



DATE :

ORGANISATION/PROGRAMME :

ANIMATEUR DE L'ACTIVITÉ :

GROUPE OU CLASSE :

COMPÉTENCES ET RÉSULTATS DU PROGRAMME :

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

Locomotion 1.3 : La marche des animaux

3 à 5 ans

DURÉE : 30 minutes

HABILITÉS : Sauter, sauter à cloche-pied, gambader, courir, galoper

MATÉRIEL : Sacs de pois, cerceaux, musique, ruban masque ou corde à sauter

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 : La berge du fleuve (5 - 6 minutes)

- Formez une ligne droite sur le plancher à l'aide d'une corde à sauter, de ruban masqué ou d'une marque existante sur le plancher.
- D'un côté de la ligne se trouve le « fleuve » et de l'autre, la « berge ».
- Tous les enfants se placent du côté « berge » de la ligne avec l'animateur.
- Lorsque l'animateur dit : « fleuve », tout le monde saute à deux pieds sur l'autre côté.
- Lorsque l'animateur dit : « berge », tout le monde saute de nouveau à deux pieds pour revenir.
- Poursuivez cette activité pendant une courte période, puis mélangez les instructions en disant « berge » alors que les enfants sont déjà sur la berge et « fleuve » lorsqu'ils sont déjà du côté du fleuve.
- Voyez combien d'enfants sautent, et profitez-en pour rire avec eux!
- N'éliminez aucun enfant. Demandez simplement aux enfants qui ont sauté au mauvais moment de retourner du bon côté, puis continuez à jouer.

Activité 1 : La démarche des animaux (8 - 10 minutes)

- Demandez aux enfants de se disperser le long d'une extrémité de l'espace de jeu.
- *Qui peut me montrer comment bouge un/une [nommez un animal]?*
- Demandez à un enfant de montrer le mouvement au groupe, puis de rejoindre les autres.
- Demandez aux enfants de se déplacer vers l'autre extrémité de l'espace de jeu de la façon dont se déplacerait cet animal.
- Suggestions d'animaux :
 - » Cheval - au galop
 - » Lapin - tous petits sauts à 2 pieds
 - » Kangourou - sauts groupés
 - » Crabe - sur les paumes et les talons, le ventre vers le haut
 - » Chien - sur les mains et les genoux
 - » Ours - sur les mains et les pieds (sans les genoux)
 - » Poule/canard - genoux pliés et bras repliés en forme d'ailes
 - » Singe - genoux repliés, bras vers le bas, en se balançant
 - » Grenouille - saut avec un élan à partir des mains et des pieds
 - » Éléphant - balancement de trompe, pas en douceur
 - » Oiseau - battements d'ailes
 - » Girafe - sur les orteils en s'étirant

CONSEILS POUR LES INSTRUCTIONS

- Demandez aux enfants de suggérer d'autres animaux.
- Les enfants peuvent faire les bruits des animaux.
- Utilisez de la musique de différents tempos pendant l'activité.

RAPPELS

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

Activité 2 : Saisissez-les! (8 - 10 minutes)

- Répartissez un tas de sacs de pois à une extrémité de l'espace de jeu.
- Les enfants se dispersent le long de l'autre extrémité de l'espace de jeu.
- Tenez-vous près des sacs de pois avec deux cerceaux à vos côtés sur le plancher.
- Montrez un mouvement (p. ex., sauter à cloche-pied) et dites « Saisissez-les ».
- Les enfants doivent sauter à cloche-pied jusqu'à l'autre extrémité de l'espace de jeu, prendre un sac de pois, le déposer dans un des cerceaux à côté de vous et retourner à leur point de départ en faisant des bonds.
- Répétez l'activité avec différents mouvements de déplacement :
 - » courir
 - » sauter
 - » sauter à cloche-pied
 - » galoper
 - » gambader
 - » marcher comme un ours
- Variante : Demandez aux enfants de se déplacer comme les animaux de l'activité 1.

CONSEILS POUR LES INSTRUCTIONS

- Insistez sur le fait qu'il ne s'agit pas d'une course.
- Les enfants devraient s'asseoir pendant la démonstration.

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.

AVERTISSEMENT : Les plans de cours et les activités sont présentés sur ce site Web à des fins éducatives uniquement. L'activité physique n'est pas sans risques et les mouvements proposés sur ce site pourraient occasionner des blessures. Nous déclinons toute responsabilité à l'égard de son contenu.