

MA COUR : UN MONDE DE PLAISIR!

Banque de jeux

ENSEMBLE on fait avancer le Québec

Québec

Édition
La Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux

Les outils du guide Ma cour : un monde de plaisir ! ont été développés en 2009 par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport.

Le présent document s'adresse spécifiquement aux intervenants du réseau québécois de la santé et des services sociaux et du réseau de l'éducation et n'est accessible qu'en version électronique à l'adresse :
www.msss.gouv.qc.ca section **Publications**

Le genre masculin utilisé dans ce document désigne aussi bien les femmes que les hommes.

Dépôt légal
Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2018
Bibliothèque et Archives Canada, 2018
ISBN : 978-2-550-80911-1 (version PDF)

Tous droits réservés pour tous pays. La reproduction, par quelque procédé que ce soit, la traduction ou la diffusion de ce document, même partielles, sont interdites sans l'autorisation préalable des Publications du Québec. Cependant, la reproduction de ce document ou son utilisation à des fins personnelles, d'étude privée ou de recherche scientifique, mais non commerciales, sont permises à condition d'en mentionner la source.

© Gouvernement du Québec, 2018



Utilisation des fiches de jeux

Catégories d'activités

JEU DE BALLON
Jeu qui implique l'utilisation d'au moins un ballon ou une balle. Peut être issu de variantes relatives à un sport collectif. Le terrain utilisé comporte habituellement des limites définies.

JEU DE COURSE ET POURSUITE
Jeu qui exige une rapidité de déplacement ou encore une vitesse de réaction pour récupérer un objet, fuir ou poursuivre un joueur.

JEU D'HABILETÉ
Jeu qui se pratique particulièrement en petit groupe et qui implique davantage des habiletés psychomotrices telles que la coordination et l'équilibre.

Cycle

Le cycle désigné représente le cycle pour lequel le jeu est le plus approprié. Le jeu peut facilement s'adapter à tous les cycles.

Type de groupe

Les jeux sont regroupés en deux principales catégories selon le nombre de joueurs recherché pour la réalisation d'une activité.

Petit groupe : de 1 à 10 joueurs environ.
Grand groupe : plus de 10 joueurs.

Cette information est donnée **à titre indicatif** seulement.

Limites de la zone de jeu

Afin d'alléger le texte, nous avons évité de préciser le matériel nécessaire à l'indication des limites de la zone de jeu. Toutefois, voici les principaux éléments facilitant une indication simple des limites d'un jeu.

Sur une surface asphaltée :

- Peinture ou traçage permanent
- Craie
- Cordes (en évitant de les attacher à deux extrémités pour éviter les blessures)
- Cônes
- Éléments physiques déjà existants : mur, clôture, porte, etc.

Sur une surface gazonnée :

- Cônes
- Cordes (en évitant de les attacher à deux extrémités pour éviter les blessures)

Sur une surface enneigée :

- Cônes
- Cordes (en évitant de les attacher à deux extrémités pour éviter les blessures)
- Ligne creusée dans la neige
- Mélange d'eau et de colorant alimentaire
- Petits drapeaux plantés dans la neige

Variantes

Des variantes permettent de modifier certaines règles du jeu. D'autres permettent d'ajouter de nouveaux éléments au jeu ou encore de modifier l'intensité physique ou le niveau de difficulté. Ainsi, les variantes peuvent contribuer à l'adaptation d'un jeu pour un cycle différent de celui pour lequel il a été prévu.

Le symbole * utilisé en tant que puce dans cette section de la fiche indique comment adapter l'activité afin qu'elle puisse être pratiquée en hiver.

Ce symbole à côté du titre indique que le jeu présenté est réalisable en saison hivernale.

Ce symbole sous la rubrique *Déroulement du jeu* donne une consigne de sécurité à respecter.

Le chien et le chat

BALLON

COURSE ET POURSUITE

HABILETÉ

1

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

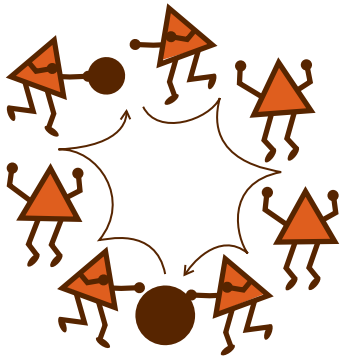
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Une balle
Un ballon

But du jeu

Passer rapidement la balle et le ballon d'un joueur à l'autre pour que le ballon rattrape la balle.



Déroulement du jeu

- Les participants se placent en cercle.
- Au début du jeu, le chat (la balle) circule d'un joueur à l'autre vers la gauche.
- Lorsque la balle a parcouru la moitié du cercle, le chien (le ballon) commence à circuler dans le même sens d'un joueur à l'autre.
- Le jeu se termine lorsque le chien a rattrapé le chat.
- Le jeu peut recommencer de la même façon ou en utilisant une variante.

Variantes

- N'utiliser qu'une seule main pour passer le ballon et la balle.
- Jouer à deux équipes. Les joueurs de chacune des équipes sont placés en alternance en cercle. Une équipe passe le ballon, l'autre, la balle. La première équipe dont le ballon ou la balle dépasse celui de l'équipe adverse l'emporte.
- Jouer le dos tourné au centre.
- Ajouter des balles et des ballons qui circulent à contresens pour augmenter la difficulté.



Protège ton trésor

BALLON

COURSE ET POURSUITE

HABILETÉ

2

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

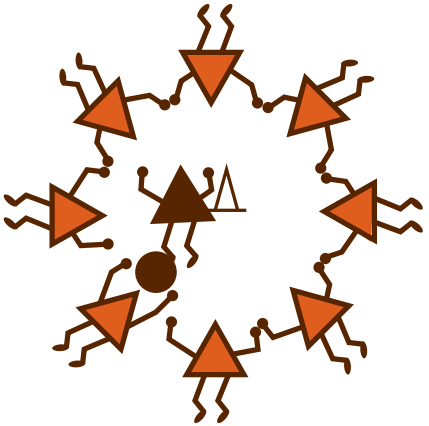
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon
Un cône ou une quille

But du jeu

Faire tomber le trésor protégé par le gardien à l'aide d'un ballon.



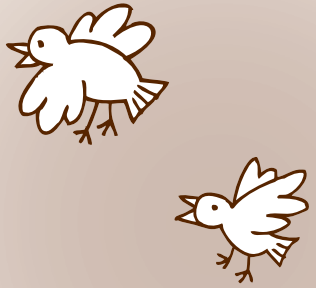
Déroulement du jeu

- Les joueurs sont placés en cercle.
- Un trésor, représenté par un cône, est placé au centre du cercle.
- Un gardien est désigné pour protéger le trésor.
- Les joueurs tentent de renverser le trésor avec le ballon. Ils peuvent déjouer le gardien en se faisant des passes.
- Lorsque le trésor est renversé, le joueur qui a fait tomber le trésor devient le gardien pour la prochaine partie.

❗ S'assurer que les joueurs en cercle ne sont pas trop près du trésor.

Variantes

- Utiliser plusieurs ballons.
- Selon le nombre de participants, ajouter des cônes et des gardiens. Lorsqu'il y a plus d'un gardien, chacun est assigné à la protection d'un seul trésor. Lorsqu'un trésor tombe, le gardien défait se joint aux autres joueurs pour tenter de faire tomber les autres trésors.



La chasse aux chevreuils

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

3

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

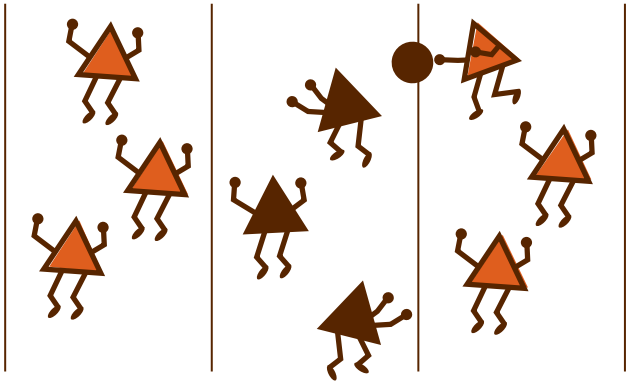
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Demeurer un chevreuil le plus longtemps possible en évitant de se faire toucher par un ballon en tout temps. Les chasseurs tentent de devenir des chevreuils en lançant le ballon sur ces derniers.



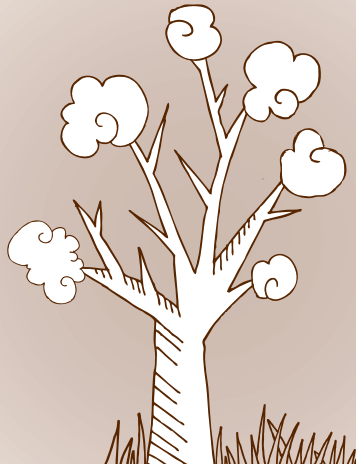
Déroulement du jeu

- Le terrain est divisé en trois parties égales.
- Le tiers des joueurs se place au centre du terrain et représente les chevreuils.
- Les autres joueurs sont répartis dans chacune des extrémités du terrain et sont les chasseurs.
- Les chasseurs lancent le ballon d'un côté ou de l'autre du terrain en essayant de toucher un chevreuil.
- Le chevreuil ne peut pas attraper le ballon.
- Lorsque le chasseur touche un chevreuil avec le ballon, il change de place avec lui.
- Quand le jeu se termine, les chevreuils remportent la partie.

! Il est interdit de viser la tête lors d'un lancer. S'il arrive qu'un joueur soit touché à la tête par le ballon, il ne deviendra pas chasseur.

Variantes

- Utiliser plusieurs ballons.
- Les chevreuils se placent les mains sur la tête pour imiter les bois d'un chevreuil.



Ballon-milieu

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

4

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Tenter de toucher le joueur au centre en lançant le ballon sans qu'il ne puisse l'attraper.



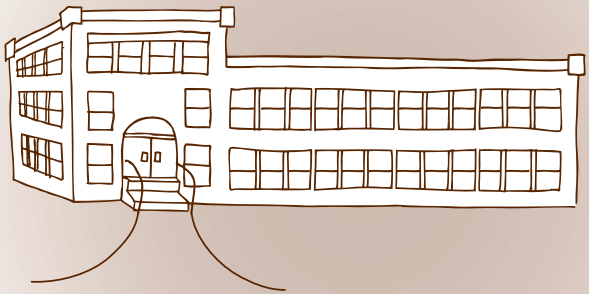
Déroulement du jeu

- Deux joueurs se placent à environ 8 m de distance et un joueur se place au milieu.
- Les joueurs situés aux extrémités tentent de toucher le joueur du centre en lançant le ballon directement sur lui sans qu'il ne puisse l'attraper.
- Le joueur qui a réussi à toucher le joueur du centre prend sa place.
- Si le joueur du centre attrape directement le ballon, il se retourne et le remet à l'autre joueur.

! Il est interdit de viser la tête lors d'un lancer. S'il arrive que le joueur du centre soit touché à la tête, le jeu continuera sans qu'il ne change de place.

Variantes

- Jouer avec plus d'un joueur au centre et utiliser plusieurs ballons.
- Il est possible de tracer une ligne au sol pour chacun des joueurs des extrémités afin qu'ils ne se retrouvent pas trop près du joueur du centre.
- Deux joueurs se font des passes avec le ballon alors qu'un troisième joueur, placé au centre, tente d'intercepter le ballon. Lorsque le ballon est intercepté, c'est le dernier joueur à l'avoir lancé qui devient le joueur au centre.



Le loup dans la forêt

BALLON

COURSE ET POURSUITE

HABILETÉ

5

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

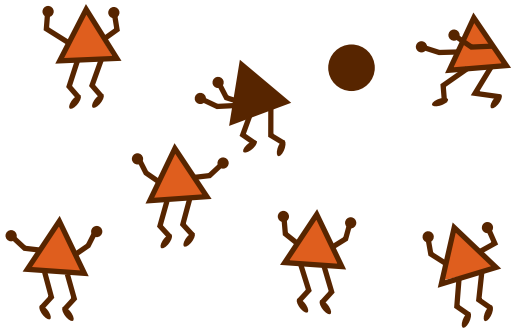
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Attraper le loup qui se promène dans la forêt en le touchant avec le ballon.



Déroulement du jeu

- Un joueur est choisi pour être le loup. Les autres se dispersent sur le terrain bien délimité et sont les arbres de la forêt.
- Les arbres ne peuvent pas se déplacer, ils ne peuvent que pivoter sur eux-mêmes.
- Le loup est la seule personne qui peut se déplacer partout sur le terrain.
- Les arbres se font des passes pour essayer de toucher le loup avec le ballon.
- L'arbre qui réussit à toucher le loup change de rôle avec ce dernier.

❗ Attention de toujours lancer le ballon sous les épaules.

Variantes

- Augmenter le nombre de loups et de ballons.
- Exiger un minimum de deux passes avant un lancer en direction du loup.



Course contre le ballon

BALLON

COURSE ET POURSUITE

HABILETÉ

6

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

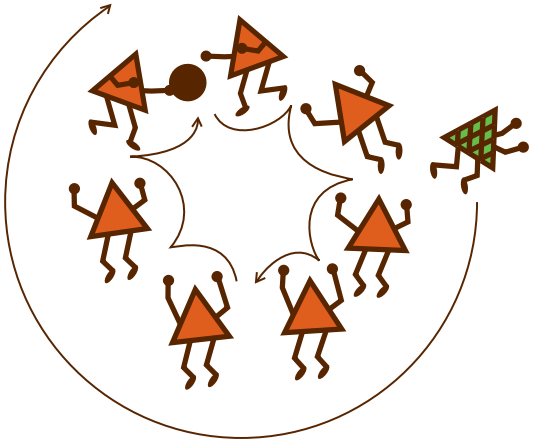
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Le coureur doit réussir à faire le tour du cercle plus rapidement que le ballon qui circule.

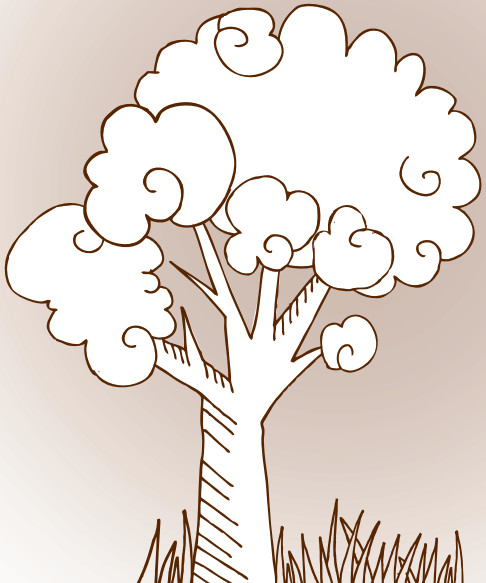


Déroulement du jeu

- Les joueurs forment un grand cercle en étant séparés à environ un bras de distance de leurs voisins.
- Au début du jeu, le ballon est remis à un joueur.
- Le joueur qui a le ballon doit alors le remettre à son voisin.
- Dès qu'il a remis le ballon, le joueur doit courir à l'extérieur du cercle pour revenir à sa position initiale le plus rapidement possible.
- Pendant ce temps, les joueurs se passent rapidement le ballon d'un à l'autre pour lui faire compléter le tour du cercle avant l'arrivée du coureur.
- Une fois que le premier joueur a réintégré sa place, le joueur suivant refait la même course et tous les joueurs tentent ainsi de relever le défi d'être plus rapide que le ballon.

Variantes

- Rapprocher ou distancer davantage les joueurs formant le cercle pour ajuster le niveau de difficulté.
- Utiliser plusieurs ballons.



Mini-soccer

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

7

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

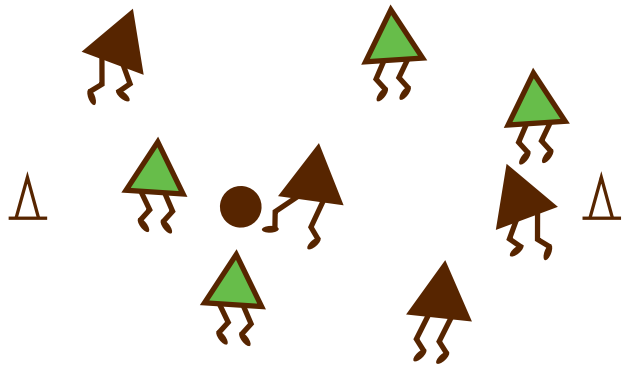
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon de soccer
Deux cônes

But du jeu

Toucher le cône de l'équipe adverse avec le ballon.



Déroulement du jeu

- Délimiter un terrain et placer un cône à chacune des extrémités du terrain.
- Diviser le groupe en deux équipes d'environ quatre joueurs. S'il y a une personne de plus, elle peut être l'arbitre ou se joindre à l'une des deux équipes.
- Les joueurs doivent toucher le cône de l'équipe adverse avec le ballon pour faire un point.
- Le jeu débute par une mise au jeu entre deux joueurs.
- Les joueurs doivent se faire des passes en frappant le ballon avec leurs pieds.
- L'utilisation des mains et des bras pour toucher le ballon est interdite.
- Lorsqu'une équipe marque un point, l'équipe adverse prend le ballon pour repartir le jeu à partir de l'endroit où le but a été fait.
- L'équipe qui a le plus de points remporte la partie.

Variante

- Utiliser des buts au lieu de cônes.



Basket-bac

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

8

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

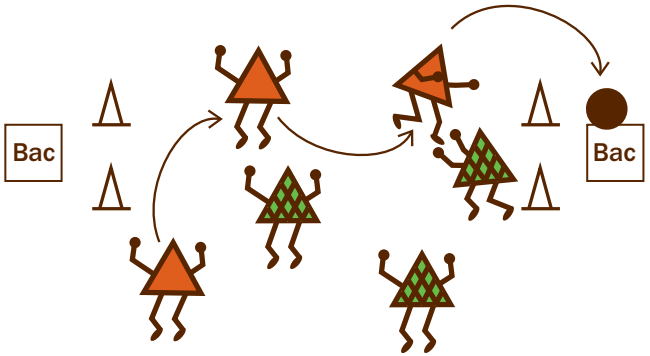
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon
Deux bacs
Quatre cônes

But du jeu

Compter un but en lançant le ballon dans le bac de l'équipe adverse déposé au sol.



Déroulement du jeu

- Les bacs sont déposés aux extrémités du terrain.
- À environ 1 m du bac, à l'intérieur de l'aire de jeu, deux cônes indiquent la ligne à ne pas franchir par les joueurs pour que le bac reste libre en tout temps.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Le jeu débute lorsque le meneur de jeu lance le ballon dans les airs au centre du terrain où se trouve un joueur de chaque équipe.
- Les joueurs tentent de lancer le ballon dans le bac de l'équipe adverse en se faisant des passes.
- Les joueurs doivent s'immobiliser lorsqu'ils sont en possession du ballon et n'ont que cinq secondes pour effectuer une passe à un coéquipier.
- Un point est marqué pour l'équipe qui envoie son ballon dans le bac de l'équipe adverse.
- L'équipe qui a le plus de points remporte la partie.

! Aucun contact physique n'est permis et les joueurs ne peuvent pas enlever le ballon des mains d'un autre joueur.



Variantes

- Utiliser plusieurs ballons.
- Prévoir un nombre minimal de passes avant de lancer le ballon dans le bac.



- Retirer les cônes devant le bac pour permettre aux joueurs de s'avancer davantage des bacs.
- Jouer avec un ballon de basket-ball et permettre aux joueurs de se déplacer en dribblant avec le ballon.

Ballon-marteau

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

9

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

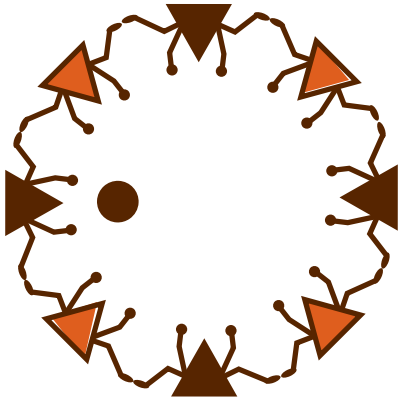
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Faire sortir le ballon du cercle en le poussant entre les jambes d'un adversaire.



Déroulement du jeu

- Les joueurs forment un cercle en ayant les jambes écartées et les pieds collés sur ceux des joueurs de chaque côté.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes selon leur position dans le cercle en alternance.
- Penchés vers l'avant, les joueurs frappent le ballon avec leurs mains jointes.
- Le ballon doit rester en tout temps au sol.
- Les joueurs doivent faire circuler le ballon et tenter de le faire sortir du cercle en le poussant entre les jambes d'un adversaire.
- L'équipe qui fait sortir le ballon du cercle marque un point.
- Le joueur dont le ballon est passé entre les jambes doit continuer à jouer avec une seule main.
- L'équipe qui a accumulé le plus de points remporte la partie.

Variantes

* Le joueur dont le ballon a passé entre ses jambes continue de jouer à genoux.

- Ajouter des ballons supplémentaires.
- Lorsque le ballon sort du cercle, le joueur qui n'a pas réussi à arrêter le ballon continue de jouer en se retournant vers l'extérieur du cercle.



Ballon-ciel

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

10

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

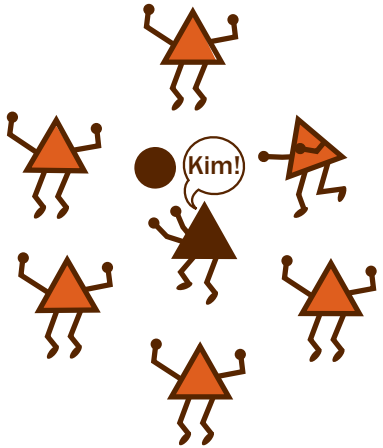
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Le joueur nommé doit attraper le ballon avant qu'il ne fasse plus d'un bond au sol.



Déroulement du jeu

- Les joueurs forment un cercle et un joueur est désigné pour aller au centre du cercle.
- Le joueur placé au centre nomme un joueur au moment où il lance le ballon au-dessus de sa tête.
- Le joueur nommé se dirige au centre du cercle et tente d'attraper le ballon avant qu'il ne fasse plus d'un bond au sol.
- S'il réussit, il prend la place du lanceur. S'il ne réussit pas, il reprend sa place dans le cercle.

! Le lanceur doit lancer le ballon à au moins un mètre au dessus de sa tête.

Variante

- Attribuer des numéros à chacun des joueurs. Le joueur du centre crie un numéro au lieu de crier un prénom.



Ballon prisonnier

BALLON

COURSE ET POURSUITE

HABILETÉ

11

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

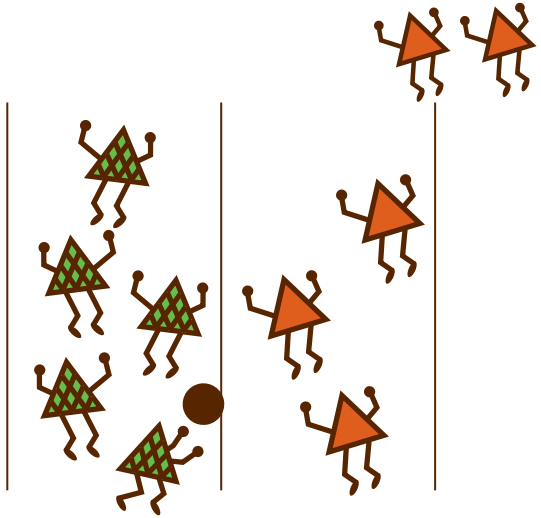
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Retirer les joueurs de l'équipe adverse en lançant le ballon directement sur un joueur sans qu'il ne l'attrape.



Déroulement du jeu

- Le terrain rectangulaire est divisé en deux parties égales.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Les joueurs tentent de toucher les membres de l'équipe adverse en lançant le ballon directement en visant en bas des épaules.
- Si le ballon touche directement le joueur, il est retiré à moins qu'il ait attrapé le ballon.
- Un joueur touché n'est pas retiré si le ballon est attrapé avant de toucher le sol par un autre joueur de l'équipe.
- Le joueur retiré reste sur le côté du terrain jusqu'à ce qu'un joueur de son équipe attrape directement le ballon. Tous les joueurs de cette équipe peuvent alors réintégrer le jeu.
- Le jeu se termine lorsque tous les joueurs d'une équipe sont retirés. L'équipe ayant encore des joueurs remporte la partie.

❗ Il est interdit de viser la tête lors d'un lancer. S'il arrive qu'un joueur soit touché à la tête, il ne sera pas retiré du jeu.





Variantes

- Utiliser plusieurs ballons.
- Lorsqu'un joueur est touché, il joue avec une seule main et il est retiré s'il se fait toucher de nouveau.
- Seul le premier joueur à avoir été retiré peut réintégrer le jeu lorsqu'un coéquipier attrape directement le ballon.
- Le jeu se termine après une période de temps prédéterminée. L'équipe ayant le plus de joueurs remporte la partie.
- Le joueur touché change d'équipe.

Ballon chasseur sans frontière

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

12

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

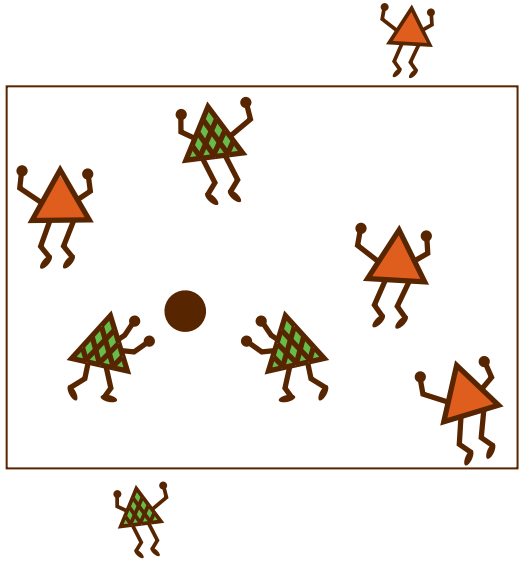
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon
Des dossards

But du jeu

Éliminer les joueurs de l'équipe adverse en lançant le ballon directement sur un joueur sans qu'il ne l'attrape.



Déroulement du jeu

- Contrairement au ballon chasseur, les joueurs peuvent circuler partout sur le terrain délimité.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes, identifiés par des dossards.
- Le joueur qui a le ballon en sa possession ne peut pas se déplacer sur le terrain.
- Les joueurs tentent de toucher les membres de l'équipe adverse en lançant le ballon directement en visant en bas des épaules.
- Un joueur touché n'est pas retiré si le ballon est attrapé avant de toucher le sol par un autre joueur de l'équipe.
- Les joueurs ont la possibilité de se faire des passes pour déjouer les adversaires.
- Lorsqu'un joueur est touché, il se place à l'extérieur du terrain d'où il continuera de jouer pour aider son équipe.
- Si un joueur attrape directement le ballon, tous les joueurs de cette équipe à l'extérieur du terrain peuvent alors réintégrer le jeu.
- L'équipe qui est la plus nombreuse lors de la fin du jeu remporte la partie.

! Il est interdit de viser la tête lors d'un lancer. S'il arrive qu'un joueur soit touché à la tête, il ne sera pas retiré du jeu.

Variantes

* Lorsqu'un joueur se fait toucher, il continue de jouer à genoux. S'il atteint un joueur, il peut recommencer à jouer debout.
- Utiliser plusieurs ballons.
- Lorsqu'un joueur est touché, il peut continuer de jouer avec une seule main avant d'être retiré s'il se fait toucher de nouveau.
- Séparer les joueurs en trois ou quatre équipes.

Ballon carré

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

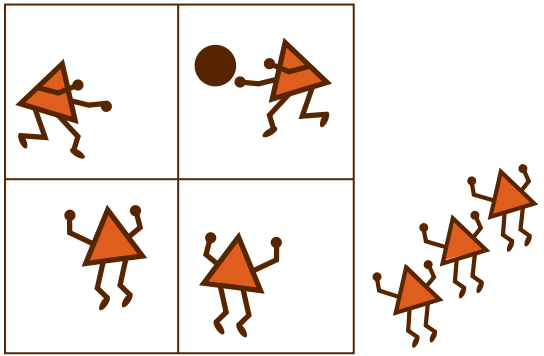
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Lancer le ballon sur les adversaires pour tenter de les éliminer et rester dans un carré le plus longtemps possible.



Déroulement du jeu

- Tracer un carré d'environ 6 m sur 6 m. Séparer le carré en quatre petits carrés égaux.
- La partie débute avec un joueur dans chacun des petits carrés.
- Les joueurs tentent de lancer le ballon sur les autres joueurs en visant en bas des épaules. Si le ballon touche le joueur, il est retiré à moins que ce dernier n'attrape le ballon directement ou que le ballon n'ait fait un bond sur le sol.
- Le joueur touché se place alors au bout de la file d'attente et un nouveau joueur viendra le remplacer dans son carré.
- Le nouveau joueur a le privilège de lancer le ballon pour repartir le jeu.

! Il est interdit de viser la tête lors d'un lancer. S'il arrive qu'un joueur soit touché à la tête, il ne sera pas retiré du jeu.

Variante

- S'il y a plusieurs joueurs, un maximum de quatre se placent derrière chacun des coins du terrain pour être des substituts. Le joueur qui se fait toucher change de place avec son substitut jusqu'à ce que ce dernier se fasse toucher et qu'ils changent de place de nouveau.



Ballon chasseur avec buts

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

14

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

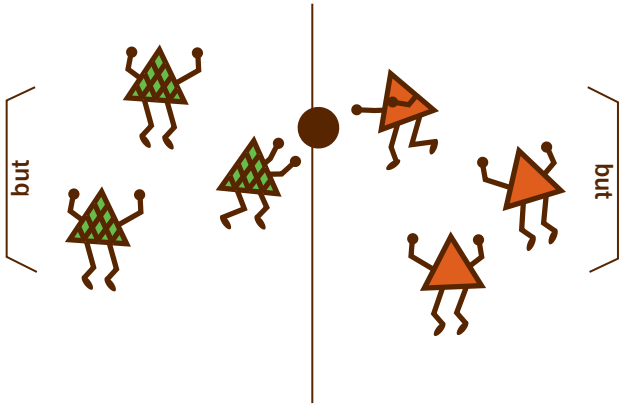
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon
Quatre cônes ou deux buts

But du jeu

Marquer le plus de points possible en lançant le ballon dans le but de l'équipe adverse.



Déroulement du jeu

- Le terrain rectangulaire est divisé en deux parties égales.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Les joueurs tentent de marquer des points en lançant le ballon dans le but de l'équipe adverse pour mériter un point à chacun des buts.
- Pour libérer l'accès aux buts, les joueurs tentent de toucher les membres de l'équipe adverse avec le ballon en visant en bas des épaules.
- Si le ballon touche le joueur, il est retiré à moins que ce dernier ne l'attrape.
- Un joueur touché n'est pas retiré si le ballon est attrapé avant de toucher le sol par un autre joueur de l'équipe.
- Le joueur retiré reste sur le côté du terrain jusqu'à ce qu'un joueur de son équipe attrape directement le ballon. Tous les joueurs de cette équipe peuvent alors réintégrer le jeu.
- L'équipe qui a le plus de points remporte la partie.

! Il est interdit de viser la tête lors d'un lancer. S'il arrive qu'un joueur soit touché à la tête, il ne sera pas retiré du jeu.

Variantes



- Utiliser plusieurs ballons.
- Lorsqu'un joueur est touché, il joue avec une seule main et il est retiré s'il se fait toucher de nouveau.
- Le joueur touché change d'équipe.
- Seul le premier joueur à avoir été retiré peut réintégrer le jeu lorsqu'un coéquipier attrape directement le ballon.

Ballon-quilles

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

15

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

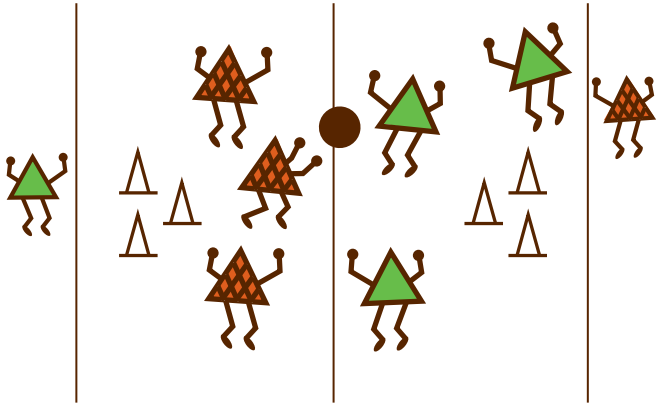
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon
Six quilles ou cônes

But du jeu

Faire tomber toutes les quilles de l'équipe adverse.



Déroulement du jeu

- Le terrain rectangulaire est divisé en deux parties égales. Trois quilles sont déposées au centre de chacune des parties du terrain.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Les joueurs tentent de faire tomber les quilles de l'équipe adverse en lançant le ballon.
- Pour faciliter l'accès aux quilles, les joueurs tentent de toucher les membres de l'équipe adverse en lançant le ballon et en visant en bas des épaules.
- Le ballon doit atteindre le joueur directement, sans faire de bond sur le sol, et ne doit pas être attrapé pour que le joueur soit considéré comme touché.
- Un joueur touché n'est pas retiré si le ballon est attrapé avant de toucher le sol par un autre joueur de l'équipe.
- Lorsqu'un joueur est touché, le ballon lui est remis et il reprend le jeu à l'arrière du terrain de l'équipe adverse d'où il pourra tenter de faire tomber une quille ou toucher un joueur.
- L'équipe qui a fait tomber les trois quilles de l'équipe adverse remporte la partie.

! Il est interdit de viser la tête lors d'un lancer. S'il arrive qu'un joueur soit touché à la tête, il ne sera pas considéré comme touché.

! Lorsqu'un joueur fait tomber une des quilles de sa propre équipe, il ne peut pas la remettre en place.

Variantes



- Dessiner un cercle au centre de chacun des terrains des équipes où seront placées les quilles. Les joueurs doivent rester à l'extérieur de ce cercle en tout temps, sinon ils sont éliminés.
- Utiliser plus de ballons ou de quilles.
- Donner aux joueurs la possibilité de placer les quilles à l'endroit de leur choix.
- Lorsqu'un joueur derrière le terrain de l'équipe adverse lance le ballon directement sur un joueur sans que ce dernier ne l'attrape, il peut réintégrer le terrain de son équipe.

La bataille des continents

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

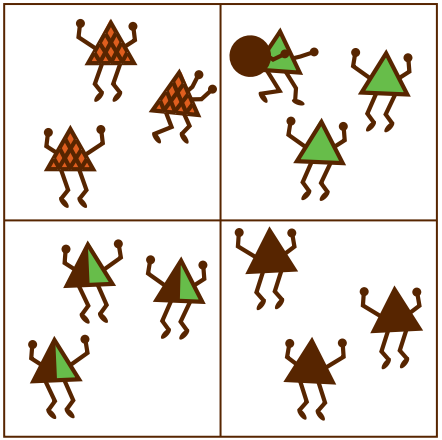
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Posséder le plus grand continent en ayant le plus grand nombre de joueurs dans son équipe.

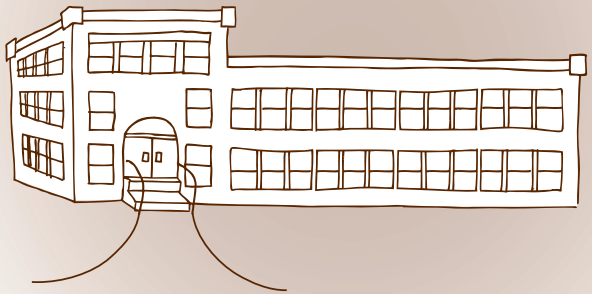


Déroulement du jeu

- Tracer un carré d'environ 6 m sur 6 m. Séparer le carré en quatre petits carrés égaux.
- Les joueurs sont divisés en quatre équipes et répartis dans les quatre terrains.
- Chaque équipe porte le nom d'un continent.
- Les équipes tenteront d'agrandir leur continent en lançant le ballon sur les joueurs des équipes adverses en visant en bas des épaules.
- Le ballon doit atteindre le joueur directement, sans faire de bond sur le sol et sans être attrapé par ce dernier.
- Le joueur touché se joint à l'équipe qui lui a lancé le ballon.
- Lorsqu'un terrain est vide, l'équipe qui a le plus de joueurs peut s'emparer de ce terrain et l'occuper.
- Le jeu se termine lorsque tous les joueurs se trouvent sur le même continent.

Variantes

- Utiliser plusieurs ballons.
- Le ballon doit faire un bond avant de toucher un joueur pour que ce dernier intègre un continent.



Planète fragile

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

17

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

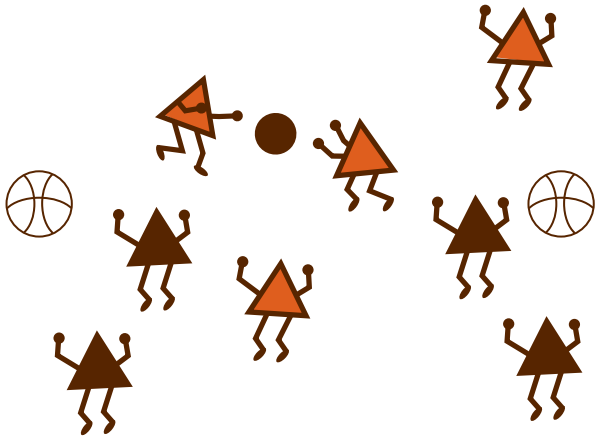
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon
Huit cerceaux
Des dossards (facultatif)

But du jeu

Faire tomber la planète de l'équipe adverse à l'aide du ballon.



Déroulement du jeu

- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- À chacune des extrémités du terrain, installer une planète de cette façon : mettre un cerceau à plat par terre. En placer deux autres debout, qui seront à l'intérieur du premier cerceau, appuyés ensemble en haut. Placer un quatrième cerceau à l'horizontale sur le dessus.
- Les joueurs se dispersent sur le terrain.
- Le jeu débute au centre du terrain lorsque le meneur de jeu lance le ballon dans les airs.
- Le joueur ayant le ballon ne peut pas se déplacer; il doit faire une passe à un coéquipier.
- Les joueurs d'une même équipe doivent se faire des passes et tenter de faire tomber la planète de l'équipe adverse en lançant le ballon sur celle-ci.
- Les joueurs peuvent intercepter le ballon, mais ne sont pas autorisés à l'arracher des mains d'un joueur.
- Si l'équipe réussit à faire tomber la planète de l'équipe adverse, elle obtient un point et le ballon est remis à un membre de l'équipe adverse pour reprendre le jeu.
- Si un joueur fait tomber la planète de son équipe, un point est accordé à l'équipe adverse.

Variantes

- Utiliser plusieurs ballons.
- Tous les joueurs d'une même équipe doivent toucher le ballon avant de pouvoir faire tomber la planète.
- Lorsque la planète tombe, les joueurs ont 10 secondes pour reconstruire la planète. Si ce n'est pas réussi, un point est accordé à l'équipe adverse.



Ballon chasseur

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

18

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

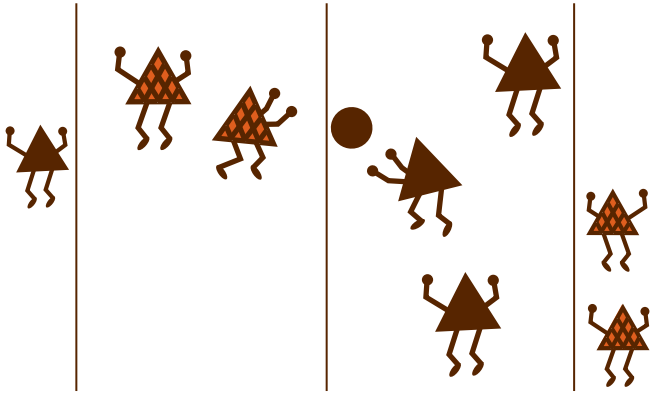
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Toucher les joueurs de l'équipe adverse en lançant le ballon sans qu'ils ne l'attrapent et éviter de se faire toucher par le ballon.



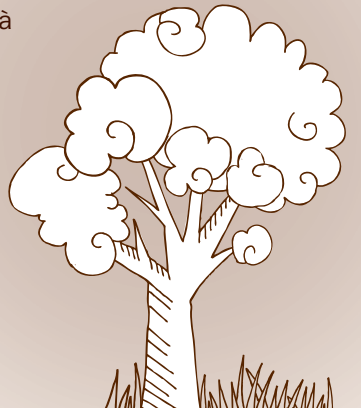
Déroulement du jeu

- Le terrain rectangulaire est divisé en deux parties égales.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Les joueurs tentent de toucher les membres de l'équipe adverse en lançant le ballon et en visant en bas des épaules.
- Le ballon doit atteindre le joueur directement, sans faire de bond sur le sol, et ne doit pas être attrapé par ce dernier pour que le joueur soit considéré comme touché.
- Un joueur n'est pas considéré comme touché si le ballon est attrapé avant de toucher le sol par un autre joueur de l'équipe.
- Lorsqu'un joueur est touché, le ballon lui est remis et il reprend le jeu à l'arrière du terrain de l'équipe adverse d'où il continuera à jouer pour aider son équipe.
- L'équipe qui a touché tous les joueurs de l'équipe adverse remporte la partie.

! Il est interdit de viser la tête lors d'un lancer. S'il arrive qu'un joueur soit touché à la tête, il ne sera pas considéré comme touché.

Variantes

- Le joueur touché qui touche à son tour un adversaire peut revenir au jeu.
- Utiliser plusieurs ballons.
- Le joueur touché se joint à l'équipe adverse.



Soccer en cercle

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

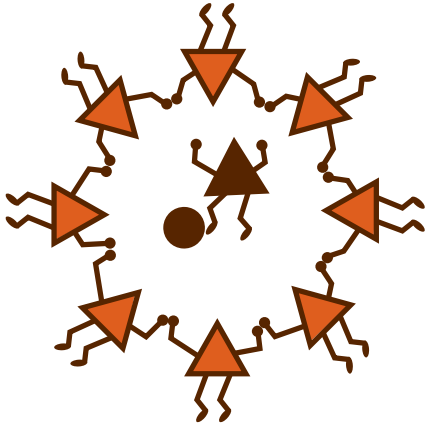
19

Cycle
Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis
Un ballon de soccer

But du jeu
Empêcher le ballon de sortir du cercle.



Déroulement du jeu

- Les joueurs se placent en cercle et se tiennent par la main; un joueur est au centre.
- Le joueur du centre essaie de faire sortir le ballon du cercle avec ses pieds alors que les autres joueurs se servent de leurs pieds pour empêcher que le ballon ne sorte du cercle sans se lâcher les mains.
- Le joueur du centre est remplacé par celui qui réussit à faire sortir le ballon du cercle ou encore lorsque cinq tentatives pour faire sortir le ballon ont été effectuées.

❗ Le ballon doit rester au sol en tout temps.

Variantes

- Le joueur du centre peut utiliser ses mains pour rouler le ballon à l'extérieur du cercle, en particulier lorsque le ballon est dur.
- Les joueurs en cercle se positionnent dos au centre pour faciliter la tâche du joueur du centre.



Défi 5 passes

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

20

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

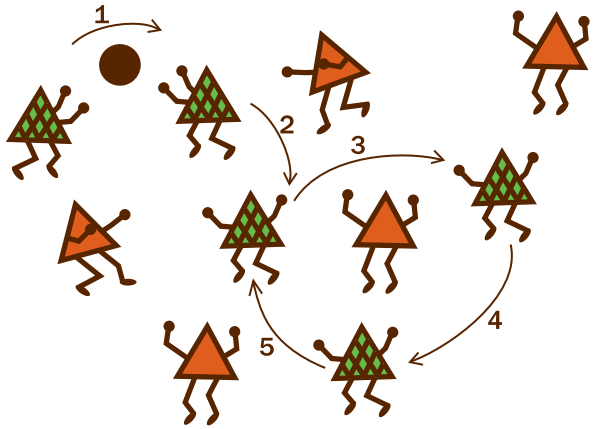
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon
Des dossards (facultatif)

But du jeu

Faire cinq passes de suite sans que le ballon ne touche le sol ou ne soit intercepté.



Déroulement du jeu

- Le groupe est divisé en deux équipes.
- Le joueur qui a le ballon en sa possession ne peut pas se déplacer.
- Les joueurs d'une même équipe doivent se faire cinq passes consécutives sans que le ballon ne touche le sol.
- Le porteur de ballon peut garder le ballon un maximum de trois secondes dans ses mains, sinon le ballon va à l'équipe adverse.
- Si l'équipe réussit cinq passes consécutives, l'équipe gagne un point et l'équipe adverse reprend le jeu en ayant le ballon.
- Si le ballon tombe par terre ou est intercepté par un joueur de l'autre équipe, c'est au tour de l'équipe adverse de jouer et le compte des passes repart à zéro.
- Le ballon ne doit en aucun cas être donné mais toujours lancé.

Variantes

- Remplacer le ballon par un *frisbee* ou un anneau.
- Utiliser un ballon de basket-ball en faisant une passe-rebond.
- Augmenter progressivement le nombre de passes d'une partie à l'autre.



Basket-milieu

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

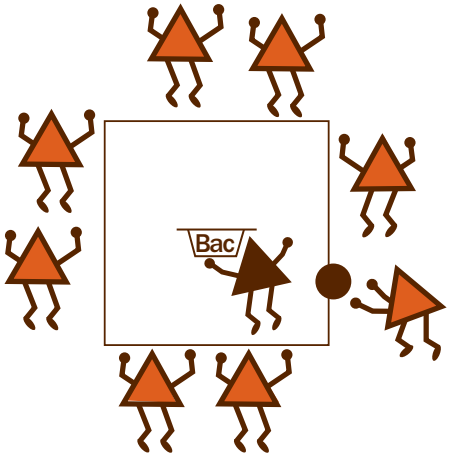
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un bac ou une poubelle vide
Un ballon de basket-ball ou autre

But du jeu

Les joueurs doivent déjouer le gardien en se faisant des passes pour lancer le ballon dans le bac.



Déroulement du jeu

- Tracer un cercle, ou un carré d'environ 5 m sur 5 m. Le bac est placé au centre.
- Un joueur est le gardien du bac et empêche le ballon d'y entrer. Les autres joueurs sont à l'extérieur de chacun des côtés du carré ou autour du cercle.
- Les joueurs essaient de déjouer le gardien en se faisant des passes pour parvenir à lancer le ballon dans le bac.
- Lorsque le ballon est lancé dans le bac, le gardien change de place avec un joueur à l'extérieur du carré ou du cercle.

Variantes

- Il peut y avoir plus d'un gardien au centre.
- Utiliser plusieurs ballons.
- Il peut y avoir plus de joueurs autour du cercle, ou des joueurs placés à chaque coin du carré avec, en plus, des joueurs placés sur les côtés.
- Agrandir ou réduire la taille du carré ou du cercle tracé au sol.



Soccer à deux

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

22

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

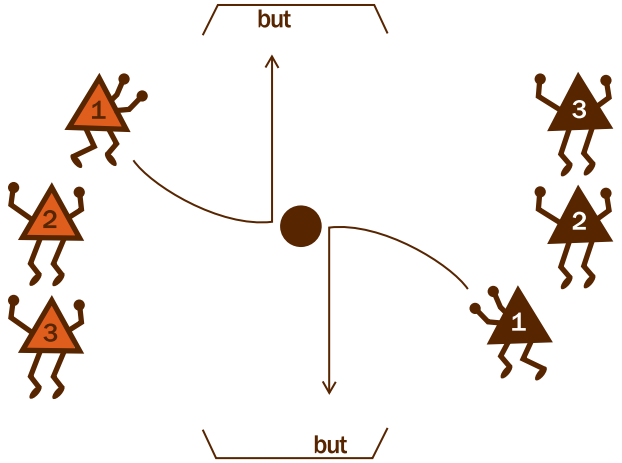
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon de soccer
Deux buts ou quatre cônes

But du jeu

Faire preuve de rapidité et de précision en marquant un but avant l'adversaire.



Déroulement du jeu

- Deux buts ou quatre cônes sont placés aux extrémités les plus rapprochées d'un terrain délimité.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Les équipes sont positionnées face à face à chacune des extrémités les plus éloignées du terrain.
- Des chiffres consécutifs sont attribués à partir de un pour le premier joueur en continuant ainsi jusqu'au dernier joueur de l'équipe.
- S'il n'y a pas le même nombre de joueurs dans les deux équipes, donner deux numéros au dernier joueur de l'équipe en nombre inférieur.
- Un ballon de soccer légèrement dégonflé est placé au centre du terrain.
- Au signal du meneur de jeu, les deux joueurs portant le numéro appelé tentent de marquer un but en frappant le ballon avec leur pied le plus rapidement possible.
- Chaque but compté donne un point à l'équipe du joueur qui l'a marqué.
- L'équipe qui accumule le plus de points remporte la partie.

Variantes

- Nommer plus d'un numéro à la fois, les multiples de 4, les facteurs de 12, etc.
- Limiter le temps pour réussir à marquer un point lors d'un duel.



Soccer sur table géant

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

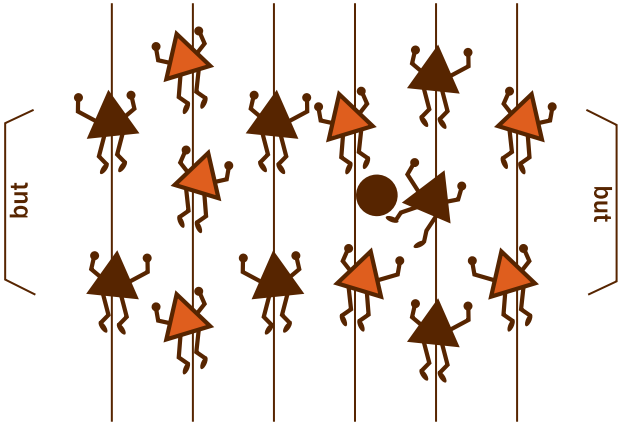
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon de soccer
Deux buts ou quatre cônes
Des dossards

But du jeu

Marquer le plus grand nombre de buts possible tout en maintenant sa position de jeu.

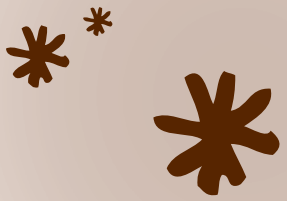


Déroulement du jeu

- Placer deux buts aux extrémités du terrain et tracer six lignes à distance égale (prévoir environ 2,5 m entre chacune des lignes).
- Les joueurs sont divisés en deux équipes et répartis sur les lignes en évitant de placer les joueurs d'une même équipe sur deux lignes consécutives.
- Les joueurs peuvent uniquement se déplacer latéralement sur la ligne qui leur a été assignée.
- En frappant le ballon avec leurs pieds, ils se font des passes entre joueurs d'une même équipe pour envoyer le ballon dans le but de l'équipe adverse et ainsi marquer un point.
- Le ballon doit demeurer au sol en tout temps. Le ballon ne doit pas être lancé ou bloqué avec les bras.
- L'équipe ayant marqué le plus de points remporte la partie.

Variantes

- Utiliser les mains au lieu des pieds pour effectuer des passes.
- Pour aider à marquer des buts, limiter le nombre de joueurs sur la dernière ligne défensive.
- Utiliser plusieurs ballons.



Ballon espion

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

24

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

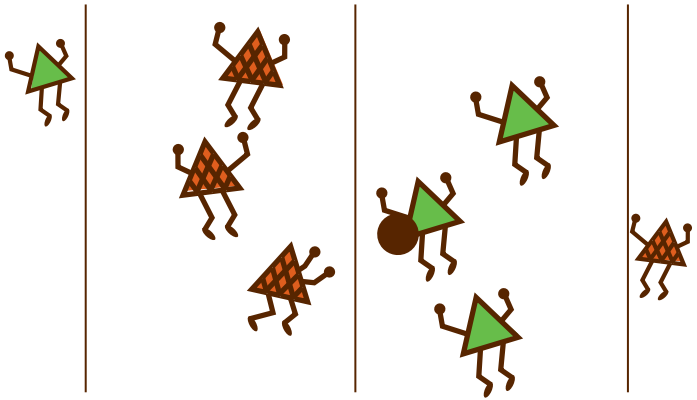
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Trouver et éliminer l'espion de l'équipe adverse en lançant le ballon directement sur lui, sans qu'il ne l'attrape.



Déroulement du jeu

- Le terrain rectangulaire est divisé en deux parties égales.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Chaque équipe désigne secrètement un espion.
- Pour remporter la partie, les joueurs tentent de toucher l'espion de l'équipe adverse en lançant le ballon et en visant en bas des épaules.
- Ne sachant pas qui est l'espion de l'équipe adverse, chaque fois qu'un joueur est touché, les adversaires lui demandent s'il était l'espion.
- Le ballon doit atteindre le joueur directement, sans faire de bond sur le sol et ne doit pas être attrapé pour que le joueur soit touché.
- Un joueur touché n'est pas retiré si le ballon est attrapé par un autre joueur de l'équipe avant de toucher le sol.
- Tant que l'espion est en jeu, un joueur touché reprend le jeu à l'arrière du terrain de l'équipe adverse avec le ballon.
- L'équipe qui a touché l'espion de l'équipe adverse remporte la partie.

! Il est interdit de viser la tête lors d'un lancer. Un joueur ne sera pas considéré comme touché s'il est atteint à la tête.

Variantes

- Utiliser plusieurs ballons.
- Le joueur touché change d'équipe.
- Désigner plus d'un espion.



La boule gelée

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

25

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

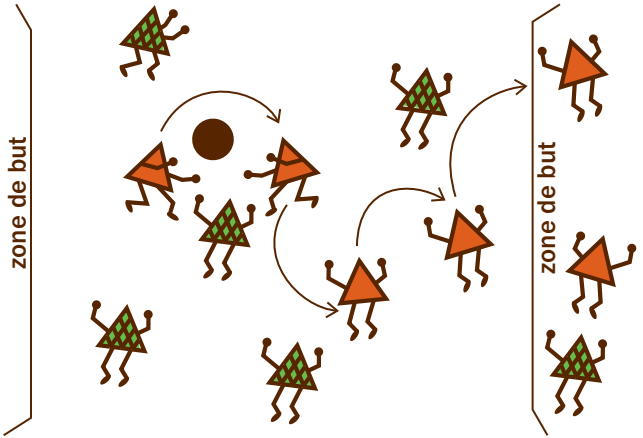
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Transporter le ballon dans la zone de but en effectuant des passes.



Déroulement du jeu

- Deux zones de buts sont délimitées aux extrémités d'un terrain rectangulaire.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Les joueurs déterminent au hasard quelle équipe débute la partie avec le ballon.
- L'objectif de chacune des équipes est de transporter le ballon dans la zone de but.
- Le joueur qui possède le ballon n'a pas le droit de se déplacer; il doit faire des passes à ses coéquipiers en évitant que le ballon soit intercepté par un joueur de l'équipe adverse.
- Pour marquer un point, un joueur doit recevoir une passe alors qu'il se trouve dans la zone de but de son équipe.
- Après chaque but, le ballon est remis à un joueur de l'équipe adverse. Le jeu reprend là où le but a été marqué.
- L'équipe qui a marqué le plus de points remporte la partie.

Variantes

- Pour faire un but, les joueurs doivent avoir réalisé un minimum de trois passes consécutives.
- Utiliser un anneau de caoutchouc au lieu d'un ballon.



Champion

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

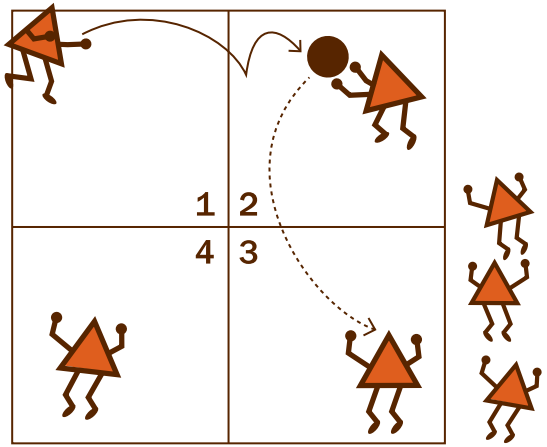
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Prendre en faute le joueur du carré no 1 en lançant le ballon dans sa zone de jeu sans qu'il ne puisse l'attraper.

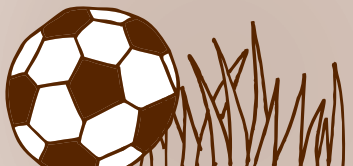


Déroulement du jeu

- Tracer un carré d'environ 6 m sur 6 m. Séparer le carré en quatre petits carrés égaux. Les carrés sont numérotés de 1 à 4.
- La partie débute avec un joueur dans chacun des petits carrés. S'il y a plus de joueurs, ils se placent en file, l'un derrière l'autre, à l'extérieur du jeu.
- Le ballon est mis en jeu par le joueur se trouvant dans le carré no 1.
- À partir du coin extérieur du carré, il fait rebondir le ballon par terre et le frappe à main ouverte vers un des trois autres carrés.
- Le ballon doit rebondir dans un autre carré et le joueur du carré concerné frappe le ballon avec sa main ouverte de la même façon vers n'importe quel autre carré, et ainsi de suite.
- Lorsqu'un joueur ne réussit pas à frapper le ballon ou qu'il le frappe à l'extérieur d'un des carrés, il prend la place du joueur du carré no 4 ou se place à la fin de la file d'attente.
- Les autres joueurs avancent d'une position, toujours dans le but de devenir le joueur du carré no 1 et d'y rester le plus longtemps possible.

Variantes

- Permettre aux joueurs d'attraper le ballon avant de le lancer dans un autre carré.
- Dès que quatre joueurs sont en attente, tracer un carré supplémentaire pour éviter l'attente.



Ballon brûlé

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

27

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

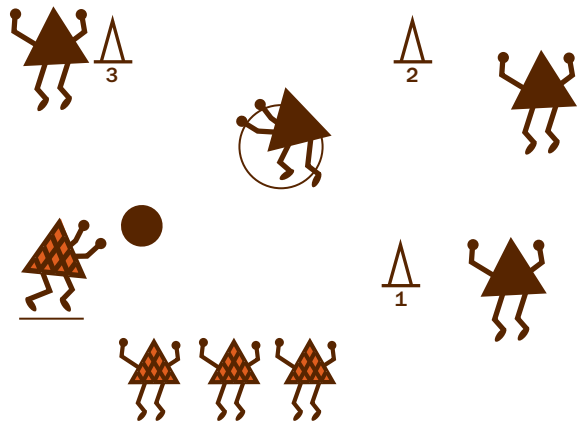
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon
Quatre coussins de baseball ou cônes

But du jeu

Botter le ballon et courir vers les buts sans être retiré en vue d'accumuler des points en atteignant le marbre.



Déroulement du jeu

- Les joueurs sont divisés en deux équipes. L'équipe offensive se place en ligne derrière le marbre et l'équipe défensive se disperse sur le terrain et près des buts. Un joueur est désigné pour être le brûleur.
- Un cercle d'environ 1 m de diamètre au centre du terrain est la zone du brûleur. De cet endroit, le brûleur fait rouler le ballon vers le marbre.
- Les joueurs offensifs vont tour à tour au marbre pour botter le ballon. Lorsque le joueur offensif botte le ballon, il doit immédiatement courir vers le premier but et, si possible, vers les buts suivants.
- L'équipe offensive obtient un point chaque fois qu'un joueur complète le tour des buts en revenant au marbre.
- Les joueurs de l'équipe défensive doivent récupérer rapidement le ballon et l'envoyer le plus rapidement possible dans le cercle du brûleur.
- Lorsqu'un joueur défensif est en possession du ballon dans le cercle du brûleur, il crie « ballon brûlé ». Les joueurs qui ne sont pas sur un but à cet instant sont retirés du jeu.
- Un joueur est également retiré quand le ballon est attrapé avant qu'il ne touche le sol. Dans ce cas, les joueurs qui sont sur les buts à cet instant doivent y rester pour ne pas être éliminés.
- Il n'y a pas de fausses balles; la seule règle est que le ballon doit être botté devant le marbre.
- Après trois retraits, les équipes changent de rôle.

Variantes



- Les équipes changent de rôle une fois que tous les joueurs ont eu l'occasion de botter le ballon.
- Placer une personne de l'équipe adverse juste à côté du botteur, comme le receveur au baseball.

L'esquive

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

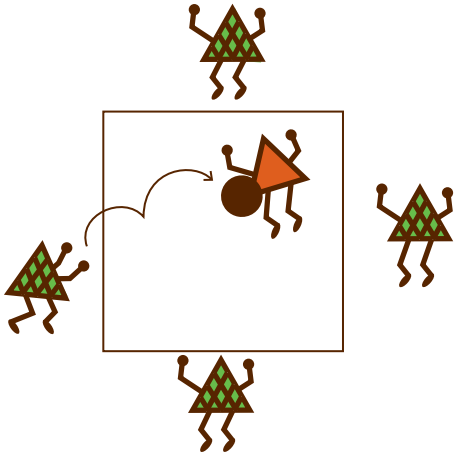
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Lancer le ballon pour qu'il rebondisse au sol et qu'il touche ensuite le joueur du centre.



Déroulement du jeu

- Tracer un carré d'environ 6 m sur 6 m.
- Un joueur se positionne au centre et quatre autres joueurs sont à l'extérieur de chacun des côtés du carré.
- Les joueurs essaient d'atteindre le joueur du centre en lançant le ballon. Le ballon doit obligatoirement rebondir au sol avant de toucher le joueur du centre.
- Les passes sont permises entre les joueurs extérieurs.
- Le joueur qui réussit à atteindre le joueur du centre le remplace.

Variantes

- Le gagnant peut être le joueur qui est resté le plus longtemps au centre du carré.
- Plus d'un joueur au centre du carré.
- Placer des joueurs aux coins du carré en plus des joueurs à chacun des côtés.
- Agrandir ou réduire la taille du carré tracé au sol.



Soccer volley-ball

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

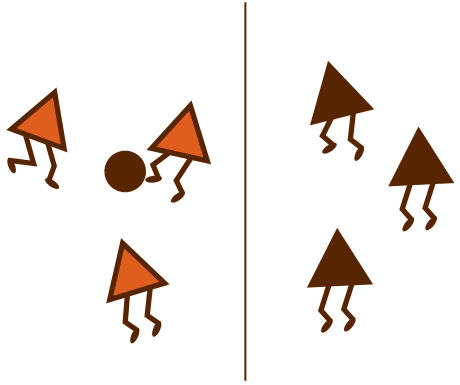
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon de soccer

But du jeu

Faire passer le ballon d'une équipe à l'autre en effectuant trois passes entre coéquipiers chaque fois.



Déroulement du jeu

- Le terrain est divisé en deux par une ligne tracée au sol.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Comme au soccer, les joueurs ne peuvent pas utiliser leurs bras ni leurs mains pour toucher au ballon.
- Comme au volley-ball, les joueurs se font des passes avant de retourner le ballon vers l'autre équipe.
- Ainsi, le joueur qui reçoit le ballon doit effectuer une passe à un coéquipier, qui devra également passer le ballon à un joueur de son équipe. Ce dernier devra envoyer le ballon à l'équipe adverse.
- Si le nombre de passes n'est pas respecté ou que le ballon sort des limites du terrain pendant les échanges, l'équipe adverse mérite un point.
- L'équipe ayant le plus de points remporte la partie.

Variantes

- Augmenter ou diminuer le nombre de passes.
- Désigner une zone pour chacun des joueurs et effectuer des rotations chaque fois qu'un point est marqué.



Ballon-sauteur

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

30

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

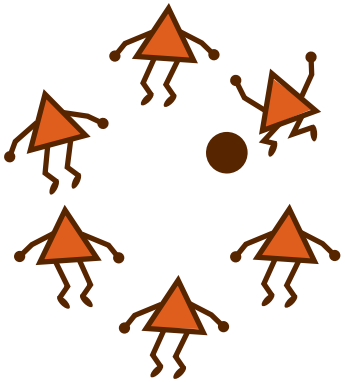
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Faire des échanges avec le ballon en sautant au moment où le ballon est lancé ou attrapé.

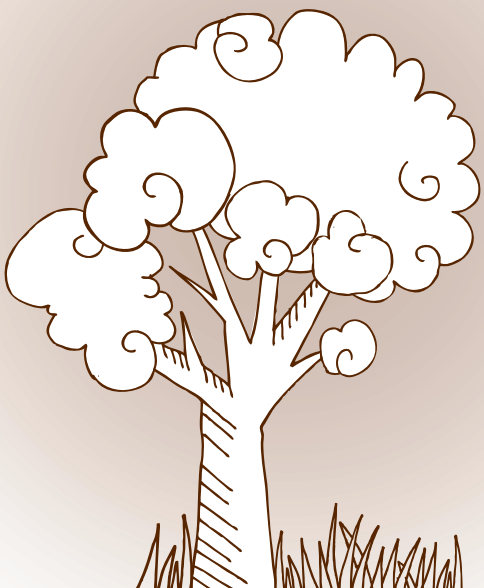


Déroulement du jeu

- Les joueurs forment un cercle en maintenant une certaine distance entre eux.
- Les joueurs doivent se lancer le ballon en sautant et l'attraper en sautant également.
- Le joueur qui n'a pas sauté en même temps qu'il a lancé ou attrapé le ballon doit s'accroupir jusqu'à ce qu'il reçoive de nouveau le ballon, après quoi il pourra continuer de jouer normalement.
- Compter le nombre de passes consécutives réalisées chaque fois pour toujours tenter d'en réaliser davantage.

Variantes

- Lorsqu'un joueur ne réussit pas, il fait le tour du cercle en courant, puis reprend sa place et continue de jouer.
- Ajouter plusieurs ballons.



Monsieur le loup

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

31

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

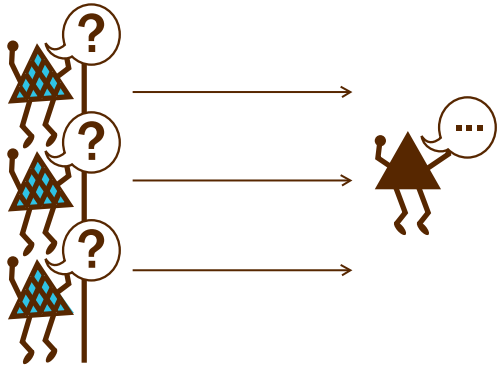
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Éviter de se faire attraper par le loup lorsque celui-ci est affamé en retournant rapidement vers la ligne de départ.



Déroulement du jeu

- Une ligne est tracée au sol pour délimiter la bergerie, où les moutons sont en sécurité.
- Un joueur est désigné pour être le loup, et les autres sont les moutons.
- Les moutons se placent sur la ligne de départ alors que le loup est à l'autre extrémité du terrain, dos aux moutons.
- Tous ensemble, les moutons demandent au loup : « Quelle heure est-il Monsieur le loup? »
- Le loup répond l'heure de son choix. Par exemple : « Il est trois heures. »
- Les moutons s'avancent alors vers le loup de trois pas s'il est trois heures, ou du nombre de pas correspondant à l'heure indiquée par le loup.
- Les moutons continuent de poser la même question au loup après avoir avancé selon ses consignes.
- Mais lorsque le loup répond « Il est minuit ! », il se retourne, et essaie de toucher un mouton.
- Les moutons retournent rapidement à la bergerie, où ils seront en sécurité.
- Les moutons touchés par le loup deviennent des loups et se joignent au premier loup pour le reste du jeu.
- Ensemble, les loups se consultent pour répondre aux questions des moutons. Les nouveaux loups pourront également toucher les moutons lorsqu'il sera minuit.

Variantes



- Demander au loup : « Où êtes-vous Monsieur le loup ? » Le loup répond en indiquant un nombre de pas et le nom d'un animal. Par exemple, « Je suis à cinq sauts de lapins » ou « Je suis à trois pas d'éléphants. » Les moutons doivent imiter l'animal en question en effectuant le nombre de pas ou de sauts demandés.
- Varier les types de déplacements : à reculons, en sautant, en sautant sur un pied, à pas de géant, etc.

Salade de fruits

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

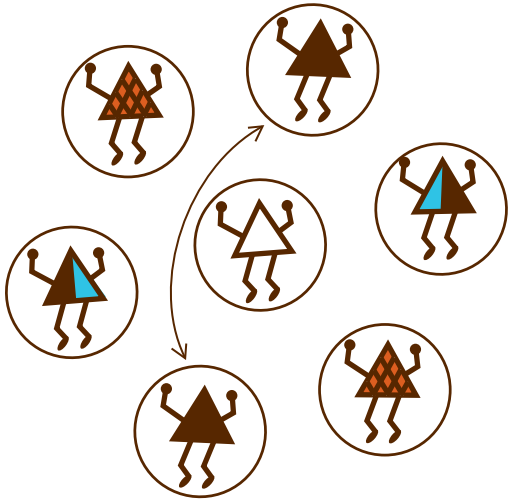
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Des cerceaux ou une craie

But du jeu

Le meneur de jeu doit tenter de prendre la place d'un autre joueur.



Déroulement du jeu

- Des cerceaux, équivalant au nombre de joueurs, sont disposés en cercle sur le terrain de jeu. Un cerceau est placé au centre du cercle. Au lieu d'utiliser des cerceaux, on peut tracer des cercles au sol.
- Les participants prennent place dans un cerceau et le joueur dans le cerceau du centre commencera la partie comme meneur de jeu.
- Le meneur de jeu assigne un nom de fruit différent à chacun des joueurs de façon que trois variétés de fruits soient représentées plus d'une fois. Ex. : banane, pomme, raisin.
- Le jeu commence lorsque le meneur de jeu nomme un fruit; les joueurs assignés à ce fruit devront immédiatement changer de place entre eux. Le meneur de jeu a aussi la possibilité de dire «Salade de fruits». À cet instant, tous les joueurs doivent changer de place simultanément.
- Pendant ce temps, le meneur de jeu tente de prendre la place d'un joueur dans un cerceau. S'il se trouve une place, il prend le nom du fruit que portait le joueur, qui se trouve au centre.
- Le nouveau meneur de jeu continue l'activité en nommant un fruit ou en disant «Salade de fruits».

Variantes

- Si des cerceaux de différentes couleurs sont utilisés, la couleur du cerceau sert à identifier les fruits assignés aux joueurs.
- Les joueurs changent de place en sautant sur un pied, en gardant les mains dans le dos, etc.



Le solitaire

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

33

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

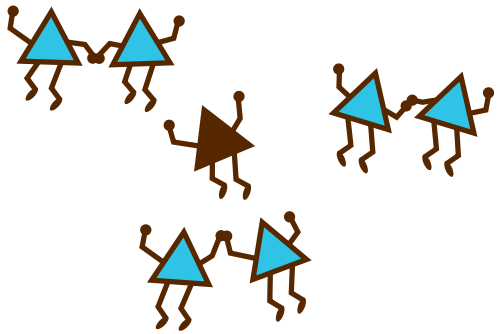
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Lorsque le solitaire s'accroche à nous, notre partenaire devient alors le solitaire et tente de s'accrocher à un autre joueur.



Déroulement du jeu

- Dans un terrain bien délimité, les joueurs se regroupent deux par deux en se tenant par la main.
- Le solitaire n'a pas de partenaire. Si le nombre de joueurs est pair, former une équipe de trois joueurs.
- Le solitaire essaie de s'accrocher à un autre joueur, mais les couples de joueurs fuient le solitaire.
- Lorsque le solitaire réussit à toucher un joueur, il lui donne la main et le joueur du côté opposé du couple devient le prochain solitaire.
- C'est maintenant à son tour d'être seul. Il doit essayer de donner la main à un joueur d'un autre couple.

Variantes

- Il peut y avoir plusieurs solitaires.
- Varier les types de déplacements (à reculons, en sautant, etc.).



Les poulaillers

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

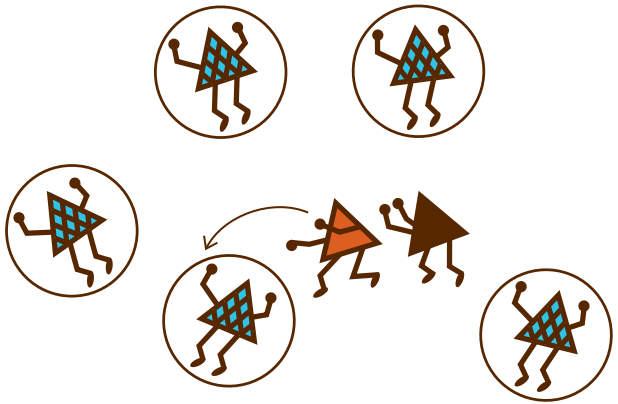
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Des cerceaux ou une craie

But du jeu

Tenter d'échapper au renard en se réfugiant dans un poulailler.



Déroulement du jeu

- Sur un terrain de jeu délimité, des cerceaux sont disposés sur le sol ou des cercles sont tracés.
- Le nombre de cercles correspond au nombre de joueurs moins quatre.
- Les cerceaux ou les cercles tracés au sol serviront de poulaillers où les poulets pourront se réfugier pour échapper au renard.
- Un joueur est désigné pour être le renard. Les autres joueurs seront les poulets placés dans les poulaillers sauf pour trois d'entre eux.
- Le renard poursuit les poulets qui n'ont pas de poulailler.
- Les poulets poursuivis par le renard peuvent s'introduire dans un poulailler à tout moment.
- Le poulet qui s'y trouvait déjà devient alors le poulet poursuivi par le renard jusqu'à ce qu'il pénètre, à son tour, dans un autre poulailler et ainsi de suite.
- Lorsqu'un poulet est touché, il devient le renard et le renard devient le poulet.

❗ Remplacer le renard lorsqu'il est fatigué.

Variantes

- Le joueur expulsé de son poulailler devient le renard et les rôles sont inversés chaque fois qu'un poulet est exclu de son poulailler.
- Les poulets peuvent à tout moment changer de poulailler avec un autre poulet d'un commun accord tout en restant attentifs au renard qui peut toucher au poulet qui sort de son poulailler.
- Changer le nombre de poulets sans poulailler et le nombre de renards.

Sorciers et chats

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

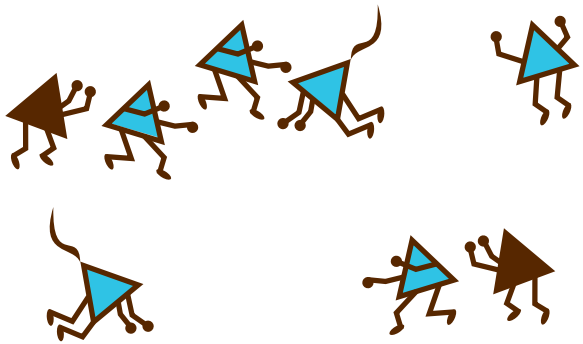
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Les joueurs tentent de ne pas se faire toucher par les sorciers.

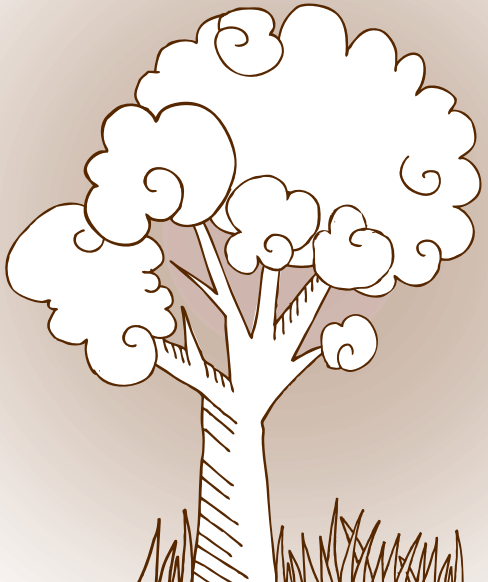


Déroulement du jeu

- Un ou deux joueurs sont désignés pour être des sorciers.
- Un sorcier a le pouvoir d'ensorceler les joueurs : lorsqu'ils se font toucher, ils se transforment en chat et se promènent à quatre pattes.
- Pour annuler le sort, les chats doivent être touchés par un joueur qui n'a pas été ensorcelé.
- Le chat délivré pourra alors retrouver son état initial et continuer à jouer.

Variante

- Désigner plus ou moins de sorciers selon le nombre de participants.



Tague glacée

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

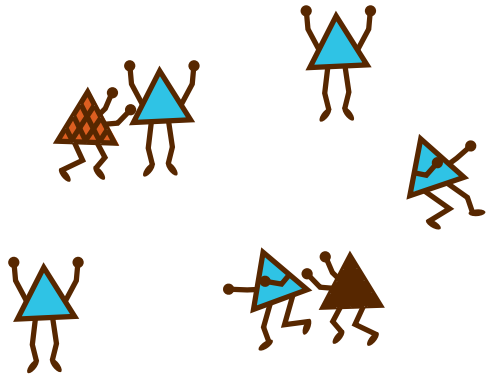
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

La glace poursuit les joueurs pour les geler jusqu'à ce que le soleil leur redonne la possibilité de bouger.



Déroulement du jeu

- Un joueur est désigné pour être la glace et un autre joueur pour être le soleil.
- Les joueurs sont poursuivis par la glace. Lorsque la glace touche un joueur, il est instantanément gelé et doit s'immobiliser dans la position où il s'est fait toucher.
- Le soleil a le pouvoir de contrer l'effet de la glace.
- Le joueur immobilisé peut se remettre à bouger lorsqu'il est touché par le soleil.
- Le soleil ne peut pas être touché par la glace.
- Remplacer la glace lorsque le joueur est fatigué.

Variantes

* Le soleil doit passer entre les jambes du joueur gelé pour le délivrer.
- Un endroit est désigné pour que les joueurs puissent se reposer sans être touchés pour une durée maximale de cinq secondes.
- Il peut y avoir plus d'une glace selon le nombre de joueurs.



Circulation

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

37

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

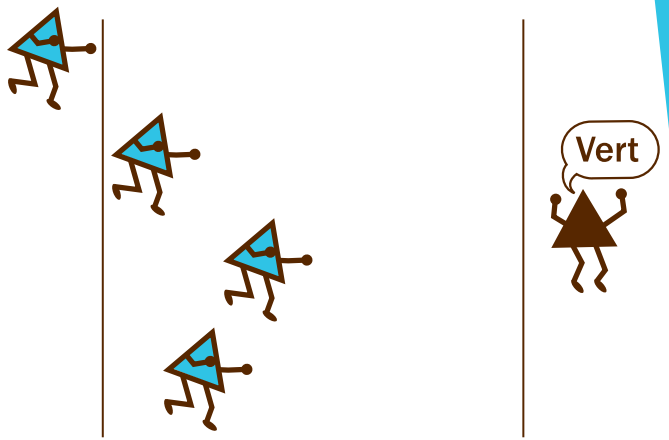
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Les joueurs doivent se déplacer en respectant la signalisation routière.

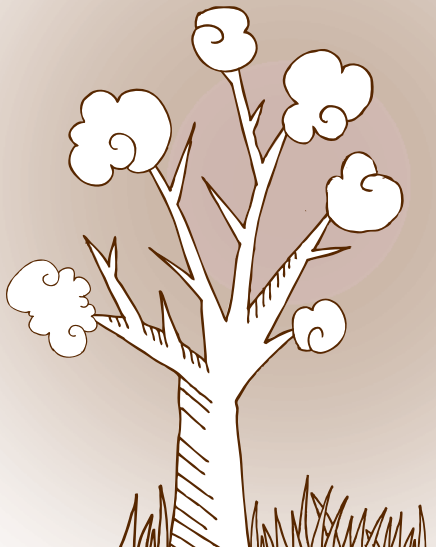


Déroulement du jeu

- Un joueur est désigné pour être un feu de signalisation et se place à une extrémité du terrain désigné pour le jeu.
- Les autres joueurs commencent la partie à l'autre extrémité du terrain.
- La partie débute au moment où le feu de signalisation crie les indications de son choix parmi les suivantes :
  - **Vert : courir**
  - **Jaune : marcher**
  - **Rouge : arrêter**
- Les joueurs se déplacent vers le meneur de jeu selon les indications du feu de signalisation.
- S'il arrive qu'un joueur ne respecte pas la consigne énoncée, le meneur de jeu peut lui demander de retourner au début du parcours.
- Le jeu se termine lorsqu'un joueur se rend jusqu'au feu de signalisation.

Variantes

- Utiliser des cartons de couleur pour éviter d'avoir à crier le nom des couleurs.
- Varier les types de déplacements (ex. : sur un pied, à reculons, sur la pointe des pieds).



Le chat et la souris

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

38

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

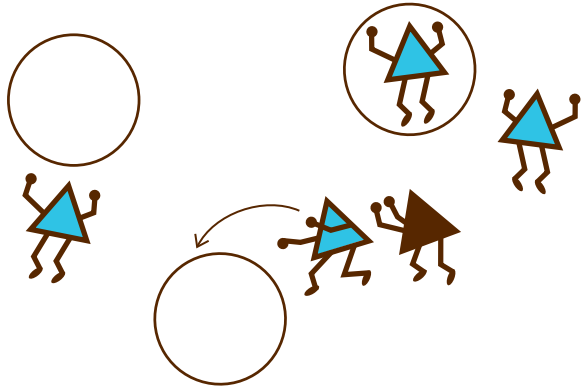
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Six cerceaux ou une craie

But du jeu

Éviter de se faire toucher par le chat en courant rapidement ou en se réfugiant dans une cachette.



Déroulement du jeu

- Sur un terrain de jeu délimité, des cerceaux sont disposés sur le sol ou des cercles sont tracés à la craie. Ils serviront de cachette pour les souris.
- Un ou deux joueurs sont désignés pour être des chats. Les chats poursuivent les souris.
- Les souris peuvent échapper au chat en se réfugiant à l'intérieur d'un cerceau pour un maximum de trois secondes.
- Un maximum de deux souris peuvent se trouver simultanément dans un cerceau.
- Lorsqu'une souris se fait toucher par un chat, elle doit faire le tour complet de l'aire de jeu en marchant ou en courant avant de redevenir une souris en liberté.

❗ Remplacer les chats lorsqu'ils sont fatigués.

Variante

- Une fois touchées, les souris peuvent faire une petite épreuve au lieu de faire le tour du terrain (ex. : faire cinq sauts de souris).



Tranche la pomme

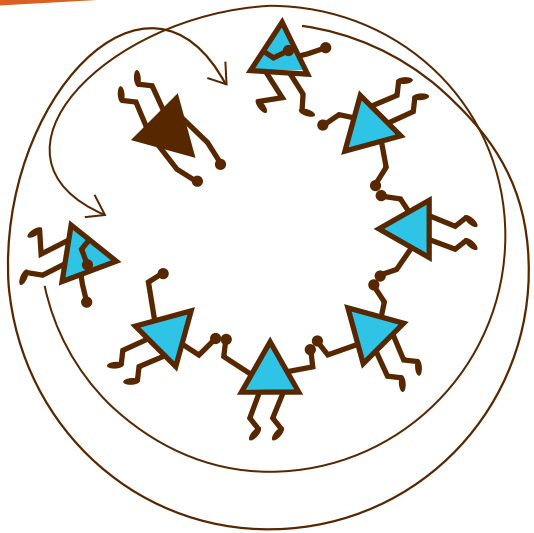
BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle
Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis
Aucun

But du jeu
Deux participants font la course autour du cercle pour devenir le prochain trancheur de pomme.



Déroulement du jeu

- Les participants se placent en cercle en se tenant par la main et forment ainsi une pomme.
- Un joueur est désigné pour être le premier trancheur de pomme et se place à l'extérieur du cercle.
- Le trancheur de pomme marche autour de la pomme jusqu'à ce qu'il choisisse de s'arrêter entre deux joueurs. Alors, il allonge ses bras entre les deux joueurs en criant « Tranche la pomme ».
- Les joueurs de chaque côté du trancheur de pomme se lâchent la main et font le tour de la pomme en courant en sens inverse pour revenir à leur place le plus rapidement possible.
- Le premier des deux joueurs à revenir à sa place devient le prochain trancheur de pomme et ainsi de suite.
- La partie se termine lorsque tous les joueurs ont eu l'occasion de courir autour de la pomme.

Variante

- Varier les types de déplacements (ex. : courir à reculons, guidé par les autres joueurs dos au cercle).



Spaghetti, sauce tomate

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

40

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

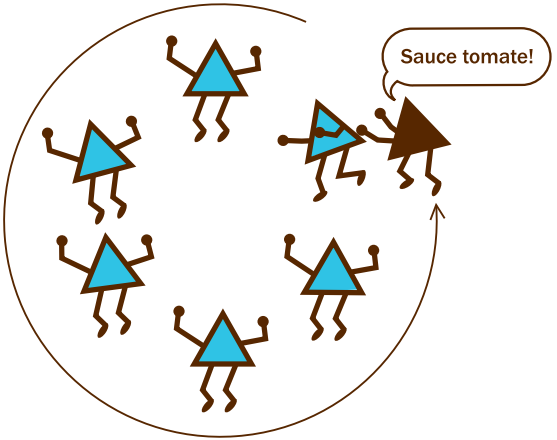
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

La sauce tomate essaie d'attraper le spaghetti avant qu'il ne prenne sa place.



Déroulement du jeu

- Les participants forment un cercle en étant debout ou accroupis.
- Un joueur est désigné pour être le spaghetti. Il tourne autour du cercle en touchant l'épaule de chacun des joueurs en disant « Spaghetti » à chacun d'entre eux.
- Le spaghetti peut décider à tout moment de dire « Sauce tomate » en touchant l'épaule d'un joueur.
- Le joueur désigné « Sauce tomate » devra essayer de courir autour du cercle pour toucher le spaghetti.
- Si le spaghetti réussit à s'asseoir à la place de la sauce tomate avant de se faire toucher, il désignera le joueur qui sera le spaghetti pour la prochaine partie.
- Si la sauce tomate touche le spaghetti avant qu'il ne soit assis, ce sera lui qui deviendra le spaghetti pour le prochain tour.

Variante

- Lorsque le spaghetti choisit une sauce tomate, les deux joueurs font la course autour du cercle. Le premier à s'asseoir à la place de la sauce tomate sera sauvé et choisira le joueur qui sera le prochain spaghetti alors que l'autre joueur devra effectuer cinq sauts sur un pied au centre du cercle avant de retourner s'asseoir dans le cercle.



Un, deux, trois, soleil !

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

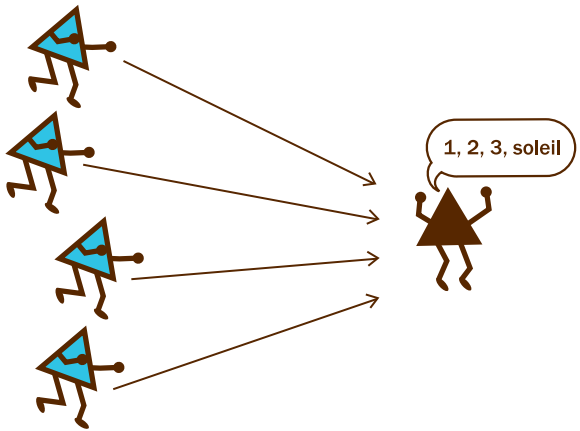
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Les joueurs doivent atteindre le soleil sans que ce dernier ne les voit bouger.



Déroulement du jeu

- Un joueur est désigné comme étant le soleil et se place à une extrémité du terrain.
- Les autres joueurs sont placés un à côté de l'autre à l'autre extrémité du terrain.
- La partie débute au moment où le soleil se tourne dos aux joueurs et crie : « Un, deux, trois, soleil ! »
- Pendant que le soleil crie « Un, deux, trois », les joueurs s'avancent le plus rapidement possible du soleil.
- Puis, les joueurs s'immobilisent lorsque le soleil crie « Soleil ».
- À cet instant, le soleil se retourne vers les joueurs et s'il aperçoit un joueur qui bouge, il lui indique de retourner à la ligne de départ.
- Les joueurs se remettent à courir dès que le soleil se retourne pour dire de nouveau : « Un, deux, trois, soleil ! », et ainsi de suite.
- Le jeu se termine lorsqu'un joueur se rend jusqu'au soleil. Ce joueur remplacera le soleil lors de la partie suivante.

Variante

- Se déplacer de différentes façons pour avancer (ex. : en sautant sur un pied, à pieds joints, à reculons).



L'ours dans la ruche

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

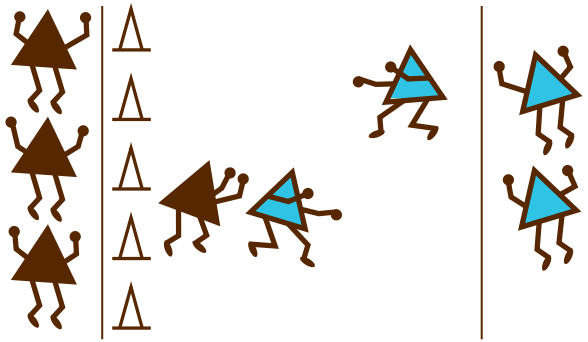
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Cinq cônes

But du jeu

Les ours doivent ramener tous les pots de miel (cônes) dans leur grotte sans se faire toucher par une abeille.

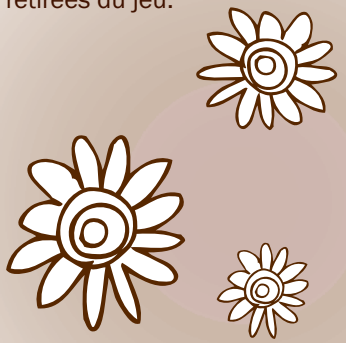


Déroulement du jeu

- Deux lignes sont tracées à 1 m des extrémités du terrain. Elles serviront à délimiter d'un côté la ruche des abeilles et de l'autre, la grotte des ours.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes, les ours et les abeilles, et se placent à chacune des extrémités du terrain.
- Les abeilles placent cinq pots de miel (cônes) à environ 1 m devant la ligne délimitant leur ruche.
- Les ours doivent aller chercher un pot de miel à la fois et le ramener dans leur grotte sans se faire toucher par une abeille.
- Les abeilles ne peuvent quitter la ruche que pour aller toucher à un ours avant qu'il ne retourne dans sa grotte.
- Si l'abeille ne réussit pas à toucher un ours, elle se rend à leur grotte et devient un ours.
- Lorsqu'un ours se fait toucher par une abeille, il devient une abeille.
- Les ours remportent la partie s'ils ramènent tous les pots de miel dans leur territoire. Les abeilles gagnent la partie si elles touchent tous les ours.

Variantes

- Une fois touchés, les ours sont retirés du jeu.
- Les abeilles qui quittent leur territoire sans toucher un ours sont retirées du jeu.



Le dragon

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Des foulards

But du jeu

Chaque dragon (formé de plusieurs joueurs réunis) se déplace en groupe et essaie d'attraper le foulard du joueur de queue d'un autre dragon sans que le joueur de queue de son propre dragon ne se fasse retirer le sien.



Déroulement du jeu

- Les joueurs se placent en file, par petits groupes d'environ six joueurs.
- En se tenant par la taille ou par les épaules, les joueurs forment de longs dragons.
- Au signal, la tête de chacun des dragons tente d'attraper le foulard que porte le joueur de queue de chacun des autres dragons en évitant de se faire enlever son propre foulard et tout en conservant les joueurs de son dragon bien soudés.
- Le dragon qui réussit à retirer le foulard d'un autre dragon remporte un point.
- Le joueur à la queue du dragon remet son foulard en place et le jeu se poursuit.
- À la fin du jeu, le dragon qui a obtenu le plus de points remporte la partie.

❗ Les joueurs à la tête des dragons doivent être conscients qu'il faudra parfois aller moins vite pour s'assurer que le dragon reste entier.

Variantes

- En regroupant tous les joueurs en un seul dragon, la tête tente d'attraper le foulard du joueur de queue tout en s'assurant que tous les joueurs demeurent bien soudé.
- S'il y a plus de trois dragons, le dragon qui enlève le foulard d'un autre dragon se joint à lui pour ensuite essayer d'attraper les autres dragons.



L'échange

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

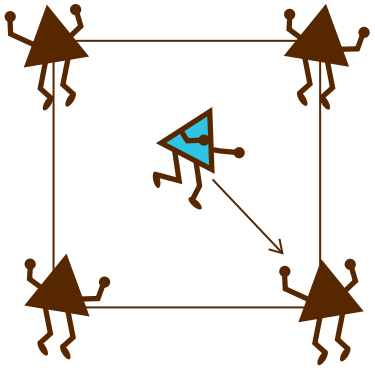
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Changer de coin sans que la personne située au centre ne prenne la place.



Déroulement du jeu

- Délimiter les quatre coins d'un grand carré à l'aide d'une craie.
- Quatre joueurs se tiennent sur chacun des coins et le cinquième joueur est au centre du terrain.
- Les joueurs sur les coins se font des signes pour tenter de changer de place entre eux : 2, 3 ou 4 joueurs à la fois.
- Quand ils se déplacent, le joueur du centre essaie de se rendre sur un des coins pour prendre la place d'un autre joueur.
- Si le joueur du centre réussit à occuper un coin, le joueur qui reste devient le joueur du centre.

Variantes

* Indiquer les coins par des cônes.

- Permettre un plus grand nombre de joueurs par coin ou placer deux joueurs au centre.
- Ajouter des « coins » supplémentaires entre les quatre coins du carré ou utiliser une autre forme géométrique (ex. : hexagone).
- Imposer un délai maximal de dix secondes pour changer de coin.
- Varier les types de déplacements : à reculons, en pas chassé (sur le côté), etc.



La traversée

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

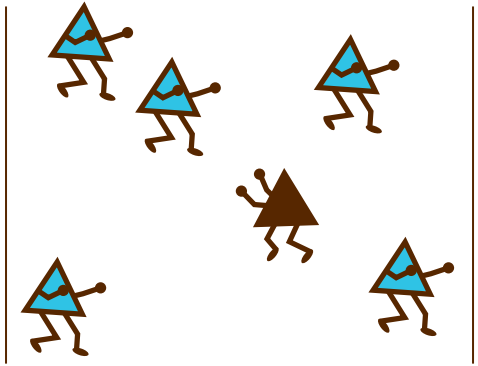
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Les nageurs doivent courir pour traverser la rivière en évitant de se faire toucher par le requin.

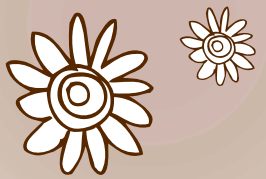


Déroulement du jeu

- Tracer une ligne à chacune des extrémités de l'aire de jeu pour former une zone de départ et une zone d'arrivée. Un joueur est désigné pour être un requin, les autres joueurs sont des nageurs.
- Les nageurs sont placés à une extrémité de l'aire de jeu définie comme étant la rivière.
- Lorsque le requin crie « La traversée », tous les nageurs doivent immédiatement traverser la rivière jusqu'à l'autre extrémité du terrain sans se faire toucher par le requin.
- Une fois le signal crié par le requin, même les joueurs derrière la zone de départ peuvent se faire toucher.
- Par contre, une fois la traversée complétée jusqu'au tracé à l'opposé du terrain, les requins n'ont plus la possibilité d'attaquer les nageurs.
- Après chaque traversée, la zone d'arrivée devient la nouvelle zone de départ, et vice versa.
- Les nageurs touchés par le requin se transforment en requins et peuvent aider le requin à attraper d'autres nageurs.
- Le jeu se poursuit jusqu'à ce que tous les joueurs, ou presque, soient devenus des requins.

Variantes

- Lorsqu'un joueur est touché par le requin, il se transforme en algue. Sans se déplacer, il aide le requin en agitant les bras pour toucher un nageur et les transformer à leur tour en algues.
- Le dernier à se faire toucher est le requin de la partie suivante.
- Varier les types de déplacements.



Cogner à la porte

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

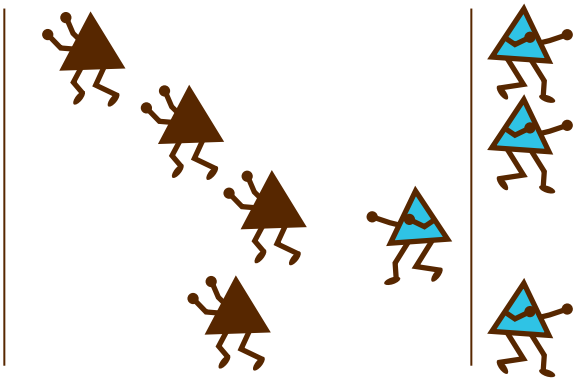
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Taper dans la main d'un joueur et revenir jusqu'à son territoire sans se faire toucher par la porte qui s'est fait réveiller.



Déroulement du jeu

- Une ligne est tracée au sol à chacune des extrémités du terrain.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- L'équipe offensive est composée des provocateurs et les joueurs de l'équipe défensive représentent des portes.
- L'équipe des provocateurs commence la partie dans son territoire à une extrémité du terrain, où ils sont en sécurité.
- À l'autre extrémité du terrain, les portes se positionnent une à côté de l'autre, en étant dos aux provocateurs et en ayant les mains dans le dos.
- Les provocateurs s'approchent le plus silencieusement possible des portes. Un provocateur peut à tout moment décider de taper dans la main d'un joueur de l'équipe adverse.
- Aussitôt la main touchée, le joueur se retourne et poursuit tous les provocateurs, qui se dépêchent de retourner dans leur territoire.
- Si une porte parvient à rattraper un provocateur, il marque un point pour son équipe. Si le provocateur retourne dans son territoire avant d'être touché, c'est son équipe qui aura un point.
- L'équipe qui accumule le plus de points remporte la partie.
- Les rôles sont inversés pour la partie suivante.

Variantes

- Varier les types de déplacements.
- Varier la position des portes (ex. : couché au sol, assis).



L'épervier

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

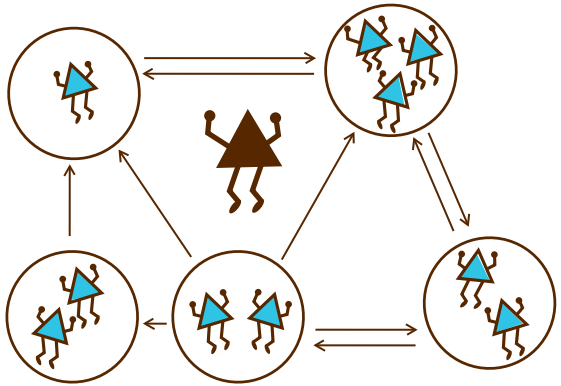
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Six cerceaux ou une craie

But du jeu

Se déplacer d'un refuge à l'autre sans se faire toucher par le chasseur.

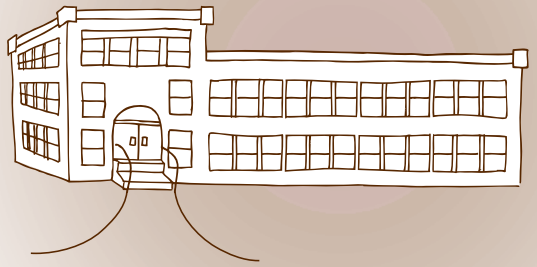


Déroulement du jeu

- Des cerceaux sont disposés sur le terrain de jeu ou des cercles sont tracés au sol. Ils serviront de refuge aux éperviers.
- Un joueur est désigné pour être le chasseur. Les autres sont des éperviers.
- Les éperviers se dispersent dans les refuges.
- Lorsque le chasseur crie « Épervier », tous les éperviers doivent immédiatement sortir de leur refuge et se rendre dans un autre refuge en évitant de se faire toucher par le chasseur.
- Les joueurs touchés par le chasseur forment une chaîne avec lui en se tenant la main et l'aideront à toucher les autres éperviers la prochaine fois qu'il criera « Épervier ».
- Le jeu se poursuit jusqu'à ce que tous les joueurs soient devenus des chasseurs.
- Le dernier joueur à avoir été touché deviendra le chasseur pour la prochaine partie.

Variantes

- Varier les types de déplacement (ex. : à reculons, de côté, en sautant).
- Lorsque quatre chasseurs sont réunis, ils se séparent en deux groupes de deux chasseurs, et ainsi de suite.



Les pirates

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

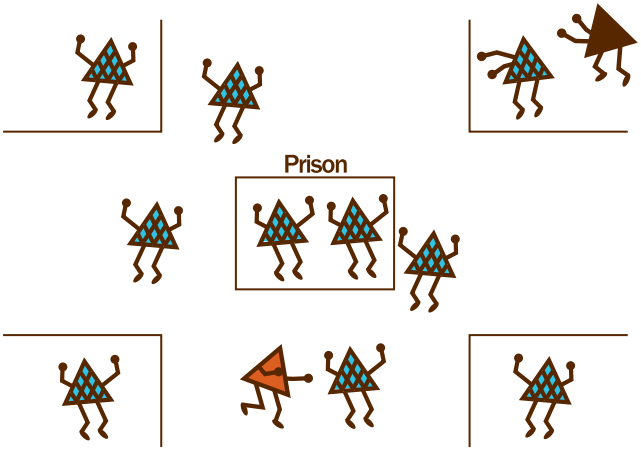
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Une craie

But du jeu

Les marins voyagent d'une île à l'autre en tentant d'éviter de se faire toucher par un pirate ou un requin.



Déroulement du jeu

- Tracer quatre îles dans les coins du terrain et une prison au centre du terrain, qui représente la mer.
- Désigner un joueur qui sera le pirate et un joueur qui sera le requin. Les autres joueurs sont des marins.
- Le requin peut toucher les marins lorsqu'ils sont dans la mer mais pas lorsqu'ils se trouvent sur une île.
- Le pirate se déplace uniquement en marchant d'une île à l'autre et il ne peut pas toucher un marin lorsque ce dernier se trouve dans la mer.
- Si un joueur est touché, il sera amené dans la prison, au centre du terrain.
- Pour être libéré, un marin en liberté devra aller chercher le marin emprisonné et le ramener dans l'une des îles en lui tenant la main et sans se faire toucher. Si les joueurs se font toucher par un requin, ils se rendent tous les deux à la prison.

Variantes

- Désigner plusieurs pirates et requins selon le nombre de joueurs.
- Le pirate emprisonné réalise une série de dix sauts à pieds joints dans la prison, ce qui lui rendra sa liberté.



Camion de recyclage

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

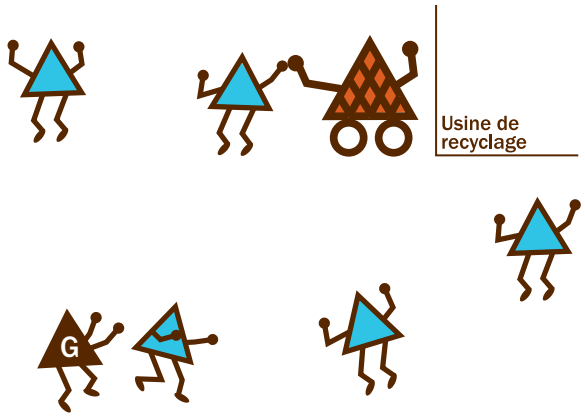
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Les joueurs doivent éviter de se faire toucher par le gaspilleur, qui les transformera en déchet recyclable. Il faudra alors être recyclé avec l'aide du camion de recyclage pour retourner au jeu.



Déroulement du jeu

- Un grand terrain est délimité.
- Un espace est désigné pour être l'usine de recyclage.
- Un joueur est désigné pour être le gaspilleur et un joueur sera le camion de recyclage.
- Les joueurs sont poursuivis par le gaspilleur qui, en les touchant, les transforme en déchet recyclable.
- Une fois touché, le joueur reste sur place et fait signe au camion de recyclage qu'il a besoin de son aide.
- Le camion de recyclage ne peut pas être touché par le gaspilleur.
- Le camion de recyclage ramasse les déchets recyclables en leur prenant la main et les mène jusqu'à l'usine de recyclage.
- Une fois à l'usine, les joueurs sont recyclés et peuvent retourner jouer.

Variante

- Chaque fois que le camion de recyclage se rend à l'usine, les joueurs doivent réaliser un défi avant de retourner jouer (ex. : pour être recyclés, les joueurs doivent courir sur place dix secondes).



Gendarmes et voleurs

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

50

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

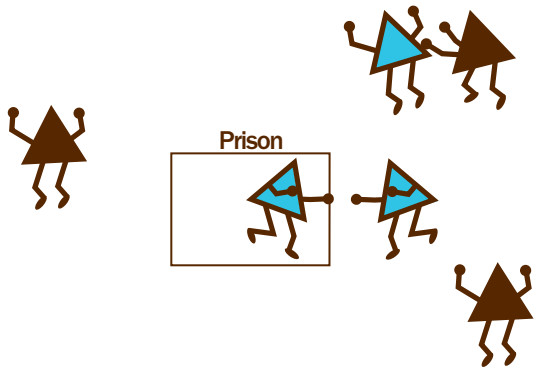
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Des dossards

But du jeu

Attraper les voleurs et les envoyer en prison.



Déroulement du jeu

- Tracer les lignes d'une aire de jeu dans laquelle une prison sera délimitée.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes : les gendarmes et les voleurs.
- Les voleurs se dispersent sur le terrain et les gendarmes essaient de les attraper en les touchant avec leur main.
- Le voleur touché est ensuite amené à la prison par le gendarme et sera délivré si un autre voleur lui touche la main.
- Les gendarmes gagnent s'ils emprisonnent tous les voleurs. Si, au moment où la partie se termine, soit après environ dix minutes de jeu, il n'y a pas de voleurs dans la prison, les voleurs gagnent la partie.
- Les rôles des joueurs sont inversés pour la prochaine partie.

! Il est important de bien délimiter l'aire de jeu et la prison.

Variantes

- Réaliser un défi actif dans la prison avant de pouvoir être libéré (ex. : cinq *jumping jacks*).
- Prévoir plusieurs prisons.
- Réduire le nombre de gendarmes.
- Déterminer une zone où les voleurs peuvent se reposer cinq secondes.



Chasse aux foulards

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

51

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

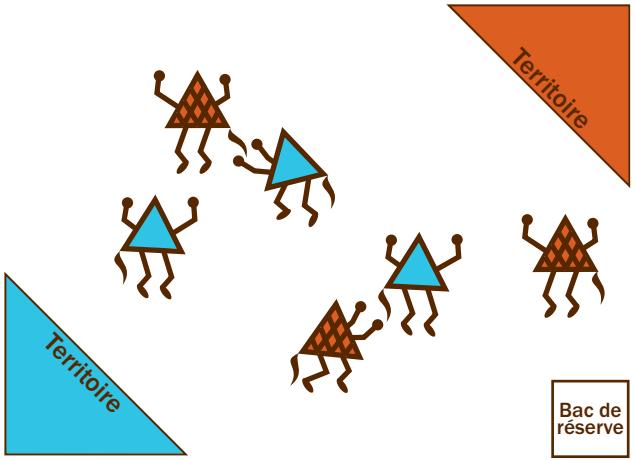
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un foulard par joueur et quinze foulards de réserve
Des dossards

But du jeu

Ramasser le plus de foulards possible sans se faire retirer le sien.



Déroulement du jeu

- Sur un terrain délimité, deux lignes sont tracées dans deux coins opposés.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Les coins tracés représentent les territoires de chacune des équipes.
- Chacun des joueurs place un foulard dans la ceinture de son pantalon de manière qu'il pende jusqu'aux genoux.
- Au signal, tous les joueurs tentent d'enlever les foulards des joueurs de l'équipe adverse et de les ramener dans leur territoire.
- Le joueur qui a perdu son foulard doit se rendre au bac de réserve et prendre un nouveau foulard. Il pourra ensuite retourner jouer.
- La partie se termine lorsqu'il n'y a plus de foulards de réserve.
- L'équipe qui aura ramené le plus de foulards remporte la partie.

Variante

- Remplacer les foulards par des pinces à linge.



Ballon-crabe

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

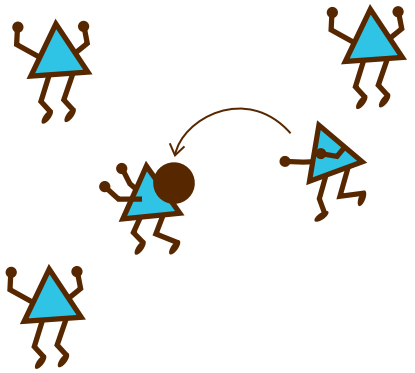
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Éviter de se faire toucher par le ballon ou par un crabe.



Déroulement du jeu

- Un terrain est délimité.
- Les joueurs jouent chacun pour eux.
- Le joueur qui a le ballon en sa possession ne peut pas se déplacer sur le terrain.
- Les joueurs tentent de toucher les autres joueurs avec le ballon en leur lançant et en visant en bas des épaules.
- Un joueur touché par le ballon sans avoir réussi à l'attraper devient un crabe. Il s'assoit alors par terre et place ses mains derrière lui en relevant les fesses pour se déplacer à l'aide de ses bras et de ses jambes.
- Le crabe peut en tout temps toucher un joueur pour le changer en crabe et se libérer en recommençant à jouer debout.
- Le crabe peut également s'arrêter et se mettre à genoux pour atteindre un ballon et le lancer directement sur un joueur. Par contre, le crabe ne peut pas se déplacer lorsqu'il est à genoux.
- Si le joueur est touché sans avoir attrapé le ballon lancé par le crabe, il devient un crabe, et le crabe qui a lancé le ballon recommence à jouer debout.

! Il est interdit de viser la tête lors d'un lancer. S'il arrive qu'un joueur soit touché à la tête, il ne deviendra pas un crabe.

Variante

- Le joueur touché par le ballon continue de jouer en se déplaçant uniquement en effectuant des sauts à pieds joints. S'il est touché de nouveau, il se déplace sur un pied. Si le joueur est touché une troisième fois, il continue de jouer et de se déplacer à genoux jusqu'à ce qu'il touche un joueur et puisse jouer de nouveau debout.

Tague canon

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

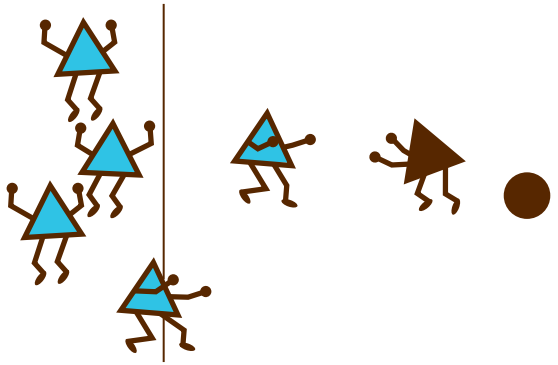
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Ramener le ballon (le boulet) au refuge sans se faire toucher par la tague.



Déroulement du jeu

- À une extrémité du terrain, une zone est délimitée comme étant le refuge.
- Un joueur est désigné pour être la tague.
- Pour commencer la partie, la tague se place, dos aux autres joueurs, dans le refuge pour se préparer au lancer du canon. La tague lance le ballon (le boulet) par-dessus sa tête vers les joueurs.
- Les joueurs sont dispersés sur le terrain pour tenter d'attraper le boulet avant qu'il ne rebondisse trop loin.
- Le joueur qui attrape le boulet doit le déposer au sol à l'endroit où il l'a attrapé.
- Tous les joueurs retournent dans le refuge. À partir du moment où tous les joueurs sont dans le refuge, la tague ne peut plus y entrer.
- Les joueurs doivent ensuite aller chercher le boulet et le ramener au refuge sans se faire toucher par la tague.
- Si un joueur se fait toucher, il est retiré du jeu. S'il est en possession du boulet, il doit le déposer au sol à l'endroit où il s'est fait toucher.
- Le joueur qui rapporte le boulet au refuge sera la prochaine tague. Si la tague a réussi à toucher tous les joueurs, elle choisira qui sera la prochaine tague.

Variantes



- Désigner plus d'une tague selon le nombre de participants.
- Permettre aux joueurs de se faire des passes avec le boulet.
- Au lieu d'être retiré, un joueur touché doit réaliser une épreuve pour revenir au jeu (ex. : taper dans ses mains alternativement devant et dans son dos dix fois de suite).

La cruche

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

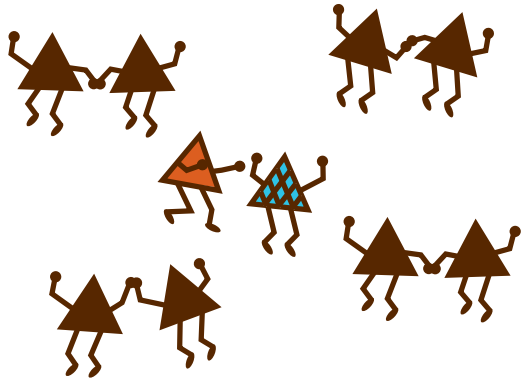
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

La souris s'accroche à une cruche pour éviter d'être attrapée par le chat. Le chat, lui, tente de toucher la souris.



Déroulement du jeu

- Au début, on désigne un chat et une souris. Ils sont les seuls à pouvoir se déplacer sur le terrain.
- Les autres se placent deux par deux en s'accrochant par le bras pour former une cruche et placent leur main libre sur leur hanche.
- Au signal, le chat poursuit la souris. Si le chat touche la souris, les rôles s'inversent.
- Lorsque la souris s'accroche au bras d'un joueur (la cruche), le chat devient la souris et la personne qui forme l'autre anse de la cruche devient le nouveau chat.

Variantes

- Le jeu peut également se faire en plaçant tous les joueurs deux par deux en cercle au lieu de délimiter un terrain. Il est alors possible de jouer en se poursuivant autour et à travers le cercle.
- Les joueurs deux par deux se baladent à l'intérieur du terrain en attendant d'avoir à courir.
- Lorsque le nombre de joueurs est impair, former une équipe de trois cruches.
- Ajouter un deuxième chat et une deuxième souris.



La pêche au filet

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

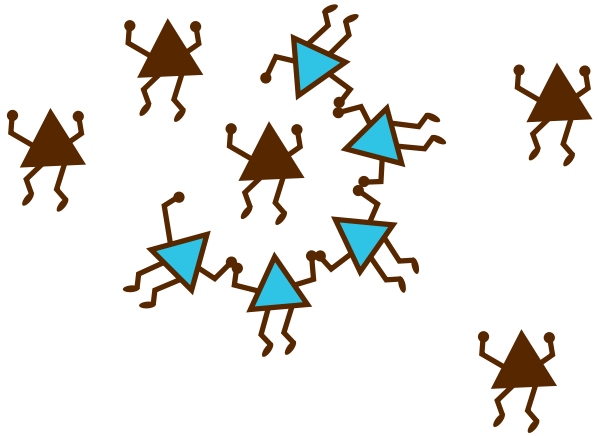
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Les joueurs formant le filet de pêche tentent d'attraper tous les poissons.



Déroulement du jeu

- Le jeu se déroule sur un terrain bien délimité, qui représentera l'océan.
- Cinq joueurs sont choisis pour former le filet de pêche en se tenant par la main, un à côté de l'autre.
- Les autres joueurs sont des poissons et se dispersent dans l'océan.
- Un joueur faisant partie du filet annonce le début de la partie en criant : « La pêche est ouverte ! »
- À partir de cet instant, le filet tente de capturer le plus de poissons possible en les encerclant dans leurs bras.
- Les poissons capturés s'ajoutent au filet et aident ainsi à prendre les autres poissons.
- Les cinq poissons qui sont les derniers à être capturés formeront le filet lors de la partie suivante.

Variantes

- Lorsque le filet compte huit joueurs, il est divisé en deux filets de quatre joueurs.
- Varier les types de déplacements.



Roche, papier, ciseau

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

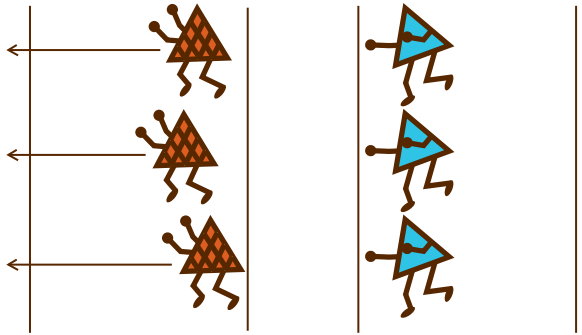
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Une craie pour marquer des lignes au sol

But du jeu

Deux équipes s'affrontent et tentent de recruter des joueurs dans leurs équipes.



Déroulement du jeu

- Deux lignes parallèles sont tracées à 2 m de distance au centre du terrain. Deux autres lignes parallèles sont tracées à 5 m de chacune des lignes précédentes.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Chaque équipe choisit l'objet qui sera utilisé pour affronter l'autre équipe : roche, papier ou ciseau.
  - La roche (le poing fermé) l'emporte sur le ciseau;
  - le ciseau (l'index et le majeur) l'emporte sur le papier;
  - le papier (la main ouverte) l'emporte sur la roche.
- Puis, les deux équipes se placent sur les lignes les plus rapprochées du centre, face à face. Tous disent simultanément : « Roche, papier, ciseau. »
- Alors, ils montrent tous leur signe choisi en équipe et l'équipe gagnante poursuit l'autre équipe jusqu'à la ligne de fond tracée.
- Ceux qui ont été touchés rejoignent l'équipe gagnante.
- Si les deux équipes ont convenu du même signe, il faut recommencer la consultation en équipe, puis rejouer.

Variante

- On peut ajouter l'allumette (l'index) aux signes déjà présentés. L'allumette est vaincue par le ciseau et la roche mais l'emporte sur le papier.



L'étoile

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

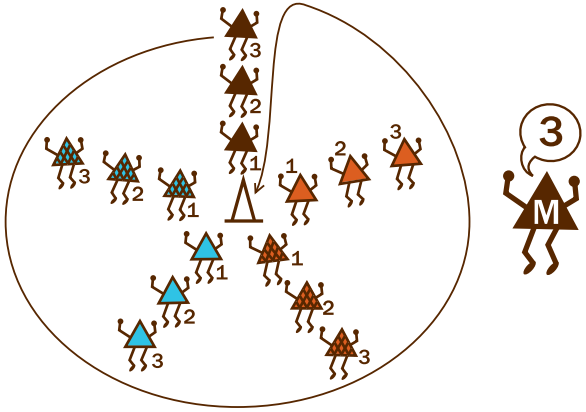
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un cône

But du jeu

Marquer le plus de points possible en complétant rapidement le tour de l'étoile.



Déroulement du jeu

- Les joueurs sont divisés en cinq équipes égales.
- Les participants de chacune des équipes se placent en file indienne et forment une étoile, en positionnant la tête de la file au centre de l'étoile, et la queue de la file vers la pointe de l'étoile.
- Un cône est placé au centre de l'étoile.
- Un numéro est donné aux joueurs de chaque équipe, le numéro 1 étant attribué au joueur le plus près du centre.
- Dans le cas où il n'y a pas le même nombre de joueurs dans chacune des équipes, le dernier joueur des équipes moins nombreuses porte alors deux numéros.
- Lorsque le meneur de jeu crie un numéro, tous les joueurs ayant ce numéro courent en direction de la pointe de l'étoile et continuent leur course autour de l'étoile.
- Une fois le tour complété, le joueur doit passer par-dessus tous les joueurs de son équipe, qui se sont accroupis, pour être le premier à toucher le cône au centre de l'étoile.
- Le premier joueur à toucher le cône au centre de l'étoile obtiendra un point pour son équipe.

❗ Tous doivent courir dans le même sens.

Variantes

* Sur une surface enneigée, passer entre les jambes de tous les joueurs de son équipe au lieu de passer par-dessus.
* Avant de nommer un numéro, le meneur de jeu crie « Métro » pour que le joueur passe entre les jambes des autres joueurs, ou « Avion » pour qu'il passe par-dessus eux après avoir fait le tour de l'étoile.

Le trésor volé

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

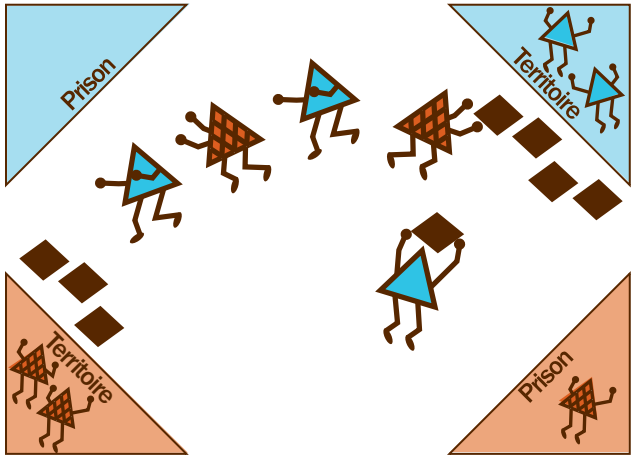
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Des sacs de sable ou des anneaux de caoutchouc (au moins dix)
Des dossards

But du jeu

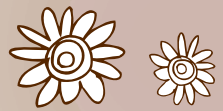
Voler le trésor de l'équipe adverse sans se faire toucher.



Déroulement du jeu

- À chacune des extrémités du terrain, un territoire où les joueurs d'une équipe ne peuvent pas se faire toucher est clairement délimité.
- Un joueur ne peut pas rester plus de cinq secondes consécutives dans son territoire.
- Une prison est délimitée à côté de chacun des territoires.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Chaque équipe possède, devant son territoire, le même nombre de trésors (sacs de sable ou anneaux de caoutchouc).
- Les participants tentent de voler les trésors de l'équipe adverse en les ramenant, un à la fois, dans leur territoire.
- Les joueurs peuvent se faire des passes pour ramener le trésor.
- Lorsqu'un joueur est touché par un joueur de l'équipe adverse, il est conduit dans la prison de ses adversaires. S'il a, entre les mains, un trésor volé, il doit le remettre à sa place.
- Pour être libéré, le joueur emprisonné doit se faire toucher la main par un coéquipier en liberté.
- Le jeu se termine lorsqu'une équipe n'a plus de trésors.
- L'équipe qui a ramené tous les trésors de l'équipe adverse dans son territoire remporte la partie.

Variantes



- Une fois en prison, le joueur doit réaliser un défi actif pour être libéré (ex. : dix sauts de grenouille).
- Le jeu se termine lorsque le temps prédéterminé est écoulé; c'est l'équipe qui a ramené le plus de trésors dans son territoire qui remporte la partie.

Le drapeau

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

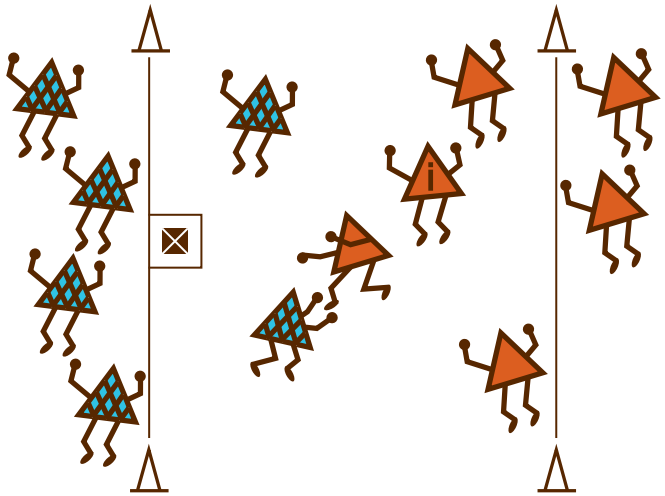
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Quatre cônes
Un bâton (drapeau) avec une base
(la base peut être un cône troué au sommet)

But du jeu

L'équipe offensive doit s'emparer du drapeau et réussir à franchir la ligne de fond sans se faire toucher.



Déroulement du jeu

- Dans un terrain rectangulaire, tracer à une des extrémités un carré d'au moins 1 m sur 1 m où sera déposé le drapeau.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Les attaquants tentent de ramener le drapeau dans leur territoire et l'équipe défensive protège le drapeau.
- Chacune des équipes se trouve dans son territoire derrière la ligne de fond des extrémités du terrain pour commencer la partie.
- Les joueurs défensifs peuvent en tout temps courir sur le terrain pour toucher un attaquant, qui sera alors retiré du jeu.
- Par contre, un invincible est nommé parmi les attaquants, et ce dernier a le pouvoir de retirer du jeu les défenseurs sur le terrain en les touchant et a le privilège de ne jamais être retiré du jeu.
- Les joueurs retirés vont sur le côté du terrain.
- Les attaquants doivent franchir la ligne de fond du côté du drapeau sans se faire toucher, puis s'approcher du drapeau dans le carré.
- Les défenseurs ne sont pas autorisés à entrer dans le carré tant que l'attaquant ne touche pas au drapeau.
- Lorsqu'un attaquant touche le drapeau, il doit le ramener dans son territoire sans se faire toucher, sans quoi les défenseurs remportent la partie.
- Lors de la partie suivante, les rôles sont inversés. Les attaquants deviennent les défenseurs et les défenseurs deviennent les attaquants.

Variante

- On peut arrêter le jeu après cinq minutes. Si les attaquants ne réussissent pas à ramener le drapeau, les défenseurs gagnent.

Poursuite circulaire

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

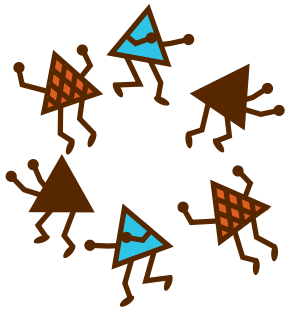
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Des dossards de trois couleurs différentes

But du jeu

Attraper les membres d'une équipe adverse alors que l'équipe adverse nous poursuit.

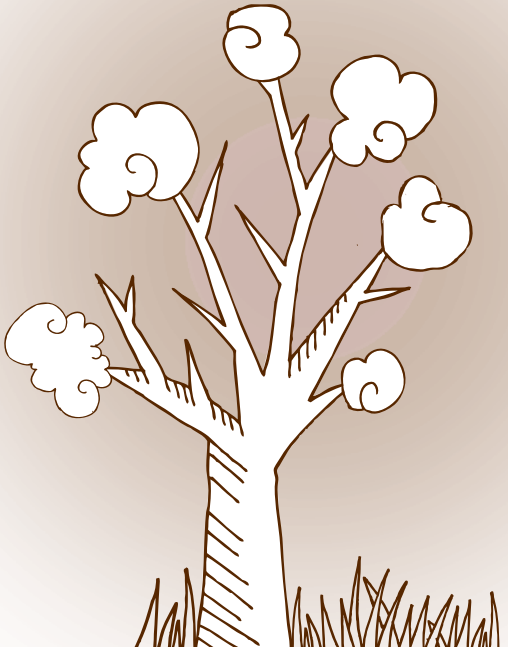


Déroulement du jeu

- Les joueurs sont divisés en trois équipes : les chasseurs, les abeilles et les perdrix.
- Les joueurs sont identifiés par des dossards de différentes couleurs selon leur équipe.
- Dans un terrain délimité, les joueurs se poursuivent de la façon suivante :
  - les chasseurs poursuivent les perdrix;
  - les perdrix poursuivent les abeilles;
  - les abeilles poursuivent les chasseurs.
- Lorsqu'un joueur est touché, il doit sauter sur place, les bras en croix pour qu'un de ses coéquipiers vienne le délivrer en passant entre ses jambes.

Variante

- Inverser les poursuivants et les poursuivis.



Pour ou contre

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

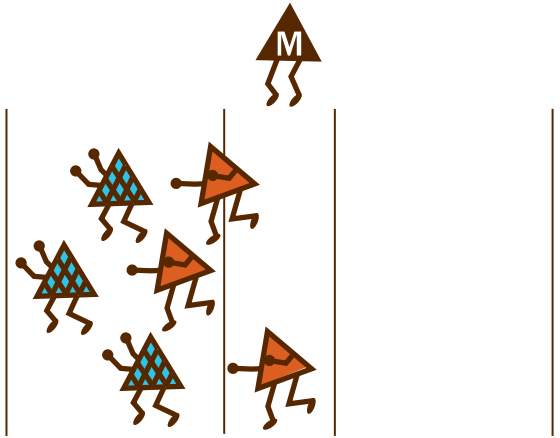
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Une cloche ou tout autre objet capable d'émettre un signal sonore

But du jeu

En alternance, essayer de toucher les adversaires ou éviter de se faire toucher par les adversaires.



Déroulement du jeu

- Deux lignes parallèles sont tracées à 2 m de distance au centre du terrain. Deux autres lignes parallèles sont tracées à 5 m de chacune des lignes précédentes.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes, les « pour » et les « contre ».
- Un joueur est désigné pour être meneur de jeu et prend la cloche.
- Au début de la partie, les joueurs de chacune des équipes se placent sur les lignes les plus rapprochées du centre, face à face.
- Le meneur indique à chacune des équipes qui seront les poursuivants et qui seront les poursuivis.
- Les « pour » devront tenter de toucher les « contre » avant qu'ils ne franchissent la ligne de fond.
- Les poursuivis touchés par un poursuivant se joignent à l'équipe adverse.
- À tout moment, le meneur de jeu peut sonner la cloche pour indiquer que les « pour » deviennent les « contre » et les « contre » deviennent les « pour ».
- À la fin du jeu, c'est l'équipe la plus nombreuse qui remporte la partie.

Variantes

- Les équipes ont des noms similaires (ex. : chameau et chapeau), le meneur de jeu raconte une histoire et lorsqu'il dit le nom d'une équipe, cette équipe est la poursuivante. Les joueurs retournent sur les lignes du centre pour la suite de l'histoire et ainsi de suite.
- Utiliser un signal visuel plutôt que sonore (ex. : foulards de différentes couleurs).



Tague ballon

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

62

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

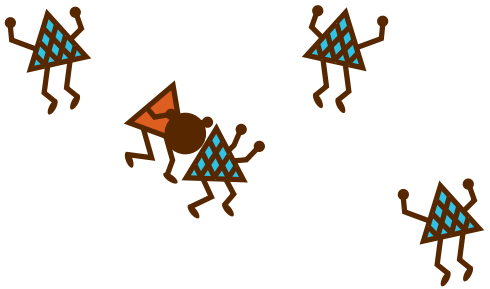
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Toucher les joueurs avec le ballon jusqu'à ce que tous les joueurs soient touchés.

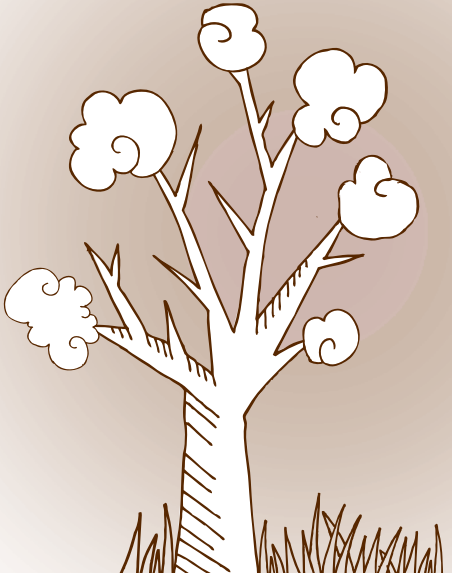


Déroulement du jeu

- Sur un terrain bien délimité, un élève est désigné pour être la tague.
- Pour commencer la partie, la tague a le ballon en sa possession.
- La tague doit toucher un premier joueur avec le ballon. Il ne faut pas lancer le ballon sur le joueur, mais toucher le joueur en gardant le ballon dans ses mains.
- À partir du moment où des joueurs sont touchés par la tague, ils peuvent prendre le ballon et se faire des passes entre eux pour collaborer avec la tague et tenter de toucher les autres joueurs.
- Le jeu se termine lorsque tout le groupe a été touché par le ballon. Le dernier joueur touché débutera la prochaine partie en étant la tague.

Variantes

- En utilisant un ballon mou, le ballon peut être lancé sur un joueur par la tague.
- Utiliser plusieurs ballons lorsqu'il y a plusieurs tagues.



Le double drapeau

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

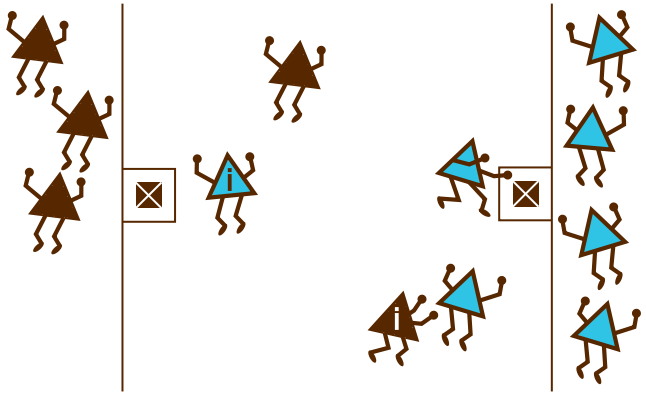
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Deux drapeaux (bâton dans un cône)
Des dossards (facultatif)

But du jeu

Ramener le drapeau de l'équipe adverse dans son camp sans se faire toucher par les joueurs de l'autre équipe.



Déroulement du jeu

- Dans un terrain rectangulaire, tracer à chacune des extrémités un carré d'au moins 1 m sur 1 m où seront déposés les drapeaux.
- Les joueurs sont divisés en deux équipes.
- Les équipes tentent simultanément de ramener le drapeau de l'équipe adverse dans leur territoire tout en protégeant leur propre drapeau.
- Chacune des équipes se trouve dans son territoire derrière la ligne de fond des extrémités du terrain pour commencer la partie.
- Chacune des équipes désigne un invincible, qui a le pouvoir de retirer du jeu ses adversaires qui se trouvent en dehors de leur territoire en les touchant.
- Les joueurs retirés vont sur le côté du terrain.
- Les joueurs doivent franchir la ligne de fond de l'équipe adverse sans se faire toucher, puis s'approcher du drapeau dans le carré.
- Les joueurs ne sont pas autorisés à entrer dans le carré de leur propre drapeau tant que l'adversaire ne touche pas au drapeau.
- Lorsque le joueur touche le drapeau, tous les joueurs de l'équipe adverse peuvent toucher le joueur pour le retirer. Lorsque le joueur en possession du drapeau est touché, le drapeau est remis à sa place et le jeu continue.
- Le premier joueur qui ramène le drapeau dans sa zone fait gagner son équipe. Si tous les joueurs d'une équipe sont retirés, c'est l'équipe adverse qui remporte la partie.



Variantes

- Si un joueur est touché par un adversaire, il reste immobile en attendant qu'un coéquipier le délivre en l'accompagnant jusqu'à la ligne de fond.
- Éliminer le carré sécurisé autour du drapeau.

Balle de neige

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

64

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

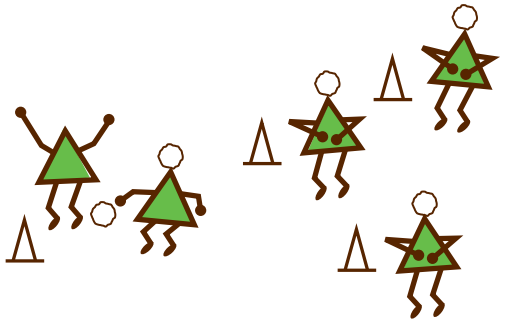
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une balle de neige ou un sac de sable par joueur
Des cônes

But du jeu

Garder une balle de neige ou un sac de sable en équilibre sur sa tête.



Déroulement du jeu

- Prévoir un circuit avec des obstacles à réaliser avec la balle de neige sur la tête (ex. : contourner, sauter, se pencher).
- Les participants placent une balle de neige en équilibre sur leur tête et placent leurs mains dans leur dos.
- Les joueurs se promènent à travers le parcours en évitant de faire tomber la balle de neige de leur tête.
- Lorsqu'un joueur perd sa balle, il doit lever les bras, et sauter sur place en criant : « Flocon de neige ».
- C'est un autre participant qui devra ramasser sa balle de neige et la lui remettre sur la tête tout en gardant sa balle de neige en place.
- Le joueur qui retrouve sa balle de neige peut alors se remettre à effectuer un parcours.

❗ Il est important que les participants portent une tuque chaude pour jouer à ce jeu avec une balle de neige.

Variante

- Faire une course en déterminant qui complète le parcours le plus rapidement sans perdre sa balle de neige.



Le prisonnier

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

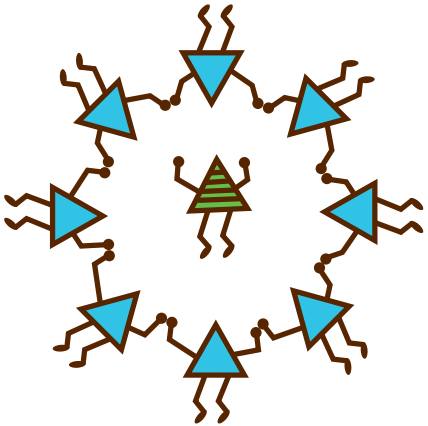
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Empêcher le prisonnier de s'échapper de la prison.



Déroulement du jeu

- Les joueurs se placent en cercle en se tenant la main; un joueur est désigné pour être le prisonnier à l'intérieur du cercle.
- Les joueurs doivent tenter d'empêcher le prisonnier de sortir du cercle en se déplaçant autour de lui tout en restant en cercle.
- Lorsque le prisonnier réussit à sortir du cercle, les joueurs se lâchent les mains et tentent de le toucher. Le premier joueur à toucher le prisonnier le remplacera.

Variante

- Limiter à deux minutes le temps de fuite du prisonnier, après quoi il sera remplacé par un autre prisonnier.



Jean dit

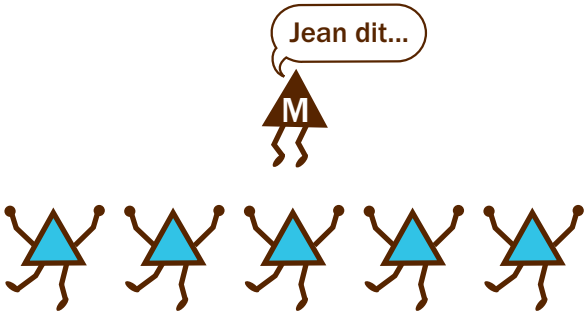
BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle
Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis
Aucun

But du jeu
Les joueurs doivent exécuter correctement les consignes du meneur de jeu.

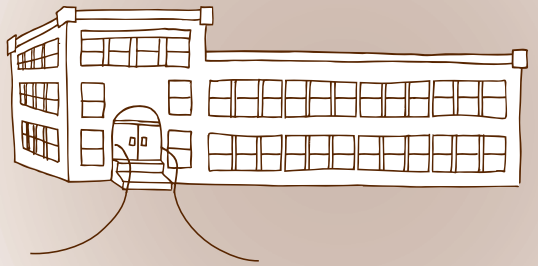


Déroulement du jeu

- Les joueurs se positionnent un à côté de l'autre de façon à voir le meneur de jeu.
- Un joueur est désigné meneur de jeu et se positionne face aux autres joueurs.
- Le meneur de jeu demande aux joueurs d'exécuter des gestes (ex. : taper dans ses mains, lever un bras, marcher sur place, sauter).
- Lorsque cette demande est précédée de « Jean dit », les joueurs doivent effectuer le geste demandé, sans quoi ils doivent ignorer la consigne.
- Lorsqu'un joueur se trompe, il peut jouer différemment au lieu d'être éliminé : continuer à jouer de dos ou à côté du meneur de jeu, ou encore faire l'opposé de ce que le meneur de jeu demande pour déconcentrer les autres joueurs.
- Le jeu se termine lorsqu'il ne reste qu'un joueur qui ne s'est pas trompé. Il deviendra le meneur de jeu pour la partie suivante.

Variantes

- Nommer un autre nom que Jean (ex. : « Jules dit ») pour mélanger les joueurs.
- Le meneur de jeu effectue les gestes sans nécessairement respecter ses propres consignes pour déconcentrer les joueurs.



Entraînement de marelle

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

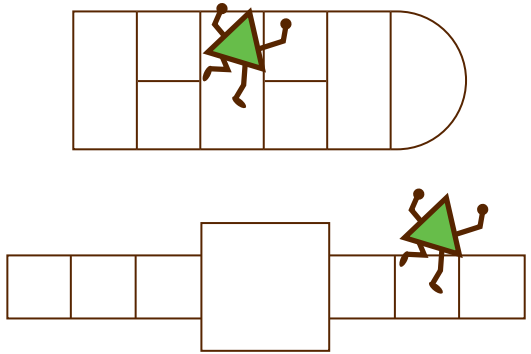
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une craie
Un caillou

But du jeu

Sauter correctement sur les chiffres du jeu en ramassant la pierre.

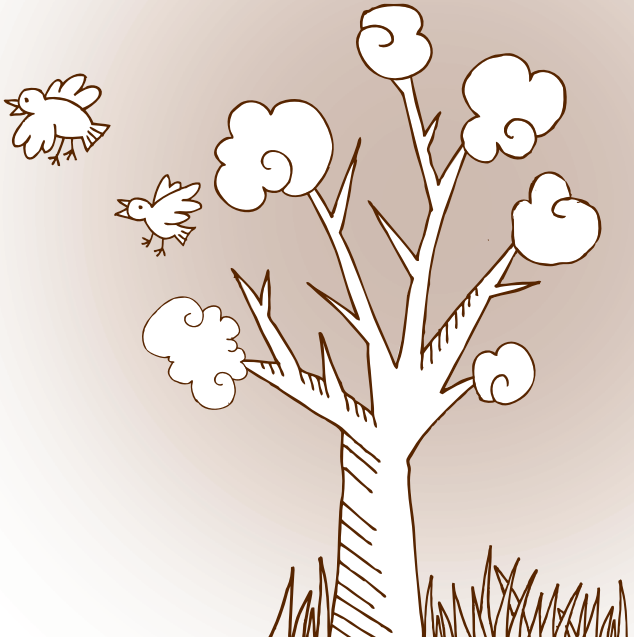


Déroulement du jeu

- Tracer un jeu de marelle en s'assurant que les sections sont assez grandes pour contenir les pieds des élèves.
- Le joueur doit effectuer les exercices suivants pour se familiariser avec la marelle :
  - parcourir la marelle en sautant à pieds joints sur toutes les cases;
  - effectuer le même exercice mais sur un pied, puis sur l'autre pied;
  - alterner les sauts à pieds joints et sur un pied, à pieds joints et sur l'autre pied, etc.;
  - ne sauter que sur les chiffres pairs ou impairs;
  - nommer un chiffre et lancer un caillou sur le chiffre nommé;
  - sauter à reculons.

Variante

- Inventer toute autre façon d'explorer la marelle !



Quilles

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

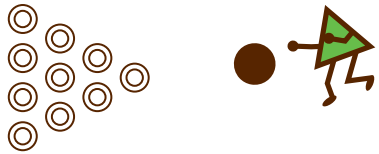
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Dix quilles de bois
Un ballon

But du jeu

Faire tomber le plus de quilles possible en roulant le ballon.



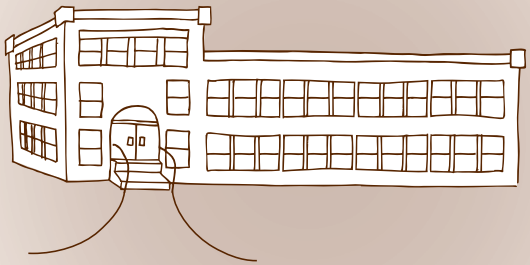
Déroulement du jeu

- Placer les dix quilles en suivant la position habituelle (triangulaire) des quilles.
- Les joueurs se placent à une certaine distance des quilles (selon leur habileté) et lancent le ballon au sol en visant les quilles.
- Chaque joueur a deux essais pour faire tomber les dix quilles.

! Il est préférable qu'un joueur se place derrière les quilles pour retourner le ballon au joueur et replacer les quilles au besoin.

Variantes

- Utiliser des bouteilles de liqueur de plastique (1 l) bien rincées en déposant une roche au fond pour plus de stabilité.
- Il est possible de prendre en note le nombre de quilles tombées pour chacun des joueurs, ou encore de faire des équipes en vue de nommer un ou des gagnants.
- Lancer un ballon sur les quilles au lieu de le rouler.
- Utiliser deux quilles et faire rouler le ballon entre les deux sans les faire tomber.



Le serpent

Cycle

Maternelle ☑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une corde

But du jeu

Sauter par-dessus le serpent qui se tortille sans piler dessus.



Déroulement du jeu

- Deux élèves accroupis tiennent chacune des extrémités de la corde à peine tendue.
- Ils font bouger rapidement la corde par de petits mouvements latéraux au sol, comme les mouvements d'un serpent qui se déplace.
- Les autres participants tentent, un après l'autre, de sauter par-dessus le serpent, sans piler dessus.
- Une fois que tous les participants ont fait une première tentative, les joueurs qui tiennent la corde sont remplacés.

Variantes

- Varier les types de déplacements (ex. : sauter sur un pied, sauter comme une grenouille, sauter à reculons).
- Faire bouger la corde un peu plus haut dans les airs.
- Faire bouger la corde par de petits mouvements de haut en bas.



Places en mémoire

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

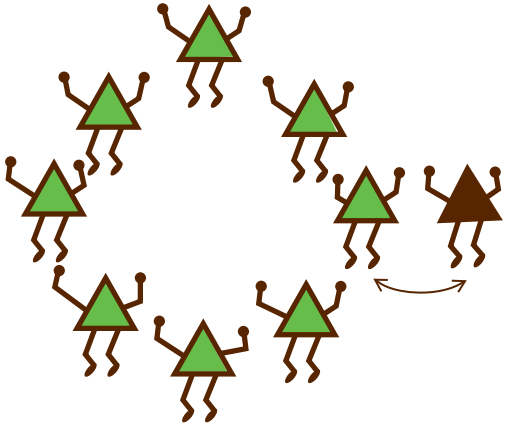
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Se déplacer vers un joueur qui n'a pas encore changé de place.



Déroulement du jeu

- Les joueurs forment un cercle.
- Un premier joueur est désigné pour être le coureur et se déplace en courant autour du cercle vers un autre joueur et s'immobilise derrière lui.
- Le joueur devant le coureur lui cède sa place et devient le coureur.
- Le nouveau coureur se déplace à son tour vers un autre joueur, qui lui cédera sa place, et ainsi de suite.
- Les joueurs doivent mémoriser quels joueurs ont étés coureurs, puisqu'il faut toujours se rendre derrière un joueur qui n'a pas changé de place.
- Le jeu continue ainsi jusqu'à ce qu'un joueur s'immobilise derrière un joueur qui avait déjà changé de place ou lorsque tout le monde a changé de place. Alors, le jeu recommencera.

! Il est important de ne pas divulguer d'indices aux autres joueurs, chacun doit exercer sa mémoire !

Variantes

- Se déplacer à reculons.
- Changer de place en moins de dix secondes.



Le chef d'orchestre

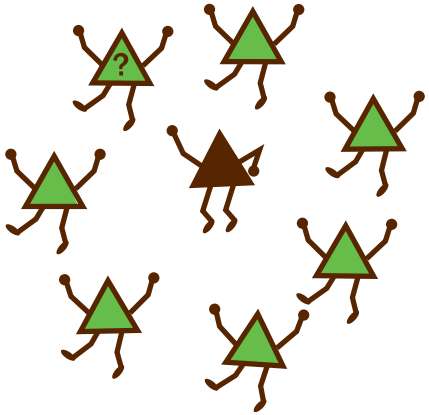
BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle
Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis
Aucun

But du jeu
Déterminer qui est le chef d'orchestre parmi les joueurs.



Déroulement du jeu

- Les joueurs se placent en cercle, debout.
- Un joueur (le détective) est mis un peu à l'écart, dos au reste des joueurs, pendant que les autres joueurs déterminent un chef d'orchestre parmi eux en le pointant du doigt.
- Le chef d'orchestre exécute des mouvements que les autres devront imiter. Par exemple : marcher sur place, taper dans les mains, sauter comme une grenouille, imiter un canard, sauter sur un pied.
- Le chef d'orchestre change régulièrement de mouvement mais le plus discrètement possible.
- Le joueur à l'écart est avisé de revenir dans le cercle et tente de déterminer qui est le chef d'orchestre.
- Qu'il le découvre correctement ou non, le jeu se poursuit en désignant un nouveau détective et un autre chef d'orchestre.

Variante

- Donner la possibilité de faire trois essais pour déterminer qui est le chef d'orchestre.



Conquête du foulard

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

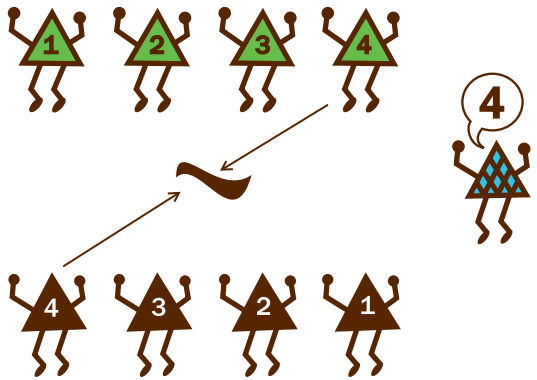
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un foulard

But du jeu

Ramener le foulard dans son territoire ou empêcher son adversaire de le faire en le touchant.



Déroulement du jeu

- Deux équipes sont face à face et un foulard est placé au centre à égale distance des deux équipes.
- L'animateur numérote les joueurs de chaque équipe (par exemple, de 1 à 10 pour l'une, de 10 à 1 pour l'autre) de sorte que les numéros correspondants sont en diagonale.
- Le meneur de jeu appelle un numéro. Les joueurs correspondants se précipitent pour arriver au foulard.
- Le premier qui s'en empare et retourne à son camp sans être touché par son adversaire marque un point.
- Si l'adversaire réussit à toucher le joueur ayant le foulard avant qu'il retourne à son camp, il marque un point.
- L'équipe qui a marqué le plus de points remporte la partie.

Variantes

- Nommer plus d'un numéro à la fois.
- Ajouter des contraintes (ex.: garder une main dans le dos lorsque son numéro est appelé).



Corde à sauter

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

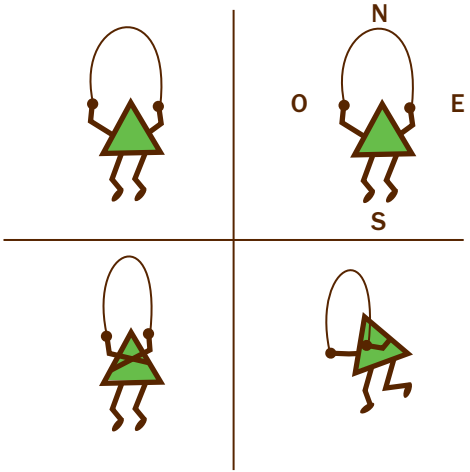
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une corde à sauter

But du jeu

Exécuter avec succès différents sauts à la corde individuellement.



Déroulement du jeu

- Le jeu consiste à sauter par-dessus une corde en rotation qui passe en dessous des pieds, puis au-dessus de la tête. Tenir la corde en ayant la corde derrière les pieds pour débuter.
- Il existe différents types de sauts qui aident à agrémenter ce jeu et qui permettent d'atteindre différents niveaux de difficultés. En voici quelques exemples :
  - **Le super-saut :** La corde à sauter doit effectuer deux rotations alors que le joueur ne fait qu'un seul saut.
  - **La croix :** Le joueur doit faire quatre sauts consécutifs en se tournant chaque fois vers les quatre points cardinaux.
  - **Le croisé :** Croiser ses bras de façon que les coudes soient vis-à-vis et que les bras soient assez éloignés du corps pour tourner la corde.
  - **La promenade :** Courir tout en sautant à la corde. Le même pied saute par-dessus la corde chaque fois alors que l'autre pied avance d'un pas au moment où la corde passe derrière.

Variante

- Sauter à reculons, sur un pied, en levant les genoux très hauts, combiner différents mouvements, etc.



Crème glacée

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

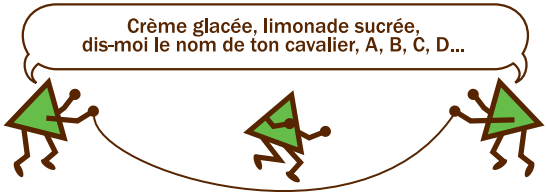
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une longue corde à sauter (4,20 m)

But du jeu

Réussir à exécuter les consignes décrites dans la comptine.



Déroulement du jeu

- Deux personnes tournent une grande corde à sauter.
- Les autres joueurs se placent en file, l'un derrière l'autre.
- Le premier joueur se place au milieu de la corde et saute pendant que tous les participants récitent cette comptine :

  « Crème glacée, limonade sucrée,
  dis-moi le nom de ton cavalier,
  A, B, C, D, … »

- Lorsqu'un joueur s'accroche dans la corde, la lettre qui a été nommée au même moment servira à nommer un prénom qui débute par cette lettre.
- Une fois que le participant a donné une réponse, il remplace une personne qui tourne la corde et le prochain joueur s'avance pour que la comptine recommence.
- Lorsqu'un joueur saute jusqu'à ce que l'alphabet soit récité au complet, il nomme le prénom de son choix sans que la première lettre ne soit déterminée et remplace une personne qui tourne.

Variante

- Former des équipes de deux joueurs qui joueront simultanément jusqu'à ce qu'un des deux joueurs accroche la corde.



L'horloge

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

75

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

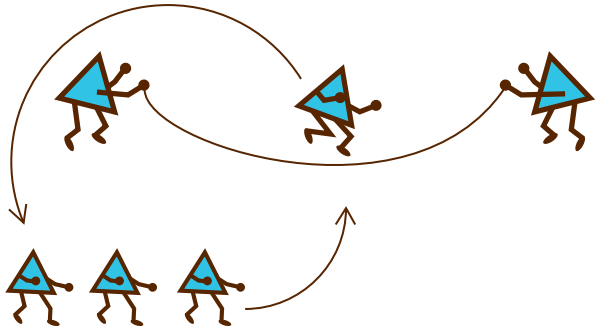
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une longue corde à sauter (environ 4,20 m)

But du jeu

Entrer et sortir de la corde à sauter en mouvement et réaliser jusqu'à douze sauts consécutifs.

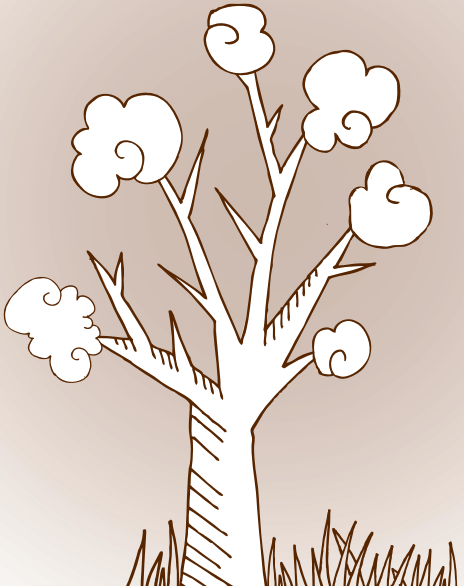


Déroulement du jeu

- Deux personnes tournent une grande corde à sauter.
- Les autres joueurs se placent en file, l'un derrière l'autre.
- Alors que la corde à sauter est déjà en mouvement, les joueurs s'avancent, sautent une fois et ressortent pour laisser la place au prochain joueur qui tentera de faire un saut, et ainsi de suite.
- Le joueur qui réussit retourne se placer à la queue de la file.
- Les participants effectuent successivement et à tour de rôle un nombre de sauts passant de un à douze sauts consécutifs.
- Les joueurs sautent un saut de plus chaque fois que tous les joueurs ont tenté le nombre de sauts précédents.
- Tous les joueurs peuvent compter à haute voix pour encourager les joueurs.
- Lorsqu'un joueur s'accroche dans la corde, il doit remplacer une personne qui tourne la corde.

Variante

- Former des équipes de deux joueurs qui joueront simultanément, jusqu'à ce qu'un des deux joueurs accroche la corde.



Cloche-pied géant

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

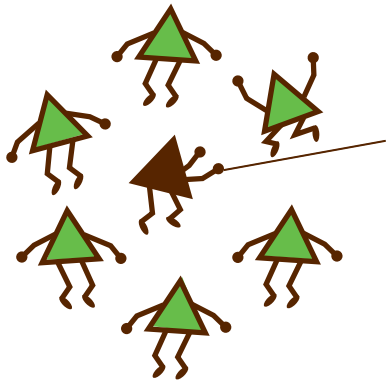
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une corde à sauter

But du jeu

Sauter pour éviter que la corde ne touche nos pieds.



Déroulement du jeu

- Les participants forment un cercle, debout, en ayant au moins un bras de distance entre eux.
- Un joueur est désigné pour être au centre.
- Le joueur du centre fait tourner la corde sur le sol alors que les joueurs placés autour doivent sauter par-dessus la corde.
- Lorsqu'un joueur s'accroche les pieds dans la corde, il remplace la personne au centre.

! Attention aux étourdissements lorsque la personne au centre tourne trop longtemps.

Variante

- Utiliser deux cordes tournées par deux joueurs dos à dos au centre.



Viser le cône

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

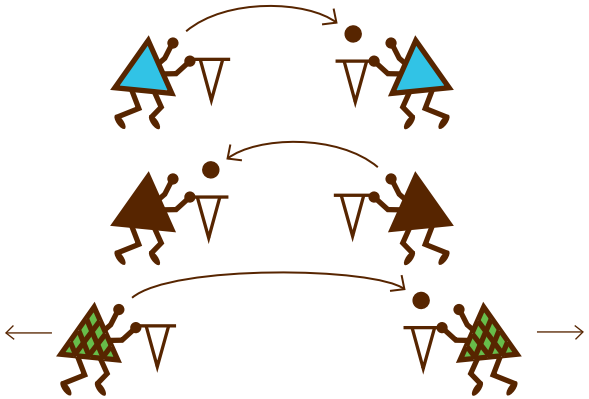
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un cône par joueur
Une balle (balle de tennis ou autre)

But du jeu

Attraper la balle à l'aide d'un cône renversé.



Déroulement du jeu

- Les joueurs se placent deux par deux de façon à se trouver en face de leur partenaire.
- Une balle est remise à un des deux partenaires.
- Tous les joueurs ont un cône qu'ils tiennent renversé.
- Les joueurs se lancent la balle d'un partenaire à l'autre et utilisent le cône renversé pour attraper la balle.
- Chaque fois que le lancer est attrapé, le joueur qui a lancé recule d'un pas.
- Les lancers reprennent jusqu'à ce qu'un joueur échappe la balle lancée par un coéquipier.

Variantes

- Avancer d'un pas lorsque la balle est échappée.
- Les partenaires les plus éloignés à la fin du jeu gagnent la partie.
- Un joueur sur deux a un cône et, après quelques minutes, c'est au tour de l'autre joueur de l'avoir.



La roue

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

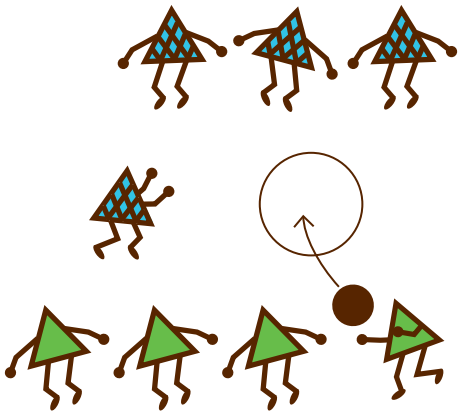
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un cerceau
Un ballon

But du jeu

Lancer le ballon à travers un cerceau en mouvement.



Déroulement du jeu

- Les joueurs sont divisés en deux équipes et se placent face à face à une distance d'environ 3 m.
- Un premier joueur se place au milieu et fait rouler le cerceau.
- Le premier joueur de l'équipe adverse a en sa possession le ballon et essaie de le lancer dans le cerceau pendant qu'il roule.
- Ensuite, le lanceur récupère le cerceau qu'il devra faire rouler pour le prochain joueur de l'équipe adverse, qui lui, récupère le ballon.
- Lorsque le ballon traverse le cerceau, l'équipe obtient un point. Quand tous les joueurs ont eu l'occasion de lancer le ballon, l'équipe qui a le plus de points gagne.

Variantes

- Au lieu de lancer un ballon, le joueur doit lui-même passer à travers le cerceau pour que son équipe obtienne un point.
- Lancer le cerceau dans les airs au lieu de le faire rouler.



Ma bicyclette

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

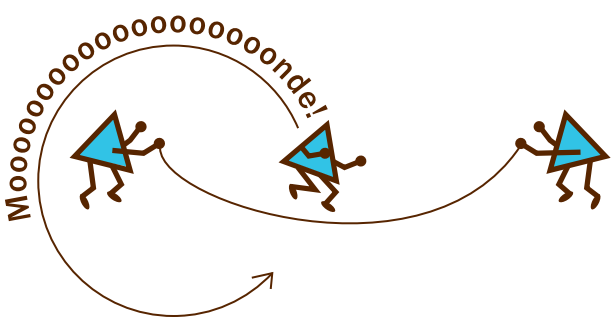
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une longue corde à sauter (4,20 m)

But du jeu

Réussir à exécuter la comptine en sautant sans accrocher la corde, puis arrêter la corde avec son pied à la fin.



Déroulement du jeu

- Deux personnes tournent une grande corde à sauter.
- Les autres joueurs se placent en file, l'un derrière l'autre.
- Alors que la corde à sauter est déjà en mouvement, le premier joueur entre et saute au rythme de cette comptine :

  « J'ai une bicyclette et je l'aime bien.
  Je ferai le tour du
  mooooooooooooooooooooonnnn
  nnnnnnnnnnnnnnnnnnde!
  Et je mettrai le frein. »

- Pendant le mot « monde », le participant doit sortir de la corde, courir jusqu'à l'autre côté de la corde et entrer de nouveau pour sauter.
- À la fin de la comptine, le participant tente de sauter sur la corde, ou encore tâche de faire qu'elle se retrouve entre ses jambes pour que la corde arrête de tourner au mot « frein ».
- Le joueur qui rate son coup ou qui termine la comptine remplace un joueur qui tourne la corde.

Variante

- Former des équipes de deux joueurs qui joueront simultanément jusqu'à ce qu'un des deux joueurs accroche la corde.



Sauter à la marelle

Cycle

Maternelle ❑ 1er ☑ 2e ❑ 3e ❑

Type de groupe

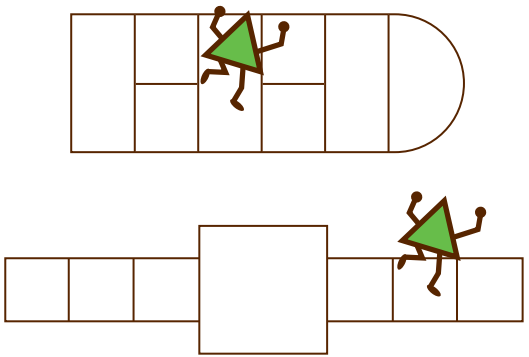
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une craie
Des cailloux ou de petits objets

But du jeu

Sauter sur un pied en ne se reposant que sur la case où se trouve son propre caillou.



Déroulement du jeu

- Tracer un jeu de marelle en s'assurant que les sections sont assez grandes pour contenir les pieds des élèves.
- Le premier joueur saute sur un pied en parcourant la marelle dans un sens. Puis, il doit également sauter sur un pied pour sortir de la marelle.
- Tout au long de ce parcours, le pied en contact avec le sol ne doit pas toucher aux lignes de la marelle et le joueur ne peut pas déposer son autre pied sur le sol.
- S'il réussit à parcourir la marelle sans erreur, le joueur peut désigner une case, avec un caillou, où il pourra se reposer en déposant ses deux pieds lors de ses prochains tours.
- S'il ne réussit pas, il n'a pas la possibilité de placer un caillou pour ce tour.
- Le joueur suivant parcourt la marelle sur un pied mais ne peut pas sauter dans la case identifiée par le caillou du premier joueur.
- Le deuxième joueur pourra, à son tour, désigner une case, avec son propre caillou, sur laquelle il pourra se reposer lors de ses prochains tours.
- Le troisième joueur fait la même chose, puis le premier joueur joue de nouveau et ainsi de suite.
- Le jeu se termine lorsque les joueurs n'ont plus la possibilité de placer un caillou ou de traverser la marelle.
- Nous suggérons de tracer des marelles supplémentaires lorsqu'il y a plus de trois joueurs pour éviter l'attente.

Variante

- Varier les types de déplacements (ex. : sauter à pieds joints, alterner les sauts à un pied et à pieds joints).



Ballons voyageurs

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

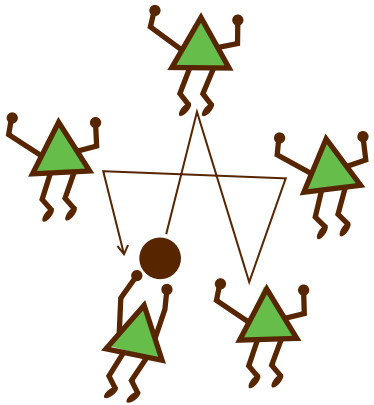
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

De trois à huit ballons

But du jeu

Les joueurs se lancent le ballon en intégrant le plus de ballons possible au jeu.

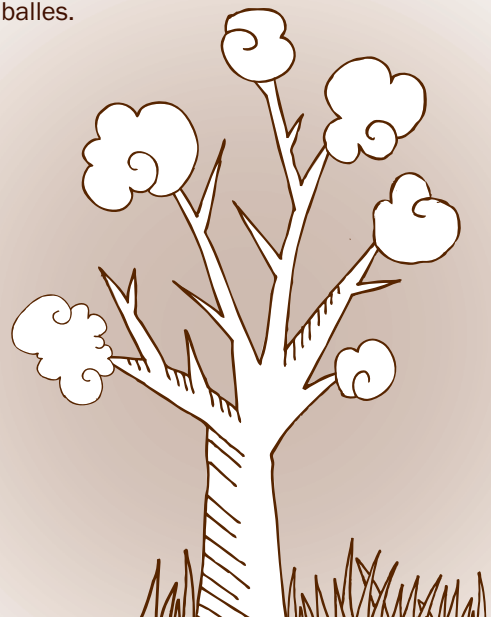


Déroulement du jeu

- Les joueurs forment un cercle en ayant au moins deux bras de distance entre chacun d'eux.
- Un premier joueur lance le ballon à un autre, qui le lance à son tour à un autre, et ainsi de suite, jusqu'à ce que tous les joueurs aient reçu le ballon une fois.
- Les joueurs doivent retenir de qui ils ont reçu le ballon et à qui ils l'ont lancé.
- Après un tour complet, le premier joueur lance de nouveau le ballon au même joueur que lors du tour précédent.
- Tous les joueurs continuent de lancer le ballon aux mêmes personnes, et le dernier joueur qui reçoit le ballon le lance au premier joueur qui l'a lancé.
- Après le deuxième tour, le premier joueur ajoute un ballon aux échanges.
- Si tout va bien, le premier joueur ajoute un troisième ballon et, à chaque tour, il en ajoute un, jusqu'à ce qu'il soit impossible d'en ajouter.

Variante

- Utiliser des balles.



Le boomerang

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

82

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

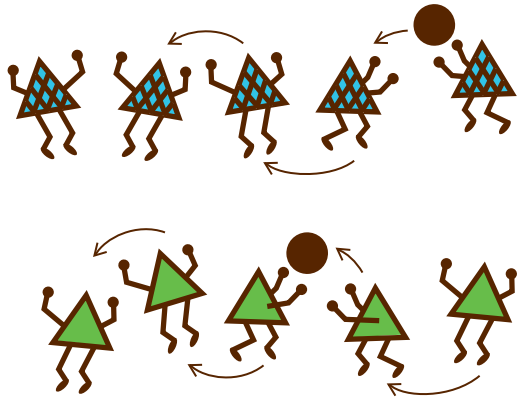
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon ou un ballon lourd par équipe

But du jeu

Chacun son tour, passer le ballon au suivant jusqu'à ce que tous les joueurs de l'équipe reprennent leur place initiale.



Déroulement du jeu

- Les équipes sont composées d'environ six joueurs, qui se placent l'un derrière l'autre.
- Le meneur de jeu remet un ballon au premier joueur de chaque équipe.
- Au signal, le premier joueur remet le ballon au second en le faisant passer par-dessus sa tête.
- Le deuxième joueur remet le ballon au troisième en le faisant passer entre ses jambes. Puis, le ballon continue d'être passé au joueur suivant en alternant les passes par-dessus et par-dessous.
- Quand le dernier joueur de la file reçoit le ballon, il doit courir se placer en tête de file et recommencer à passer le ballon.
- Lorsque le premier joueur est revenu à sa place initiale, toute l'équipe doit lever les bras pour indiquer qu'elle a terminé la course.
- La première équipe qui a terminé remporte la partie.

Variantes

* Passer une balle de neige au lieu d'un ballon.
- Utiliser plus de balles ou de ballons.
- Faire circuler différents objets de grandeurs, de formes et poids variés.
- Faire passer le ballon sur les côtés, en alternance.



Pousse-attrape

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

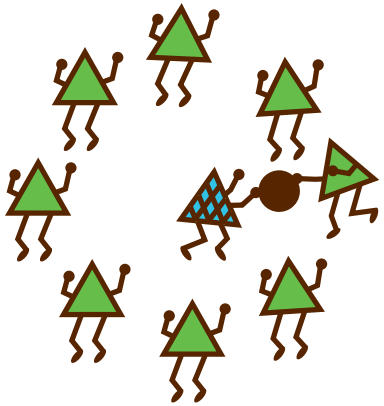
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Faire le contraire de ce que dit le meneur de jeu lorsqu'il nous lance le ballon.

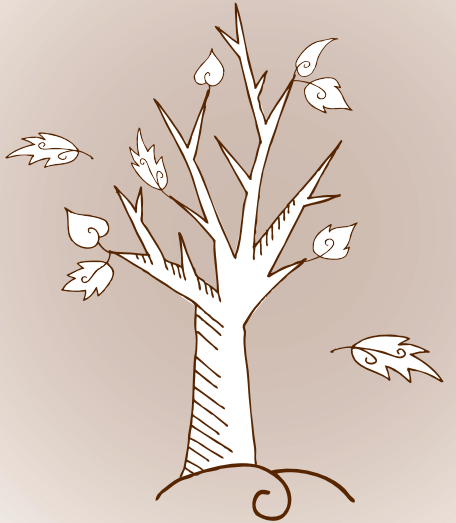


Déroulement du jeu

- Les joueurs forment un cercle.
- Le meneur de jeu est au centre du cercle et lance le ballon à différents joueurs en disant « Pousse » ou « Attrape ».
- Si le meneur de jeu dit « Pousse », il faut attraper le ballon. S'il dit « Attrape », il faut repousser le ballon vers le meneur de jeu sans l'attraper.
- Le joueur qui s'est trompé doit faire le tour du cercle en courant avant de pouvoir revenir au jeu.
- Après trois tours complets, le dernier joueur à ne pas s'être trompé devient le meneur de jeu.

Variantes

- Dire deux mots consécutifs et c'est le dernier mot qui compte (ex. : pousse-pousse, attrape-pousse).
- Désigner deux meneurs de jeu avec chacun un ballon au centre.



La mouche

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

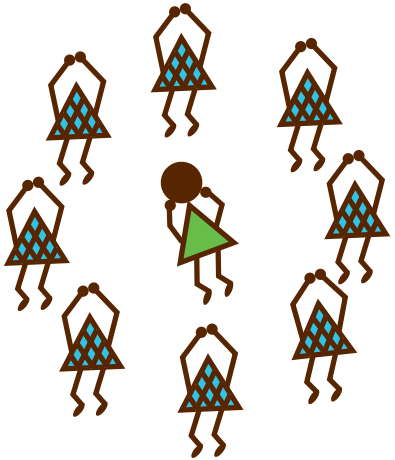
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Un ballon

But du jeu

Ne pas laisser sa mouche s'envoler en ouvrant les mains inutilement lorsque le meneur de jeu fait semblant de lancer le ballon.



Déroulement du jeu

- Les joueurs forment un cercle.
- Un joueur est désigné pour être meneur de jeu.
- Les joueurs ont les mains jointes comme s'ils retenaient une mouche entre leurs mains.
- Le meneur de jeu est au centre du cercle et lance le ballon à différents joueurs en faisant parfois semblant de lancer le ballon.
- Les joueurs doivent se délier les mains pour attraper le ballon à moins que le meneur de jeu ne fasse une feinte.
- Lors d'une feinte, le joueur ne doit pas ouvrir les mains, sans quoi il perdra sa mouche.
- Le joueur qui a perdu sa mouche doit faire le tour du cercle en courant avant de pouvoir jouer de nouveau.
- Après trois tours complets, le dernier joueur à ne pas avoir perdu sa mouche remplace le meneur de jeu.

Variante

- Désigner deux meneurs de jeu avec chacun un ballon au centre.



La minute

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

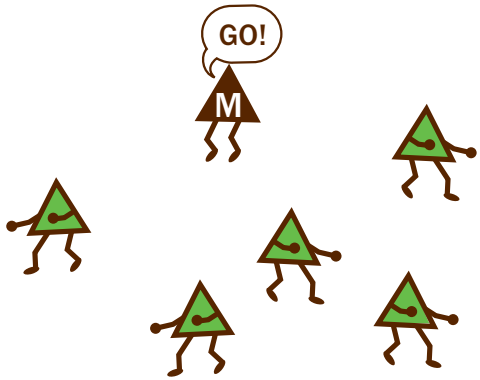
Petit groupe ❑ Grand groupe ☑

Matériel requis

Une montre

But du jeu

Estimer la durée d'une minute sans utiliser de montre ou d'horloge.



Déroulement du jeu

- Une aire de déplacement est définie.
- Un meneur de jeu est désigné.
- Les joueurs devront tenter de déterminer à quel moment ils auront bougé pendant une minute dans l'aire définie.
- Le meneur de jeu donne le signal de départ en ayant pris soin d'aviser les joueurs de ne pas regarder leur montre.
- Au signal du meneur de jeu, les participants se déplacent et bougent.
- Quand les participants ont l'impression qu'une minute s'est écoulée, ils lèvent un bras dans les airs et s'immobilisent.
- Le meneur de jeu vérifie sur sa montre le temps qui s'écoule et observe les participants pour déterminer le gagnant.
- Le gagnant est celui qui lève son bras au moment précis où une minute s'est écoulée.
- Le meneur de jeu doit attendre que tous les participants aient levé leur bras avant de nommer le vainqueur.
- Le gagnant remplace le meneur de jeu pour la partie suivante.

Variantes

- Le meneur de jeu indique le moment où il reste trente secondes pour donner un indice aux joueurs.
- Le meneur de jeu choisit un mouvement à faire ou une façon de se déplacer avant de commencer le jeu et en fait part aux joueurs (ex. : marcher en position accroupie, sauter sur un pied).



Dos à dos

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une longue corde à sauter (environ 4,20 m)

But du jeu

Réussir à exécuter deux par deux les consignes décrites dans la comptine.



Déroulement du jeu

- Deux personnes tournent une grande corde à sauter.
- Deux joueurs se placent dos à dos au centre de la corde.
- Puis, lorsque la corde se met à tourner, ils exécutent les mouvements de la comptine suivante tout en la récitant à haute voix :

  « Dos à dos, face à face,
  donnez-vous la main et
  changez de place. »

- Lorsqu'un joueur s'accroche dans la corde, il doit remplacer une personne qui tourne la corde et la comptine recommence.

Variante

- Lorsque les joueurs sont assez habiles, ils peuvent ajouter cette suite à la comptine :

  « Sur un pied, pieds croisés,
  donnez-vous la main
  et changez de place. »



Entrez, sortez

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un élastique (environ 3 m)

But du jeu

Accomplir la routine sans erreur, à tour de rôle.



Déroulement du jeu

- Deux joueurs, appelés les « piquets », se placent face à face à environ 1 m de distance. L'élastique est placé de façon qu'il s'appuie sur l'arrière de leurs chevilles en ayant les pieds placés vis-à-vis des épaules.
- Le joueur doit sauter par-dessus l'élastique en effectuant la routine au recto.
- Lorsqu'un joueur manque, il remplace un « piquet ».
- Lorsque tout le groupe a réalisé la routine, monter l'élastique à mi-mollet, puis à la hauteur des genoux pour augmenter le niveau de difficulté.

Variante

- Tourner d'un demi-tour sur place lors de chacun des sauts.



Mississippi

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

88

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

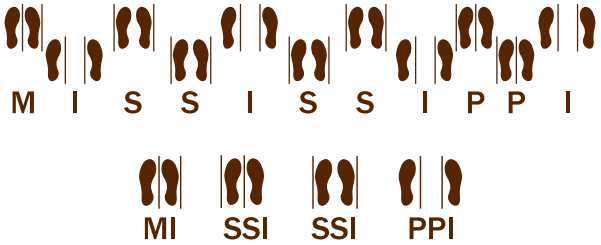
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un élastique (environ 3 m)

But du jeu

Réussir la séquence de sauts à l'élastique.



Déroulement du jeu

- Deux joueurs, appelés les « piquets », se placent face à face à environ 1 m de distance. L'élastique est placé de façon qu'il s'appuie sur l'arrière de leurs chevilles en ayant les pieds placés vis-à-vis des épaules.
- Les autres joueurs exécutent la routine telle qu'indiquée à tour de rôle en nommant les lettres une à une, puis le mot au complet.
- Voir au recto les positions de pieds associées à chacune des lettres du mot « MISSISSIPPI ». Le mot est d'abord épelé par le joueur en effectuant les mouvements correspondants aux lettres : M I S S I S S I P P I (voir au recto).
- Puis, le mot « MISSISSIPPI » est associé à des positions de pieds : MI SSI SSI PPI (voir au recto).
- Lorsqu'un joueur rate un coup, il remplace un « piquet ».
- Lorsque tout le groupe a réalisé la routine, monter l'élastique à mi-mollet, puis à la hauteur des genoux pour augmenter le niveau de difficulté.

Variante

- Tourner d'un demi-tour sur place lors de chacun des sauts.



Rebonds de ballon-poire

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

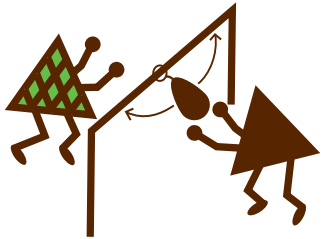
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon-poire

But du jeu

Frapper le ballon le plus fort possible pour qu'il fasse le plus de rebonds possible sur le poteau horizontal.



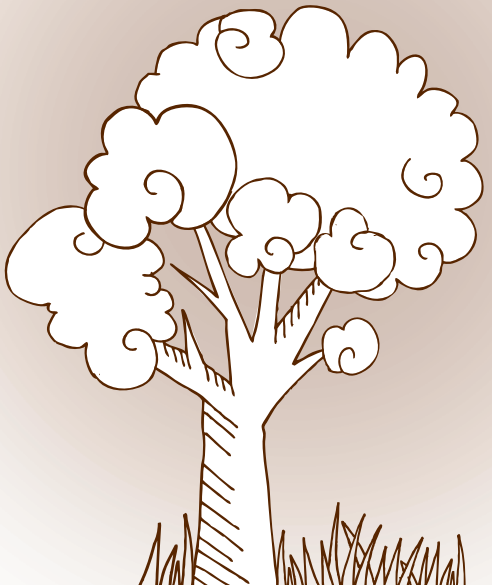
Déroulement du jeu

- Un ballon-poire est accroché à un poteau horizontal.
- Deux joueurs se placent de chaque côté du ballon.
- S'il y a plus de participants, ils devront faire la file et prendront la place du joueur qui a fait le moins de rebonds sur le poteau horizontal.
- Les joueurs frappent le ballon-poire, le plus fort possible, pour qu'il rebondisse de part et d'autre sur le poteau horizontal.
- Les joueurs frappent le ballon à tour de rôle.
- Compter le nombre de rebonds consécutifs sur le poteau horizontal et le joueur qui en a le moins cède sa place au suivant.
- Si les joueurs ont effectué le même nombre de rebonds, ils recommencent à jouer.

! Bien étirer les bras et maintenir son visage à distance pour éviter les coups de ballon-poire au visage.

Variante

- Trouver un mot ou une phrase qui contient le même nombre de syllabes que le nombre de rebonds réussis.



Météorites

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

90

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

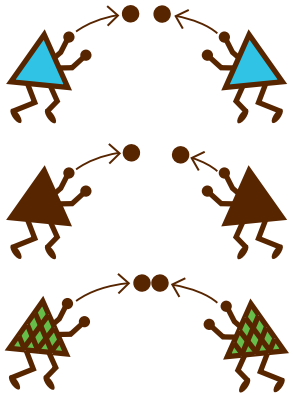
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une balle de tennis par participant

But du jeu

Deux joueurs face à face doivent simultanément lancer leurs balles de sorte qu'elles se touchent dans les airs pour obtenir un point.



Déroulement du jeu

- Deux lignes parallèles sont tracées au sol à environ 3 m de distance.
- Les joueurs se placent deux par deux, un en face de l'autre, sur les lignes.
- Chaque couple de joueurs représente une équipe.
- Au signal, les deux joueurs de chaque équipe doivent lancer leur balle simultanément pour qu'elles se touchent dans les airs.
- Chaque fois que les balles se touchent, l'équipe obtient un point.
- Les équipes tentent de récupérer leurs balles rapidement pour tenter de les lancer de nouveau.
- L'équipe qui a obtenu le plus de points remporte la partie.

Variantes

- Chaque fois que les balles se touchent, les joueurs de l'équipe reculent d'un pas.
- Les joueurs jouent par groupe de deux sans être en compétition avec les autres.



Le mur des 10 défis

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ☑ 3e ❑

Type de groupe

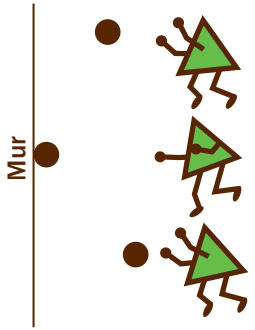
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une balle de tennis par participant

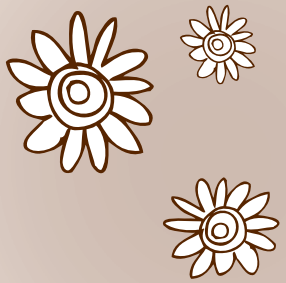
But du jeu

Chacun leur tour, les joueurs tentent de réussir à lancer et à attraper la balle selon dix défis différents.



Déroulement du jeu

- Les joueurs se placent un à côté de l'autre à au moins 2 m d'un mur.
- Ils doivent réaliser le premier défi et ceux qui réussissent pourront passer au défi suivant.
- Lorsque le défi n'est pas réussi, le joueur tentera de nouveau de le réussir avant de passer au suivant.
- En tout temps, la balle ne peut faire qu'un seul bond au sol entre le moment où elle touche le mur et le moment où elle est attrapée.



- Le gagnant est le premier à réussir les dix défis suivants :
  1. Lancer et attraper la balle
  2. Lancer et attraper sans se déplacer
  3. Lancer et attraper avec une seule main
  4. Lancer et attraper avec l'autre main
  5. Lancer avec une main et attraper avec l'autre main
  6. Refaire le défi nº 5 en inversant les mains
  7. Lancer et attraper en se tenant sur un pied
  8. Lancer et attraper en se tenant sur l'autre pied
  9. Lancer et faire un tour sur soi-même avant de rattraper la balle
  10. Lancer et faire un tour sur soi-même en tournant dans l'autre sens avant de rattraper la balle

Variantes

- Jouer à tour de rôle si l'espace est restreint.
- Écrire les règles du jeu sur un carton laminé pour aider les jeunes à apprendre les règles du jeu.

Nœud humain

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

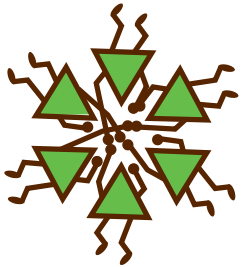
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Aucun

But du jeu

Défaire le nœud humain sans que les joueurs ne se lâchent les mains.



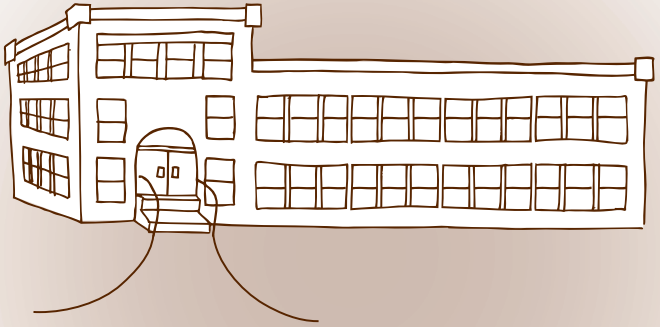
Déroulement du jeu

- Les joueurs se regroupent et tendent leurs mains vers le centre.
- Tous doivent tenir la main d'un autre joueur.
- Il faut ensuite tenter de se démêler sans se lâcher les mains.
- Une fois démêlés, un cercle ou deux cercles devraient être formés par les joueurs qui seront de face ou de dos au centre du cercle.

S'il y a plus de douze joueurs, former deux petits groupes.

Variante

- Former un cercle et se mêler par la suite alors qu'un autre joueur tentera de démêler le nœud en indiquant aux joueurs comment se déplacer.



La balle au mur

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

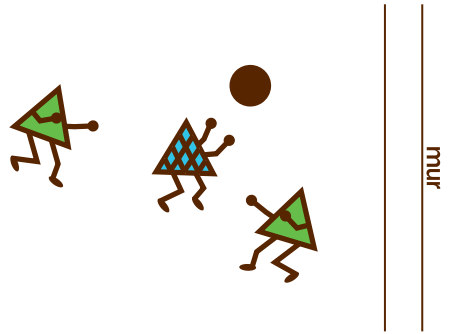
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une balle ou un ballon
Un mur

But du jeu

Lancer la balle au mur et l'attraper selon les règles du jeu.

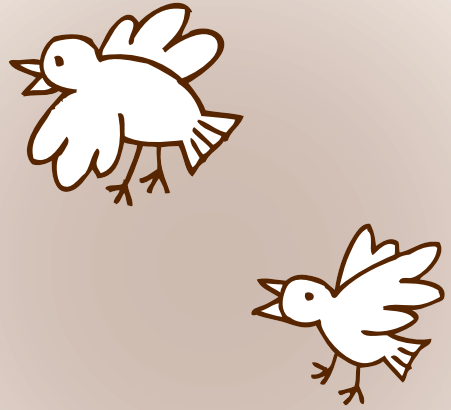


Déroulement du jeu

- Les joueurs lancent la balle au mur et l'attrapent en respectant les conditions suivantes :
  - La balle ne doit pas faire de bond avant de toucher le mur.
  - La balle doit être attrapée par un autre joueur que le lanceur.
  - La balle doit faire un bond au sol après avoir touché le mur et avant d'être attrapée.
  - Le joueur qui touche la balle sans l'attraper est retiré du jeu.
  - Une ligne de fond est tracée derrière la zone de jeu. Lorsque la balle franchit cette ligne sans être attrapée par un joueur, tous les joueurs, à l'exception du lanceur, doivent courir toucher au mur. Le dernier arrivé est retiré du jeu. Si le lanceur a touché le mur, c'est lui qui est alors retiré.
  - Le jeu peut se poursuivre jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un joueur, qui remportera la partie.

Variante

- Lorsqu'un joueur est retiré, il peut exécuter une épreuve physique qui lui permettra de réintégrer le jeu (ex. : cinq sauts sur place ou courir sur place en comptant jusqu'à 25).



Sac aki

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

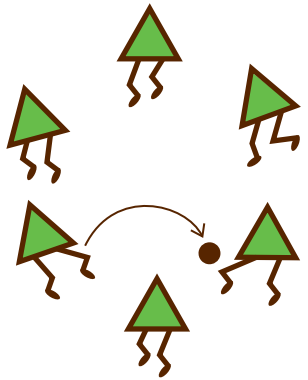
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un sac aki

But du jeu

Faire le plus d'échanges possible entre les joueurs.



Déroulement du jeu

- Le petit groupe forme un cercle en gardant une bonne distance entre les joueurs.
- Les joueurs doivent faire rebondir le sac aki en utilisant différentes parties de leur corps, à l'exception des membres supérieurs (les bras).
- Les joueurs tentent de faire le plus d'échanges entre eux en évitant que le sac aki ne touche le sol.

Variantes

- Se pratiquer individuellement avant de jouer en petit groupe.
- Utiliser un ballon de soccer.
- Proposer une routine prédéterminée (ex. : pied droit, pied gauche, genou, dessus des orteils).



Maître du cercle

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Une craie

But du jeu

Les deux joueurs, dos à dos, tentent de faire sortir leur adversaire du cercle.



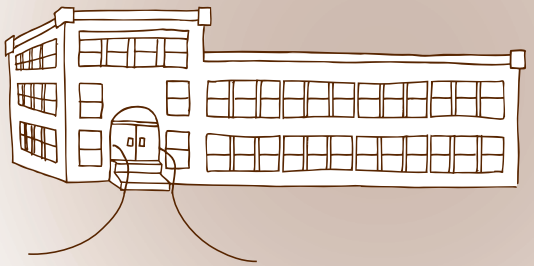
Déroulement du jeu

- Tracer un cercle au sol d'un diamètre d'environ 1,5 m pour chaque couple de participants.
- Les participants se placent dos à dos à l'intérieur du cercle.
- Au signal, sans s'aider de leur bras ni de leur mains et en restant dos à dos, ils doivent essayer de sortir l'adversaire du cercle.

❗ Les mouvements brusques et les coups sont interdits.

Variantes

* Tracer dans la neige deux lignes parallèles à environ 1,5 m de distance. Les joueurs se placent au centre et le premier joueur qui réussit à faire passer les deux pieds de l'autre joueur derrière la ligne l'emporte.
- Les joueurs se tiennent sur un seul pied.
- Les joueurs restent accroupis durant l'activité.
- Varier la dimension du cercle.



Basket-bouteille

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

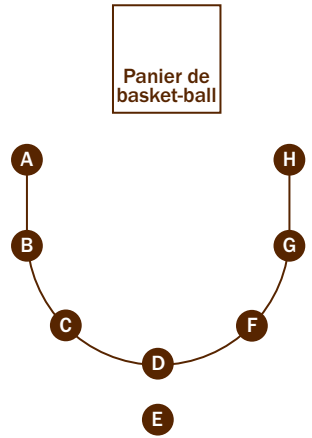
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon de basket-ball
Un panier de basket-ball
Une craie

But du jeu

Réussir des tirs au panier à partir de différents endroits sur le terrain.

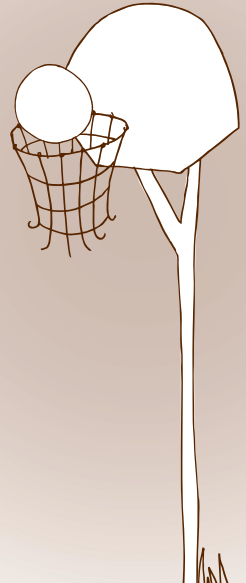


Déroulement du jeu

- Tracer un demi-cercle (bouteille) de 3 à 5 m devant le panier de basket-ball. La dimension de la bouteille peut varier selon l'habileté des joueurs.
- Deux ou trois joueurs rivalisent d'adresse en effectuant des tirs au panier à partir de différents endroits précis marqués au sol.
- Tour à tour, les joueurs tentent de réussir les paniers à partir du point A. Une fois le panier réussi, le tireur passe au point suivant selon l'ordre alphabétique, jusqu'à ce qu'il rate et que le joueur suivant tente sa chance.
- À partir des points A, B, G et H, le tireur a droit à une seule chance de tirer au panier.
- À partir des points C, D et F, le tireur a droit à deux essais.
- À partir du point E, le tireur a droit à trois chances.
- Le premier à réussir un tir à partir du point H gagne la partie.

Variante

- Utiliser une poubelle vide ou un bac au lieu d'utiliser un panier de basket-ball.



Le 21

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

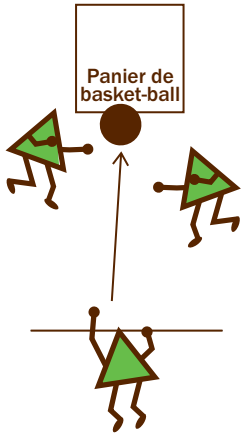
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon de basket-ball
Un panier de basket-ball
Une craie

But du jeu

Effectuer des tirs au panier qui permettront d'accumuler des points jusqu'à ce qu'un joueur obtienne exactement 21 points.



Déroulement du jeu

- Tracer une ligne à environ 2 m devant le panier.
- De deux à quatre joueurs se placent en file, l'un derrière l'autre, derrière la ligne. L'ordre des joueurs sera toujours le même durant la partie.
- Tour à tour, les joueurs tentent de briser la glace et réussir des tirs au panier qui leur permettront d'accumuler des points.
- Le premier joueur effectue un tir à partir de la ligne. S'il réussit, il a brisé la glace et mérite un point.
- Le joueur peut jouer de nouveau à partir de la ligne et mériter deux points pour chaque tir réussi jusqu'à ce qu'il manque le panier.
- Lorsqu'il manque le panier, c'est ensuite au deuxième joueur de tenter de briser la glace et d'accumuler des points par des lancers réussis.
- Une fois qu'un joueur a brisé la glace, il a la possibilité d'attraper le ballon du joueur qui le précède lorsque ce dernier ne réussit pas son tir au panier.
- Le joueur ayant brisé la glace et qui attrape le ballon du joueur précédent pourra alors effectuer un lancer à partir de l'endroit où il a attrapé le ballon.
- Si ce tir est réussi, il mérite un point. Que le tir soit réussi ou non, les tirs suivants sont faits à partir de la ligne.
- Chaque joueur est responsable de compter ses points.
- Le premier à atteindre exactement 21 points gagne la partie.
- Si un joueur dépasse 21 points, il recommence à compter à partir de zéro.

Variantes

- Si un joueur manque son tir et qu'il n'a pas touché au panier, le joueur suivant, s'il a préalablement brisé la glace, peut se placer où il veut pour faire son lancer et tenter de mériter un point.
- Utiliser une poubelle vide ou un bac au lieu d'utiliser un panier de basket-ball.

Popeye, Olive, Pluto

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

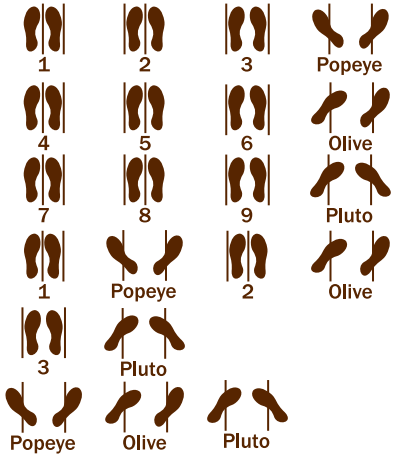
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un élastique (environ 3 m)

But du jeu

Accomplir la routine sans erreur à tour de rôle.



Déroulement du jeu

- Deux joueurs, appelés les « piquets », se placent face à face à environ 1 m de distance. L'élastique est placé de façon qu'il s'appuie sur l'arrière de leurs chevilles en ayant les pieds placés vis-à-vis des épaules.
- Le joueur doit sauter par-dessus l'élastique en effectuant la routine illustrée au recto.
- Lorsqu'un joueur manque, il remplace un « piquet ».
- Lorsque tout le groupe a réalisé la routine, monter l'élastique à mi-mollet, puis à la hauteur des genoux pour augmenter le niveau de difficulté.

Variante

- Tourner d'un demi-tour sur place lors de chacun des sauts.



Course de ballon-poire

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

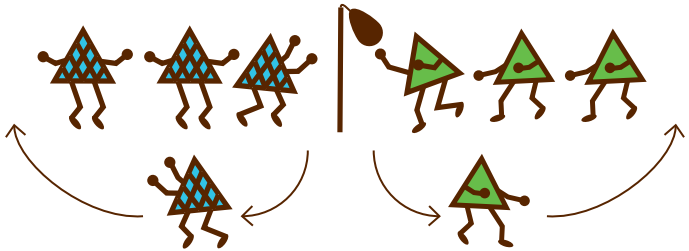
Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon-poire

But du jeu

Les participants frappent sur le dessus du ballon sans laisser passer de tour entre les coups. Les joueurs laissent leur place au joueur suivant après avoir joué en alternant d'une équipe à l'autre.



Déroulement du jeu

- Les joueurs sont divisés en deux équipes et sont placés l'un derrière l'autre de chaque côté du ballon-poire.
- Les participants frappent sur le dessus du ballon sans laisser passer de tour entre les coups.
- Un joueur débute en frappant sur le ballon-poire. Puis, il laisse sa place au joueur suivant et se dirige à la queue de la file.
- Le premier joueur de l'équipe adverse doit immédiatement frapper un coup sur le ballon-poire et se placer à la queue de la file.
- Les joueurs laissent ainsi leur place au joueur suivant après avoir joué en alternant d'une équipe à l'autre.
- Lorsqu'un joueur rate un coup ou laisse passer un tour, l'équipe adverse obtient un point.
- L'équipe qui obtient le plus de points remporte la partie.

! Maintenir son visage à une bonne distance du ballon et bien étirer les bras pour éviter les coups au visage.

Variante

- Frapper sur le ballon-poire en dessous.



Jeux de ballon-poire

BALLON
COURSE ET POURSUITE
HABILETÉ

Cycle

Maternelle ❑ 1er ❑ 2e ❑ 3e ☑

Type de groupe

Petit groupe ☑ Grand groupe ❑

Matériel requis

Un ballon-poire

But du jeu

Frapper le ballon en respectant la séquence prédéterminée et en évitant les erreurs.



Déroulement du jeu

- Deux joueurs exécutent une succession de coups prédéterminés à tour de rôle.
- Ils sont placés de chaque côté du ballon.
- S'il y a plus de participants, ils devront faire la file et prendront la place du joueur qui manque un coup.
- Les coups frappés sur le dessus du ballon sont indiqués par un H et les coups frappés en dessous du ballon sont indiqués par un B.

Maintenir son visage à une bonne distance du ballon et bien étirer les bras pour éviter les coups au visage.

Saute-crapaud :

1er joueur : H	2e joueur : H
1er joueur : H-B-H	2e joueur : H-B-H
1er joueur : H[1]-B[1]-H	2e joueur : H[1]-B[1]-H

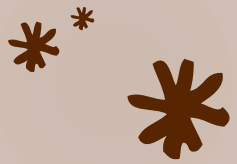
Reprendre du début et ainsi de suite.

Demi-pamplemousse :

Les joueurs doivent dire les syllabes indiquées en frappant le ballon.

1er joueur : « DEMI » H-B
2e joueur : « PAMPLE » B-H
1er joueur : « MOUSSE » H

Reprendre du début et ainsi de suite.



1. Le joueur laisse le ballon tourner au moins un tour complet avant de le frapper de nouveau.

Bibliographie

ALLARD, L. , H. FOURNIER, I. MARTINEAU, S. MANFREDI (2002).
Guide de jeux coopératifs pour parents et enfants,
Agence de santé et de services sociaux de Laval, 143 p.

ALLUÉ, J. (2000).
100 jeux pour l'hiver, Grund, Paris, 80 p.

BETTAZZI, M.-C. (2001).
Jeux de plein air, Grund, Paris, 125 p.

CÉGEP DE SAINT-LAURENT (1997).
Au Jeu ! Répertoires de jeux, dans le cadre du cours (391-148)
Jeux et interventions en loisirs, 349 p. (deuxième section, 128 p.)

DESSUREAULT, D. (2001).
Répertoire des jeux actifs pour la cour d'école, Direction de la santé publique, Régie régionale de la santé et des services sociaux de Lanaudière, 33 p.

DOYLE, P. (2005).
Active Playgrounds Jeux pour la cour de récréation, ACLI Ontario, 51 p.

DU MULLENHEIM, S. (2005).
100 % jeux pour la récré, Champigny-sur-Marne, 95 p.

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SANTÉ CANADA (2000).
Snow fun! Favourite Canadian Winter Activities, 81 p.

FOURNIER, J., F. GODIN.
L'enfant et les activités psychomotrices, dans le cadre du cours (322-187), Département des techniques d'éducation en services de garde, 104 p.

FRATTINI, S. (2001).
Jeux de plein air, Milan, Toulouse, 31 p.

GENDRON, J.-F. (1999).
200 jeux pour camps d'été, Éditions hémisphères, Laval, 194 p.

JOHNSON, A. K. (1998).
Jeu de l'élastique, Nathan, Paris, 47 p.

KINO-QUÉBEC.
Idées de jeux pour la cour d'école (recueil d'idées traduit et adapté du document Awesome Asphalt Activities, produit par l'Association canadienne des loisirs intramuros de l'Ontario).

LABERGE, B., D. BOUDREAULT, É. DUMONT et AUTRES (1999).
Mieux vivre ensemble dans la cour d'école - Enseignement primaire - Guide d'animation et d'aménagement, Montmagny, Kino-Québec et la Direction de la santé publique, de la planification et de l'évaluation de la Régie régionale de la santé et des services sociaux de la Chaudière-Appalaches, 60 p.

LAROQUE, D. (automne 1997).
Banque de jeux, dans le cadre du cours jeu et activité physique (KIN 5570), groupe 20, UQAM.

LAVOIE, C. (1987).
Jeux, Ville de Montréal, 73 p.

MAC GREGOR, C. (2000).
365 activités à faire après l'école, Les Éditions de l'Homme, Montréal, 390 p.

MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION (1981).
Programme d'études : primaire : éducation physique, 92 p.

PORTMANN, M., F. HUOT, D. POULET (1997).
100 jeux de plein air, Association des scouts du Canada, Les Éditions de l'Homme, 237 p.

SÉLECTION DU READER'S DIGEST (1999).
1000 jeux pour vos enfants, Paris, 352 p.

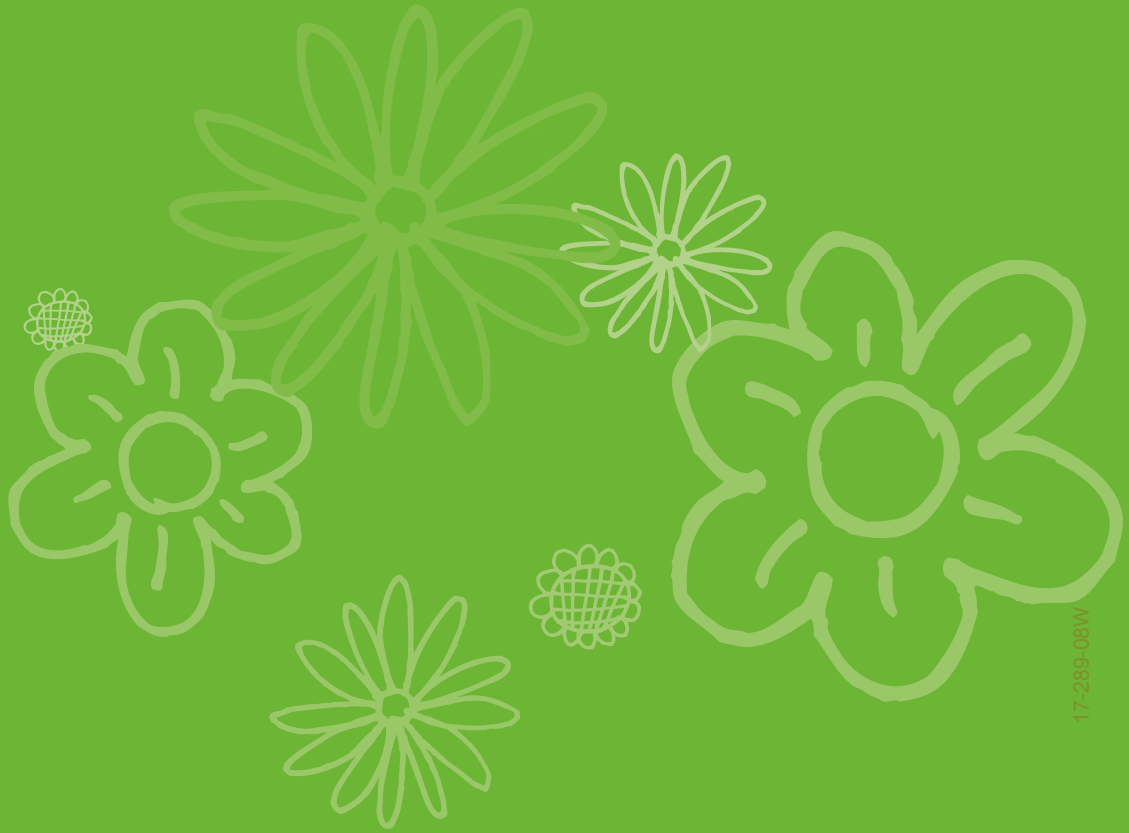
VINELLA, B. (2003).
Les jeux en plein air : au parc, au jardin, à la récréation, Paris, 95 p.

AUTRES SOURCES

Banques de jeux et fiches d'activités faites par le personnel des écoles Saint-Arsène, Notre-Dame-des-Neiges et Saint-Marc de la Commission scolaire de Montréal.

Cahiers d'activités faits par le personnel des camps de jour de l'arrondissement LaSalle, à Montréal, de 1996 à 2001.

Recueil de fiches d'activités réalisé par le personnel de l'école Notre-Dame-des-Neiges (et des Petits Chanteurs du Mont-Royal) à la Commission scolaire de Montréal, *Répertoire des jeux sur la cour,* 29 p.



Santé
et Services sociaux
Québec

17-289-08W