



COMPÉTENCES ET RÉSULTATS DU PROGRAMME :

Les élèves développent et démontrent des habiletés motrices dans une variété d'activités.

DATE :

ORGANISATION/PROGRAMME :

ANIMATEUR DE L'ACTIVITÉ :

GROUPE OU CLASSE :

Locomotion 1.2 : D'île en île

3 à 5 ans

DURÉE : 30 minutes

HABILETÉS : Sauter, sauter à cloche-pied, gambader, sauter avec un élan, marcher, défiler, rouler

MATÉRIEL : Matelas de sol

Introduction (2 - 3 minutes)

Rassemblez les enfants dans l'espace de jeu et assoyez-vous en rond.

Décrivez, en 20 à 30 secondes, ce que vous allez faire aujourd'hui.

Expliquez les règles de sécurité particulières pour cette séance.

Échauffement : Toper en sautant (4 - 5 minutes)

- Demandez aux enfants de se mettre en rang devant vous.
- Reculez d'un pas, levez une main la paume vers l'avant et demandez aux enfants de sauter à tour de rôle pour la « toper ».
- Ajustez la hauteur de votre main en fonction de la grandeur et de la capacité de chaque enfant.
- Lorsque chaque enfant aura sauté, demandez-leur de reformer un rang et de le refaire, mais augmentez légèrement la hauteur afin qu'ils essaient de sauter plus haut.
- Répétez l'exercice cinq à dix fois, en fonction du niveau d'amusement et de fatigue des enfants.

Activité 1 : Jean dit (8 - 10 minutes)

- Demandez aux enfants de suivre vos directives de mouvement et de vous imiter.
- Expliquez que vous direz « *Jean dit...* » ou votre nom suivi de « *... dit...* ».
- Expliquez que si vous ne dites pas votre nom ou « *Jean dit...* » avant une directive, les enfants ne doivent pas bouger.
- Si un enfant bouge alors que vous n'avez pas dit votre nom ou « *Jean dit...* », il doit s'asseoir et se relever rapidement. (Ce qu'ils doivent faire au lieu d'être éliminés.)
- À chaque directive de mouvement, demandez aux enfants de s'arrêter après 5 à 10 secondes, laissez-les se reposer pendant quelques secondes au besoin, puis donnez-leur une nouvelle directive.
- Suggestions de directives :
 - » *Sautez sur place.*
 - » *Sautez à cloche-pied, sur une jambe.*
 - » *Marchez comme un soldat, sur place (levez les genoux).*
 - » *Marchez lentement.*
 - » *Suivez-moi en marchant rapidement.*
 - » *Avancez en sautant avec les deux pieds.*
 - » *Avancez en sautant à cloche-pied sur une jambe.*
 - » *Avancez en gambadant.*
 - » *Marchez comme un crabe.*
 - » *Marchez comme un canard.*
 - » *Sautez comme une grenouille.*
 - » *Roulez comme une bûche.*

CONSEILS POUR LES INSTRUCTIONS

- Assurez-vous que les enfants sont bien dispersés et ont assez d'espace.
- Après leur avoir donné plusieurs directives, laissez les enfants diriger l'activité à tour de rôle.

RAPPELS

- *Gardez la tête bien haute.*
- *Regardez où vous allez.*

Activité 2 : D'île en île (8 - 10 minutes)

- Placez des matelas de sol autour de l'espace de jeu (un matelas par enfant) et expliquez que les matelas représentent des îles.
- Expliquez que l'espace entre les îles et autour d'elles est de « l'eau » et que l'eau est infestée de requins.
- Lorsque vous demandez un mouvement (voir activité 1 ci-dessus), les enfants doivent se déplacer dans « l'eau » entre les îles (matelas) en utilisant cette habileté de déplacement.
- Lorsque vous criez « attaque de requin », les enfants doivent sauter sur une île pour être en sécurité.
- Lorsque vous avez joué quelques parties, retirez la moitié des matelas.
- Les enfants peuvent maintenant « partager » une île avec un autre ami.

RAPPELS

- *Gardez la tête bien haute.*
- *Regardez où vous allez.*

Récapitulatif (2 minutes)

Rassemblez les enfants et assoyez-vous de nouveau en rond.

Parlez de ce que le groupe a fait aujourd'hui et demandez aux enfants ce qu'ils ont préféré.

Passez à votre prochaine activité, un jeu libre ou autre.