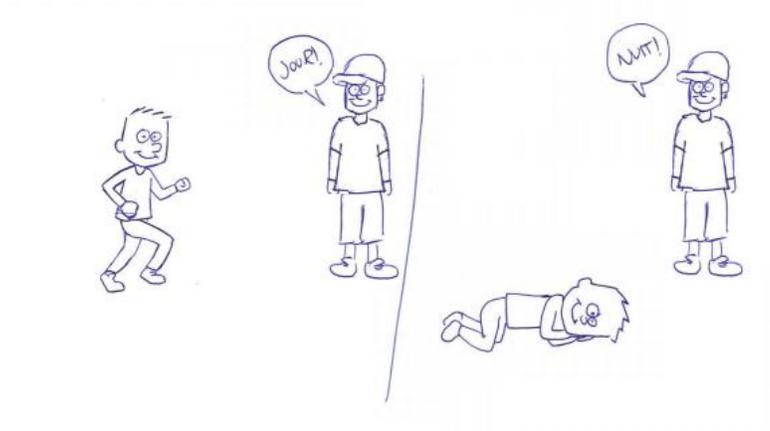
MATÉRIEL : Aucun

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Les enfants se dispersent dans la pièce. Quand l'intervenant dit jour, c'est qu'il fait soleil qu'il fait jour (il peut aussi montrer un foulard ou carton jaune). Les enfants peuvent se déplacer et faire ce qu'ils veulent. Quand l'intervenant dit nuit (il peut montrer un carton ou foulard noir), c'est qu'il fait nuit et qu'il est le temps de dormir. Les enfants doivent alors se coucher par terre et faire semblant de dormir.

Remarque:

Lorsque les enfants se réveillent, les questionner sur ce qu'ils font le jour et mimer les actions nommées. Par exemple, se réveiller en s'étirant, manger, s'habiller, etc. Cela a pour but de faire travailler le vocabulaire.



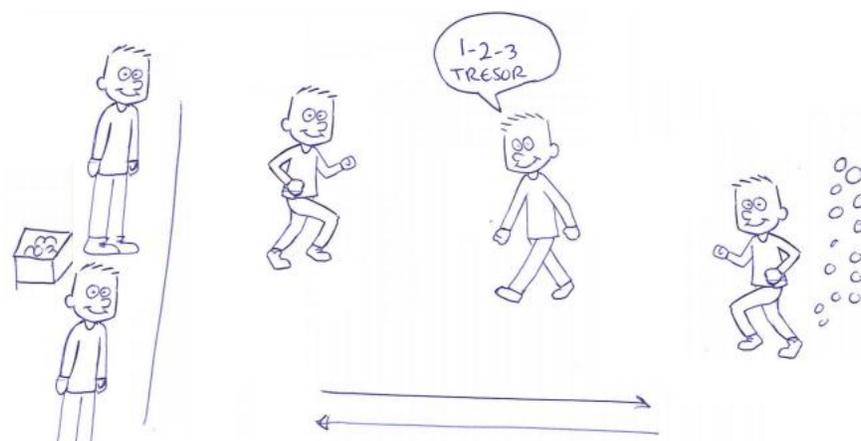
8.

NOM DU JEU :	1-2-3 trésors
GROUPE D'ÂGE :	<i>5-6 ans (+) selon leur niveau</i>
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	indéterminé
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10-15 minutes (indéterminée)
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	grand local (intérieur)/ si extérieur délimiter l'espace
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Inhibition, occupation de l'espace, organisation/orientation corporelle

MATÉRIEL : Anneaux, jeu de quille, sac sable

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Les enfants sont des voleurs et ils sont dans le repaire des voleurs (dos au mur). La police (intervenant), placée au milieu de l'espace de jeu, crie "1-2-3 Trésors!". À ce moment, les voleurs doivent courir jusqu'à l'autre bout de la pièce pour aller voler un trésor. Ils doivent le rapporter dans la boîte de la cachette aux voleurs sans se faire toucher par la police. Si un voleur se fait attraper par la police, celle-ci reprend son trésor et le remet avec ceux qui n'ont pas encore été volés. Les voleurs gagnent quand tous les trésors ont été volés.



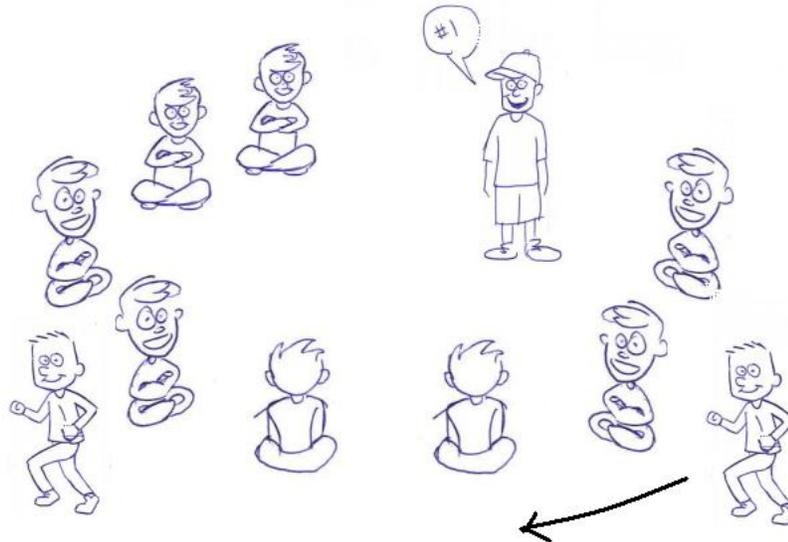
9.

NOM DU JEU :	La course aux nombres
GROUPE D'ÂGE:	<i>5-6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	8 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	15 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	Groupe
ENDROIT:	Gymnase
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Structuration spatiale

MATÉRIEL : Aucun

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Les participants forment un cercle. L'animateur assigne un numéro aux enfants de 1 à 4. Au signal l'animateur appelle un numéro et tous les enfants ayant ce numéro doivent se lever, courir autour du cercle et tenter de revenir le plus rapidement possible s'asseoir à leur place. Le dernier joueur assis est éliminé et doit alors se coucher. Lorsqu'il ne reste qu'un seul joueur pour chaque numéro, l'animateur les appelle tous afin de déterminer un seul gagnant.



10.

NOM DU JEU :	Poissons, requins-baleines
GROUPE D'ÂGE:	5-6 ans
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	10 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	15 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	groupe
ENDROIT:	gymnase ou local
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Structuration spatiale et organisation spatiale

MATÉRIEL : Cônes pour délimiter le terrain ou utiliser les lignes sur le plancher

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Délimiter un terrain.

D'un côté, il y aura le groupe "baleines" et de l'autre le groupe "poissons". Au centre, se retrouve 1 ou 2 requins qui interpellent un des deux groupes. Si les requins interpellent les "baleines", celles-ci doivent traverser le terrain sans se faire toucher par les requins. Si le joueur se fait toucher, il devient une algue. Il pourra alors aider les requins à toucher des "poissons" ou des "baleines" mais sans bouger de sa place. Si les requins crient "océan", les 2 groupes traversent le terrain.



11.

NOM DU JEU :	Le relais de Bouky
GROUPE D'ÂGE:	<i>5-6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	6et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	indéterminé
TYPE D'ACTIVITÉ :	en équipe
ENDROIT:	intérieur/extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Global

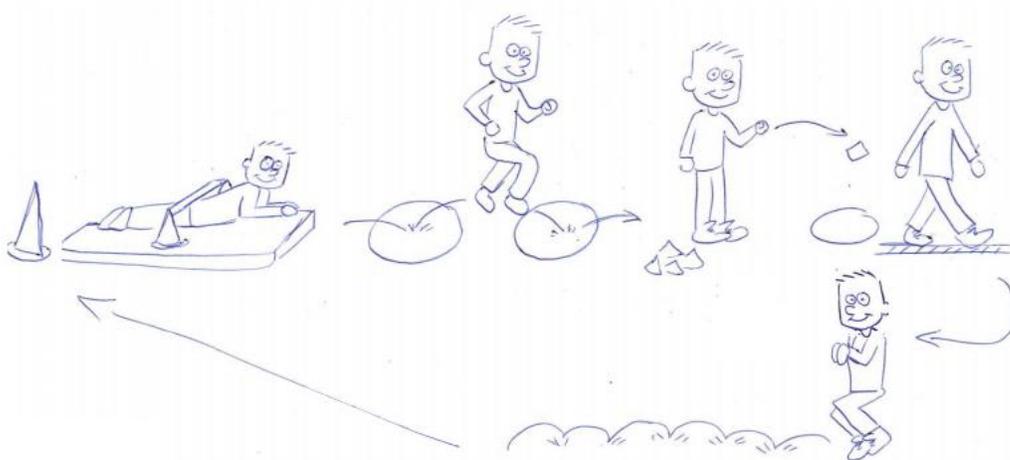
MATÉRIEL : Cerceaux, cônes, cônes percés, bâtons pour les cônes percés, poches de sable, corde, tapis bleu.

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Course à relais, deux équipes s'affrontent.

En file indienne chacune, le premier de chaque équipe :

- 1- Passe sous la barre puis ils rampent comme un serpent.
- 2- Saute dans le cerceau puis fait un grand saut jusqu'au 2e cerceau.
- 3- Prend le sac de sable et le lance dans le premier cerceau.
- 4- Marche sur la corde
- 5- Saute comme un kangourou jusqu'au cône.
- 6- Donne la main aux autres membres de son équipe.



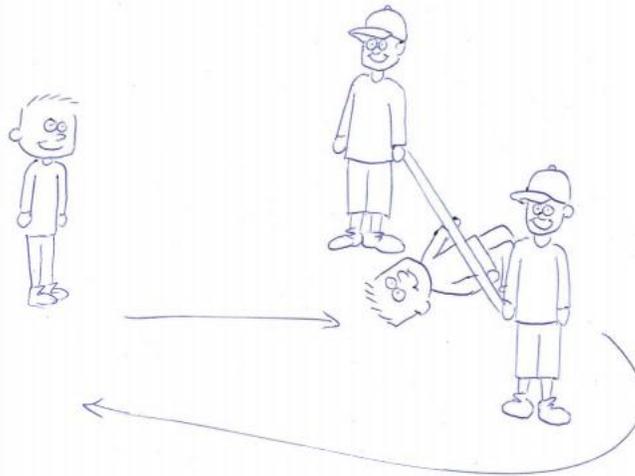
12.

NOM DU JEU :	Limbo
GROUPE D'ÂGE:	4-6 ans
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	6 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	indéterminé
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	intérieur/extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Organisation corporelle/équilibre

MATÉRIEL : Bâton, musique

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Deux intervenants tiennent une barre dans le sens horizontal à une hauteur donnée. Les enfants doivent passer sous la barre de façon à ce que le nombril traverse en premier la barre et la tête à la fin (attention, c'est tentant de passer la tête en premier). L'enfant devra donc avancer, sous la barre, de face, le dos cambré et la tête qui regarde le plafond. Une fois son tour passé, il retourne derrière la file pour recommencer. Pendant ce temps, les intervenants descendent de plus en plus le niveau de la barre jusqu'à une hauteur raisonnable.



13.

NOM DU JEU :

La course des dos-ronds

GROUPE D'ÂGE:

6 ans

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

2 et +

DURÉE DE L'ACTIVITÉ :

5 -10 minutes

TYPE D'ACTIVITÉ :

en groupe

ENDROIT:

intérieur/extérieur

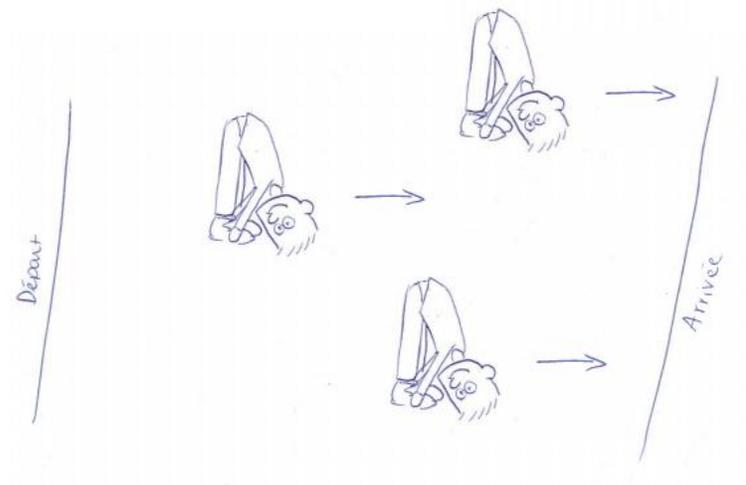
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :

Équilibre

MATÉRIEL : Aucun

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

- 1) Déterminer une ligne de départ et d'arrivée.
- 2) Les joueurs pliés en deux, essaient d'avancer le plus vite possible en se tenant les chevilles.



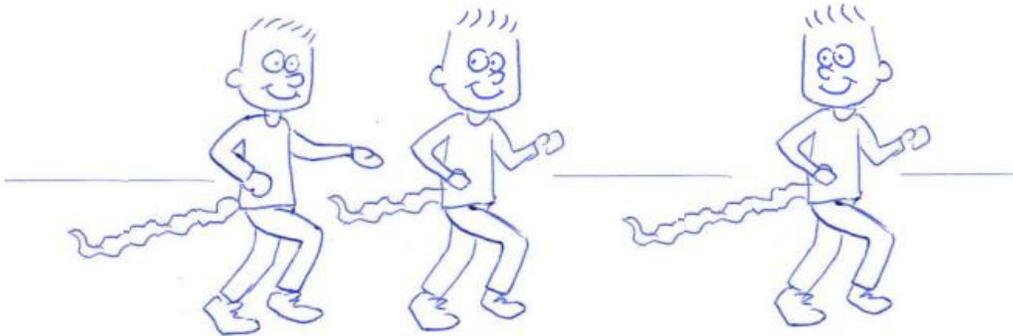
14.

NOM DU JEU :	Les lézards
GROUPE D'ÂGE:	<i>6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	4 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10 minutes et +
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	intérieur/extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Il faut arracher la queue des lézards tout en faisant en sorte de garder la sienne.

MATÉRIEL : Ficelle, une pince à linge par joueur

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

- 1) À l'aide de la pince à linge, attacher une ficelle au bas du dos de chaque joueur. Cette queue de lézard doit traîner d'environ 20 centimètres sur le sol.
- 2) Au signal de départ, tous les lézards essayent de se marcher sur la queue!
- 3) Le lézard qui a perdu sa queue est éliminé, le dernier à l'avoir gardée est le gagnant.



15.

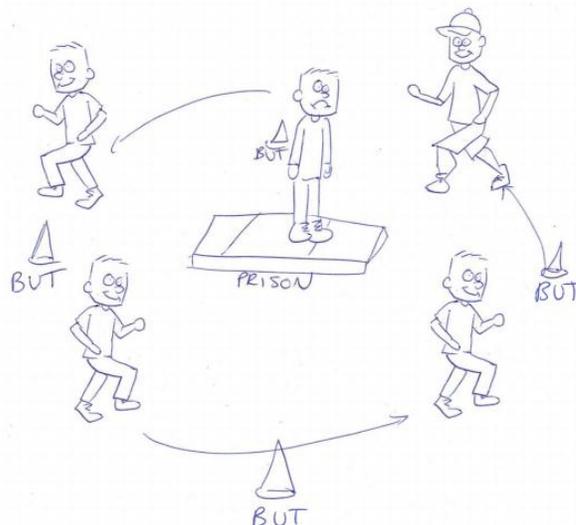
NOM DU JEU :	Les 4 coins
GROUPE D'ÂGE:	4-6 ans
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	9 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	à déterminer
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	grand local/ extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Habilité et... rusé! Organisation orientation corporelle

MATÉRIEL : 5 matelas ou 4 cônes (1 tapis pour le centre)

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

- 1) On place aux 4 coins du local un but (matelas ou cônes).
- 2) On place également une prison au milieu du local (matelas).

Au signal de l'intervenant, les enfants peuvent commencer à se déplacer d'un but à l'autre, en tournant dans le sens horaire. Le sens importe peu, mais tous les enfants doivent aller dans la même direction pour éviter les accidents. L'intervenant essaie d'attraper les enfants pour les emmener en prison. Par contre, il n'a pas le droit d'attraper les enfants quand ceux-ci sont sur un but. Le jeu se termine quand tous les enfants sont en prison. Par la suite, quand les enfants sont plus à l'aise avec le jeu ils ont le droit de délivrer les prisonniers. Voici la façon de faire: *l'enfant doit aller prendre le prisonnier par la main pour le conduire à un but. Si les deux enfants ne se tiennent pas par la main, la délivrance n'est pas bonne et le prisonnier doit retourner en prison. Si l'intervenant attrape un des deux enfants, les deux s'en vont en prison.*



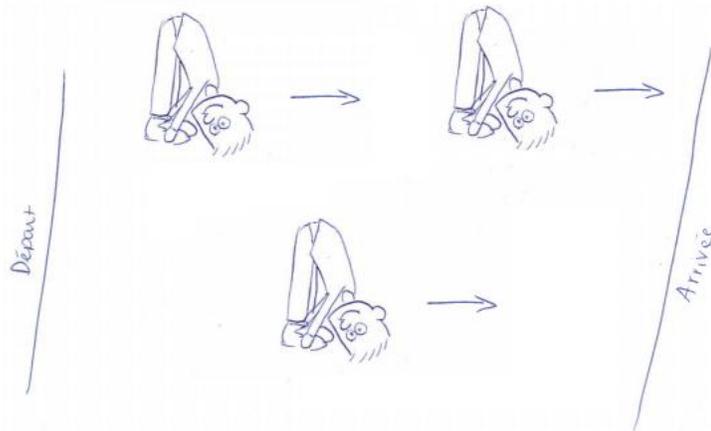
16.

NOM DU JEU :	La course des singes
GROUPE D'ÂGE:	6 ans
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	4 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10-15 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Habilitété, tonus et coordination

MATERIEL: Aucun

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Tracez une ligne de départ et une ligne d'arrivée. Tous les joueurs se placent les uns à côté des autres à environ un bras de distance. Chacun agrippe ses chevilles avec ses mains. Au signal, la course commence. Si un des joueurs lâche ses chevilles (ou même une seule d'entre elles) ou s'il trébuche et tombe, il doit reprendre dès le début. Le premier qui passe la ligne d'arrivée est déclaré gagnant.



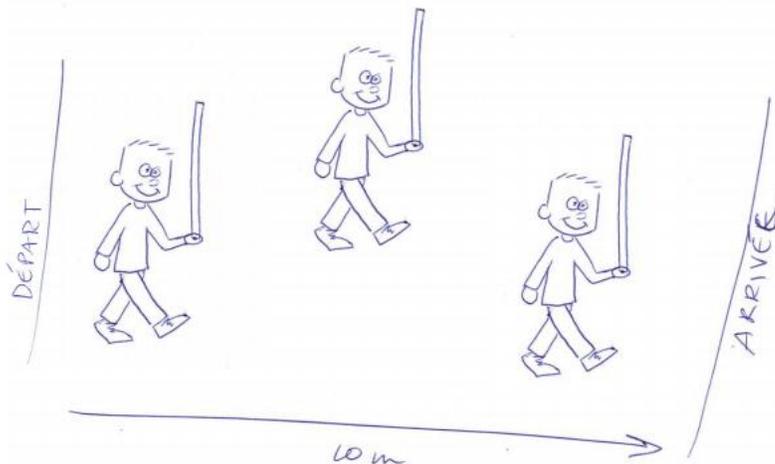
17.

NOM DU JEU :	La course verticale
GROUPE D'ÂGE:	6 ans
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	2 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	5 – 10 minutes + selon le niveau
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	intérieur/extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Équilibre

MATERIEL: Bâtons, cannes ou parapluies

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

- 1) Les concurrents doivent parcourir une dizaine de mètres avec un bâton, une canne ou un parapluie posé verticalement en équilibre sur leur main tendue.
- 2) Suivre attentivement les mouvements du haut du bâton et réagir en conséquence est le meilleur moyen pour ne pas le faire tomber... et de gagner la course.



18.

NOM DU JEU :

La course à l'envers

GROUPE D'ÂGE:

dès 6 ans

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

2 et + avec 1 meneur

DURÉE DE L'ACTIVITÉ :

5 minutes et +

TYPE D'ACTIVITÉ :

en groupe

ENDROIT:

grand local/ extérieur

BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :

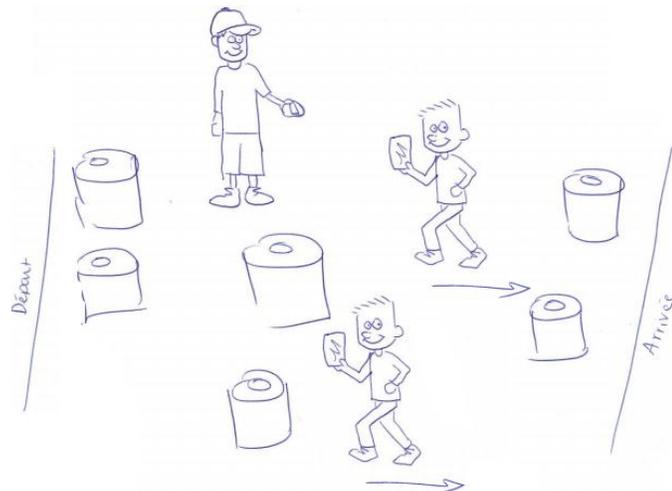
Il faut réaliser le meilleur temps. Le parcours s'effectuant à l'envers, mieux vaut jouer sur le gazon en prévision des chutes. (Équilibre, tonus, organisations orientation corporelle et sensibilité)

MATÉRIEL : Chronomètre, grands cartons, ficelle, miroirs.

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

- 1) Choisir un meneur de jeu qui chronométrera les coureurs. Déplier les cartons, les rouler et maintenir chaque rouleau en forme avec de la ficelle.
- 2) Délimiter une ligne de départ et une ligne d'arrivée. Entre les deux, créer un parcours sinueux avec les gros rouleaux de cartons posés debout sur le sol, par paires.

À reculons, les joueurs devront l'un après l'autre, passé entre les paires de rouleaux le plus vite possible en s'aidant d'un miroir. Chaque rouleau tombé coûte une seconde. Celui qui a effectué le meilleur temps a gagné.



19.

NOM DU JEU :	La course des garçons de café
GROUPE D'ÂGE:	<i>dès 6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANT :	2 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	5 minutes et +
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe ou en équipe
ENDROIT:	grand local/ extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Équilibre, tonus, organisations orientation corporelle et sensibilité

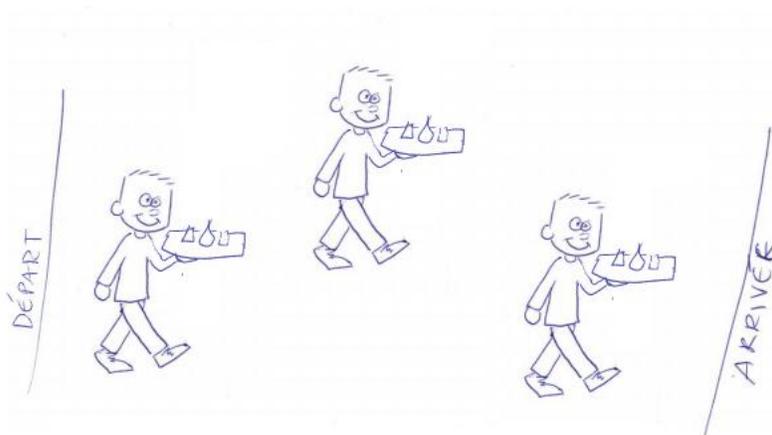
MATÉRIEL : Plateaux, petites bouteilles en plastique

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

- 1) Définir les lignes de départ et d'arrivée
- 2) Poser sur la paume des concurrents un plateau sur lequel se trouvent plusieurs petites bouteilles en plastique plus ou moins remplies d'eau.

Les garçons de café doivent exécuter le plus rapidement possible un parcours déterminé sans faire tomber une seule bouteille! Sinon, élimination!

Le gagnant est celui qui passe le premier la ligne d'arrivée ou qui reste en piste le premier.



20.

NOM DU JEU :

La course à la cuillère

GROUPE D'ÂGE:

Dès 6 ans

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

2 et +

DURÉE DE L'ACTIVITÉ :

5 minutes et +

TYPE D'ACTIVITÉ :

en groupe

ENDROIT:

grand local/ extérieur

BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :

Il faut effectuer un parcours donné, une cuillère dans la bouche. (Tonus, organisation corporelle et sensibilité)

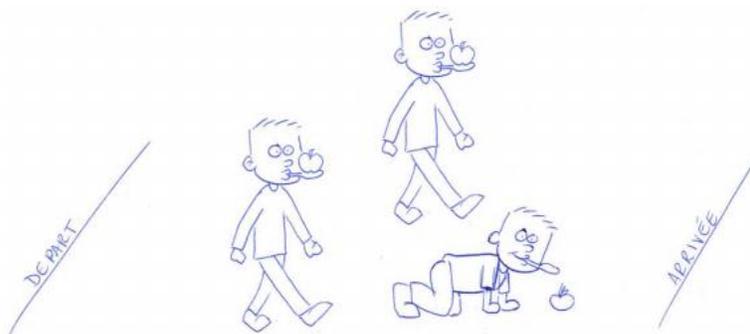
MATÉRIEL : Pomme de terre ou balles, cuillères à soupe

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Délimiter une ligne de départ et une ligne d'arrivée. Déterminer un parcours.

Les joueurs doivent exécuter le parcours avec une cuillère à soupe dans la bouche sur laquelle est posée une petite pomme de terre ou une balle.

Si sa pomme de terre tombe, le joueur doit s'agenouiller pour la ramasser avec la cuillère sans s'aider de ses mains!



21.

NOM DU JEU :	Éventez-le
GROUPE D'ÂGE:	<i>dès 6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	2 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	grand local/ extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	En l'éventant avec un torchon, le joueur doit amener son ballon jusqu'à une ligne d'arrivée puis revenir en courant à la ligne de départ. Bien des surprises en perspective! Organisation orientation corporelle

MATÉRIEL : Torchons, ballons de baudruche (ballons de fête)

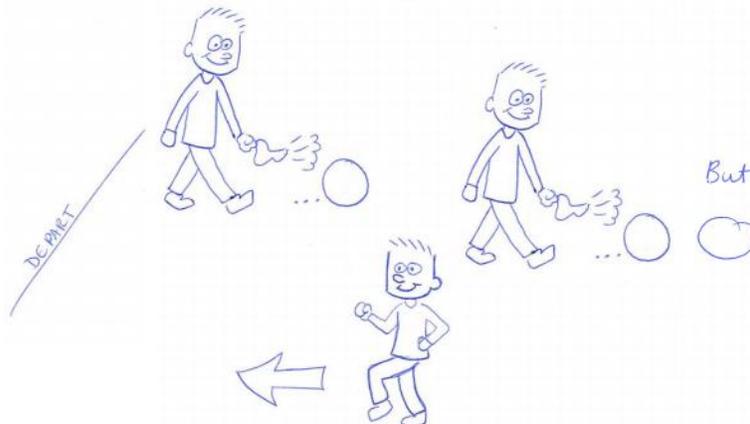
DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

- 1) Délimiter une ligne de départ et ligne d'arrivée espacée d'au moins 10 mètres.
- 2) Les joueurs se placent sur la ligne de départ, leur torchon en main, leur ballon posé devant leurs pieds.

Au signal, tous les joueurs agitent leur torchon pour faire avancer leur ballon à coup d'air. Arrivé au but, ils reviennent en courant au départ. Il est bien sur interdit de toucher le ballon avec les mains ou les pieds.

Le premier qui termine la course a gagné.

Si les joueurs sont nombreux, ce jeu peut devenir une course à relais.



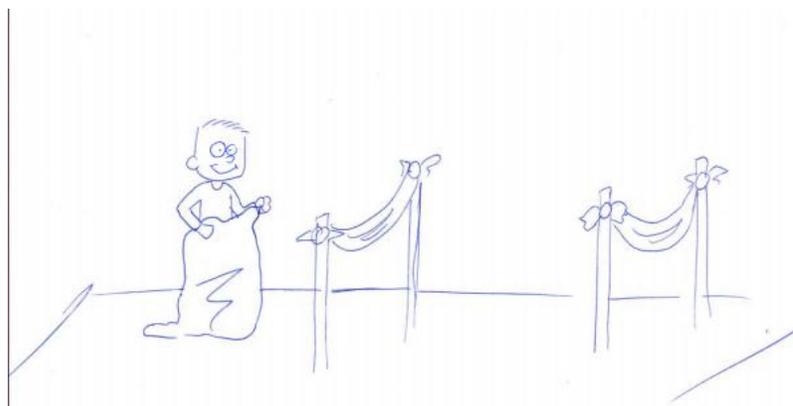
22.

NOM DU JEU :	La course aux foulards
GROUPE D'ÂGE:	6 ans
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	2 et + (nombre pair)
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en équipe
ENDROIT:	intérieur/extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Équilibre, tonus (haha mieux vaut avoir des solides mollets et être habile de ses mains!)

MATÉRIEL : Sac à patates (ou grands sacs de poubelle), des piquets, foulards

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

- 1) Déterminer une ligne de départ et d'arrivée. Placer 8 piquets en deux lignes parallèles le long du parcours. Attacher un foulard à chacun.
- 2) Deux concurrents, placés sur la ligne de départ, enfilent jusqu'à la poitrine un grand sac (sac de patates ou deux grands sacs de poubelle ce qui augmentera leur résistance).
- 3) Au signal, tenant le haut du sac à deux mains, les joueurs s'élancent par bond en sautant à pieds joints jusqu'au premier piquet. Il faut détacher le foulard, sauter jusqu'au piquet suivant, etc.



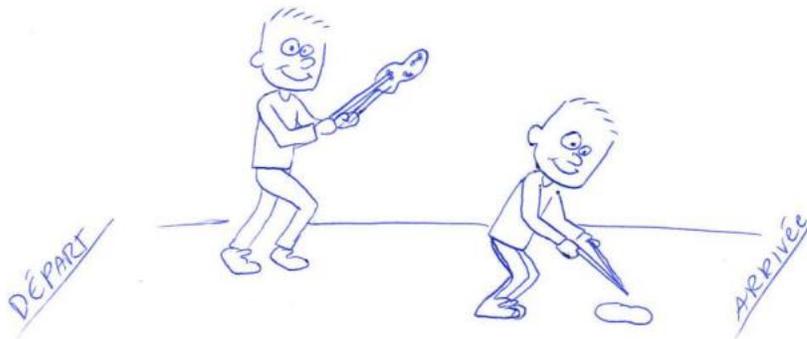
23.

NOM DU JEU :	Le porter aux baguettes
GROUPE D'ÂGE:	<i>dès 6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	6 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	5 à 10 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en équipe
ENDROIT:	intérieur/extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Il faut courir sans laisser tomber sa pomme de terre. (Équilibre, coordination, tonus)

MATÉRIEL : Pomme de terre ou pin, baguettes de bois de 60 centimètres

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

1. Délimiter une ligne de départ et une ligne de fond d'arriver
2. Prendre des baguettes de 60 centimètres de long et choisir des pommes de terre toutes de la même grosseur.
3. Les joueurs coincent la pomme de terre entre leurs baguettes. Au signal de départ, ils avancent aussi vite que possible jusqu'à la ligne d'arrivée puis reviennent.
4. Si la pomme de terre tombe, ils doivent la ramasser avec leurs baguettes, sans se servir de leurs mains et reprendre la course.



24.

NOM DU JEU :	Le livre en équilibre
GROUPE D'ÂGE:	<i>6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	4 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	5-10 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	intérieur/ extérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Habilité et rusé

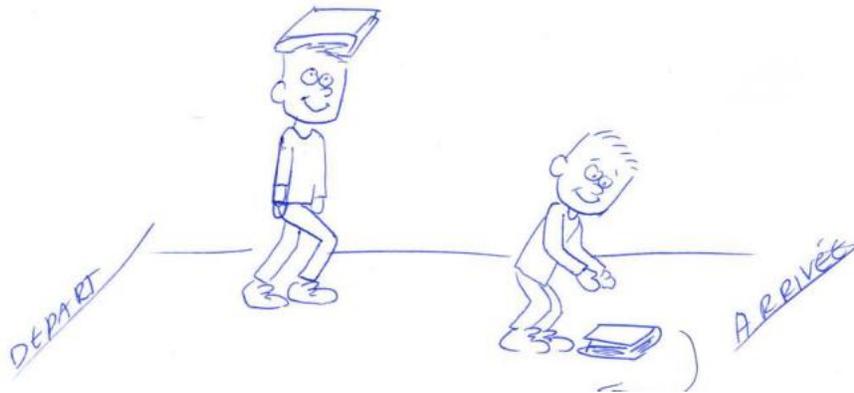
MATÉRIEL : Un livre de même format par joueur

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Tracez une ligne de départ et une ligne d'arrivée. Tous les joueurs se placent les uns à côté des autres à environ un bras de distance. Chaque joueur pose son livre sur sa tête et au signal, la course commence. Le premier qui franchit la ligne d'arrivée est déclaré gagnant. Si le livre tombe en cours de route, le joueur peut recommencer à partir de la ligne de départ. L'usage des mains, pendant la course, est interdit. Celui qui s'en rend coupable est disqualifié.

VARIANTE :

Pour les joueurs plus âgés, remplacez les livres par un petit bol de plastique dur contenant des pois secs ou même de l'eau.



25.

NOM DU JEU :	Cogne-postérieur
GROUPE D'ÂGE:	5 ans et +
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	4 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	5 – 10 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	intérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Tonus

MATÉRIEL : Aucun

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Déterminer une ligne de départ et une ligne d'arrivée.

Faites asseoir tous les joueurs à la ligne de départ, les jambes étendues devant eux, les fesses sur la ligne.

Au signal, la course commence. Les participants ne doivent avancer que grâce à la force de leur postérieur, sans jamais poser les mains par terre. Le premier dont les fesses touchent la ligne d'arrivée est déclaré gagnant. Si un joueur touche le sol de ses mains, il est soit éliminé, soit condamné à retourner à la ligne de départ et recommencer.

VARIANTE :

Pour les joueurs en forme, faites faire l'aller-retour, ou encore l'aller de l'avant et le retour de reculons.



26.

NOM DU JEU :	Le «cent» chaud
GROUPE D'ÂGE:	<i>6 ans</i>
NOMBRE DE PARTICIPANTS :	4 et +
DURÉE DE L'ACTIVITÉ :	10-15 minutes
TYPE D'ACTIVITÉ :	en groupe
ENDROIT:	intérieur
BUT OU COMPOSANTE TRAVAILLÉE :	Jeu d'écoute et de concentration

MATÉRIEL : Un sou noir

DESCRIPTION ET RÈGLEMENTS :

Un joueur est désigné le meneur du jeu. Les autres joueurs sortent de la salle pendant que le meneur cache la pièce d'un cent. Les joueurs reviennent ensuite et se mettent à la recherche de la pièce. Le meneur du jeu doit donner les indices suivants : «tu réchauffes» lorsqu'il s'en approche; et «tu brûles» lorsqu'il se trouve tout près de l'endroit où est cachée la pièce. Le jeu prend fin dès qu'un joueur découvre le cent : il est déclaré gagnant et devient le meneur de jeu.

