

ACTIVITÉS MOTRICES
DE DÉCOUVERTE



Jeux de plein air : l'horloge, les 3 tapes



SPORT

Auteurs

La Ligue de l'enseignement, fédération du Val-de-Marne USEP, comité départemental du Val-de-Marne

Public

De 3 à 6 ans

Nombre de participants

Entre 6 et 8 enfants par animateur

Nombre de séances

4

Durée

Moyenne de 1 h 20 par séance

Temps de préparation

☺☺

Présentation générale

Ce cycle d'activités encourage les enfants à jouer en plein air avec leurs camarades. Ces jeux présentent de nombreuses qualités pédagogiques telles que le développement de la motricité, de la concentration et de la sociabilité des enfants. Ils favorisent également la mixité et la cohésion du groupe.

Idées de sorties en rapport avec le cycle

Participation aux activités proposées par l'Union sportive de l'enseignement du premier degré (USEP), qui est la Fédération de sport scolaire de l'école primaire française.

Programme des séances

Séance unique : L'horloge, Les 3 tapes

Prolongements / approfondissements

De nombreuses ressources pédagogiques complémentaires sont disponibles sur le [site de l'USEP](http://site.de.l'USEP).

SÉANCE UNIQUE

L'horloge, Les 3 tapes

👤 1 à 3 animateurs niveau BAFA, suivant le nombre d'enfants | ⌚ 1 h 20



MATÉRIEL NÉCESSAIRE

3 jeux de foulards ou chasubles, 3 ballons, un chronomètre, de la craie, 40 plots assiettes, 3 petites ardoises et 3 feutres pour ardoise.



AMÉNAGEMENT DE L'ESPACE

Parcours d'activités qui nécessite de l'espace pour courir, se déplacer.
Espace extérieur : sous-bois, parc...
Espace intérieur : gymnase, préau d'école...

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Passer, attraper un ballon.
- Courir pour fuir, esquiver, poursuivre, réagir à un signal.

PRINCIPE ET DÉROULEMENT

PRÉSENTATION DE LA SÉANCE

⌚ 10 min

Rappeler les règles de vie collective et de sécurité générale.
Présenter le contenu de la séance.

ENTRÉE DANS L'ACTIVITÉ

⌚ 10 min

Donner les règles de sécurité spécifiques à la séance (annexe 1) et les lire ensemble (5 min).
Pour les plus petits, se contenter de leur présenter les consignes.
S'assurer par des questions que tout le monde les a bien comprises.

L'HORLOGE

⌚ 30 min

Lire aux enfants une petite histoire parlant du temps ou d'une horloge (10 min).
Proposer le jeu « L'horloge » (annexe 2).
L'animateur explique les règles du jeu.
Il constitue 3 équipes de 5 joueurs.
Il s'assure du respect des règles du jeu.
Il propose aux enfants plusieurs parties, avec des temps de pause entre chaque partie.
Penser à faire boire les enfants.

LES 3 TAPES

⌚ 20 min

Proposer le jeu « Les 3 tapes » (annexe 3).
L'animateur aménage un terrain : 2 lignes droites parallèles tracées à 10, 20 ou 30 m l'une de l'autre.
Il veille au respect des consignes.
Il peut désigner des enfants pour vérifier le respect des consignes (officiels).

FIN DE LA SÉANCE

🕒 10 min

Faire le bilan de la séance avec les enfants : « Qu'avons-nous fait et retenu aujourd'hui ? »

Laisser les enfants exprimer leurs ressentis.

Ranger le matériel avec les enfants.

CONSEILS

- Matérialiser le terrain de jeu avant l'arrivée des enfants.
- Préparer le dispositif avec les enfants.

Annexes

ANNEXE 1

Les règles de sécurité et de fairplay

SÉCURITÉ

- Être attentif aux autres pour éviter les collisions dans le jeu.
- Ne pas pousser ni bousculer.
- Ne pas agripper les adversaires par les vêtements ou accessoires.
- Ne pas lancer d'objets ou de balle brutalement.

FAIRPLAY

- On accepte de remplir chacun son tour plusieurs rôles.
- On accepte la défaite.

ANNEXE 2

L'horloge

OBJECTIF

Passer, attraper un ballon.

BUT DU JEU

Faire tourner le ballon le plus vite possible (un tour = 1 heure).

ORGANISATION MATÉRIELLE

L'animateur divise le groupe en 3 équipes de 5 joueurs.

Chaque équipe forme une horloge (une ronde).

Temps limité : 1 à 2 min par partie.

Terrain non limité mais horloge fixe.

DÉROULEMENT

Le ballon est l'aiguille de l'horloge.

Au signal de l'animateur, les enfants se passent le ballon et le font tourner.

À chaque tour de l'aiguille (du ballon), on compte une heure.

Pour aider au comptage des points, on pose une ardoise au pied du premier joueur qui trace ainsi un trait à chaque fois que le ballon lui revient dans les mains.

L'équipe qui a comptabilisé le plus d'heures est déclarée gagnante.

L'animateur propose plusieurs parties, avec une pause entre chaque partie.

CONSIGNES

Au signal de l'animateur, faites-vous des passes pour faire tourner le ballon autour de l'horloge. Il faut faire le plus de tours possible.

VARIANTES

- Jouer sur l'écartement des joueurs pour modifier le type de passes (rebonds...).
- Introduire un « enquiquineur » pris dans une autre équipe. Son rôle : faire perdre du temps à l'équipe adverse en interceptant le ballon et en l'envoyant le plus loin possible.
- Jouer sur la taille des ballons (du plus gros vers le plus petit).

ANNEXE 3

Les 3 tapes**OBJECTIF**

Courir pour fuir, esquiver, poursuivre, réagir à un signal.

BUT DU JEU

Taper trois fois dans la main d'un adversaire et revenir dans son camp sans se faire attraper.

ORGANISATION MATÉRIELLE

Le groupe entier est divisé en 2 équipes égales, dans la cour, le stade, le gymnase.

Deux lignes droites parallèles tracées à 10, 20 ou 30 mètres l'une de l'autre figurent les camps des joueurs.

L'espace entre les lignes est le domaine de jeu.

Au début du jeu, chaque équipe est derrière la ligne de son camp.

DÉROULEMENT

On tire au sort l'équipe qui commence.

L'animateur appelle un enfant.

L'enfant appelé va taper trois fois dans la main d'un adversaire de son choix.

À la troisième tape, son adversaire a le droit de franchir la ligne et de le poursuivre.

S'il le touche avant qu'il ait pu rejoindre son camp, il fait gagner 1 point à son équipe.

S'il n'y parvient pas, c'est celui qui fuyait qui fait gagner 1 point à son équipe.

Quand tous les joueurs d'une équipe ont donné les 3 tapes, on inverse.

L'adversaire ne peut retirer sa main pendant les tapes.

L'adversaire qui franchit sa ligne avant la troisième tape perd le point.

L'équipe qui gagne est celle qui a le plus de points à la fin de la partie.

CONSIGNES

Il faut taper trois fois dans la main d'un adversaire de votre choix. À la troisième tape, rejoignez vite votre camp sans vous faire toucher par votre adversaire.

ANNEXE 4

Chat perché

OBJECTIF

Courir pour fuir, courir vers, esquiver, poursuivre.

BUT DU JEU

Se percher avant d'être touché par le chat.

ORGANISATION MATÉRIELLE

Se pratique dans un environnement avec obstacles, sur lesquels les enfants peuvent se percher (bancs, etc.), et assez étendu pour permettre la fuite (cour de récréation, gymnase...).

DÉROULEMENT

L'animateur joue le rôle du chat, les enfants celui des souris.

Le chat peut toucher toutes les souris.

Quand une souris est perchée, le chat ne peut pas la toucher.

Pour commencer la partie, l'animateur regroupe les enfants autour de lui et annonce : « Chat perché ! »

Les souris doivent être attentives en permanence, décider rapidement du « perchoir » et s'adapter en fonction de la position du chat et des autres souris.

Une partie dure 5 minutes.

L'animateur propose plusieurs parties, avec une pause entre chaque.

CONSIGNES

Courez et perchez-vous pour que le chat ne puisse pas vous toucher.

La souris qui gagnera sera celle qui aura été le moins de fois touchée.

ANNEXE 5

Les déménageurs [2]

OBJECTIFS

- Transporter un objet vers sa cible.
- Reconnaître son camp.
- S'engager dans un but à plusieurs.

BUT DU JEU

Remplir sa caisse le plus rapidement possible.

ORGANISATION MATÉRIELLE

Un grand terrain (préau, cour, gymnase) avec une zone centrale matérialisée par l'animateur (plots assiettes ou craie) remplie de petits objets ; 2 caisses placées à l'opposé l'une de l'autre, à 8 mètres de la zone centrale.

L'animateur divise le groupe en 2 équipes (2 jeux de chasubles de couleurs différentes).

DÉROULEMENT

Au signal, les enfants vont un par un chercher un objet dans la zone centrale pour le déposer dans la caisse de leur équipe.

Ne prendre qu'un seul objet à la fois.

Les enfants doivent reconnaître la cible de leur équipe, courir avec un objet dans les mains, comprendre et respecter les règles : un seul objet à la fois et signaux de début et fin de jeu.

L'équipe qui a transporté le plus grand nombre d'objets au bout de 5 minutes a gagné.

L'animateur propose 3 parties, avec un temps de repos entre chaque partie.

Il introduit les variantes suivantes :

- constituer 3 équipes (rajouter une caisse),
- mettre des objets de couleurs ou de formes différentes (autant pour chaque équipe). Chacun prend la couleur ou la forme de son équipe, l'équipe gagnante est celle qui a terminé la première (cela permet de mesurer les progrès).

CONSIGNES

Allez chercher un objet dans la réserve (zone centrale) pour le poser le plus vite possible dans la caisse de votre équipe, puis recommencez jusqu'au dernier objet.

On ne peut prendre qu'un seul objet à la fois.

ANNEXE 6

Chat perché [2]**OBJECTIF**

Courir pour fuir, courir vers, esquiver, poursuivre.

BUT DU JEU

Se percher avant d'être touché par le chat.

ORGANISATION MATÉRIELLE

Se pratique dans un environnement avec obstacles, sur lesquels les enfants peuvent se percher (bancs, etc.), et assez étendu pour permettre la fuite (cour de récréation, gymnase...).

DÉROULEMENT

L'animateur joue le rôle du chat, les enfants celui des souris.

Le chat peut toucher toutes les souris.

Quand une souris est perchée, le chat ne peut pas la toucher.

Pour commencer la partie, l'animateur regroupe les enfants autour de lui et annonce : « Chat perché ! »

Les souris doivent être attentives en permanence, décider rapidement du « perchoir » et s'adapter en fonction de la position du chat et des autres souris.

Une partie dure 5 minutes.

L'animateur propose plusieurs parties, avec une pause entre chaque.

Il introduit la variante suivante : il désigne un enfant comme chat, fait faire une ronde avec tous les joueurs et met le chat au milieu.

La ronde compte jusqu'à 3 pour faire commencer le jeu.

Reprendre ce mode de départ chaque fois que le chat ne parvient pas à toucher une souris.

CONSIGNES

À la fin de la ronde, courez et perchez-vous pour que le chat ne puisse pas vous toucher.

La souris qui gagnera sera celle qui aura été le moins de fois touchée.

ANNEXE 7

Les éperviers déménageurs**OBJECTIFS**

Transporter, esquiver, reconnaître son camp.

BUT DU JEU

Transporter des objets sans se faire toucher.

ORGANISATION MATÉRIELLE

Un grand terrain (préau, cour, gymnase) avec une caisse (réserve) remplie de petits objets et 2 caisses placées à l'opposé l'une de l'autre, à 8 mètres de la première caisse.

L'animateur divise le groupe en 2 équipes (2 jeux de chasubles de couleurs différentes).

Il joue le rôle de l'épervier.

DÉROULEMENT

Chaque équipe dispose d'une caisse.

Au signal, les joueurs doivent transporter un objet à la fois de la caisse réserve jusqu'à la caisse de leur équipe sans se faire toucher par l'épervier.

L'animateur-épervier ne peut toucher qu'un porteur d'objet et confisque l'objet qu'il place ensuite dans sa caisse réserve. L'enfant touché continue à jouer.

L'enfant doit repérer les zones libres et les limites du terrain, esquiver l'épervier, accepter de se débarrasser de l'objet.

CONSIGNES

Allez chercher un objet dans la caisse réserve pour le poser aussi vite que possible dans la caisse de votre équipe, et recommencez jusqu'au dernier objet, sans vous faire toucher par l'épervier.

On ne peut prendre qu'un seul objet à la fois.

ANNEXE 8

Les balles brûlantes**OBJECTIF**

Lancer vers, reconnaître son camp.

BUT DU JEU

Lancer le plus rapidement possible les ballons dans le camp adverse.

ORGANISATION MATÉRIELLE

Sur une surface équivalente à un demi-terrain de hand (si possible en salle), séparée en 2 camps (avec des bancs ou des plots assiettes).

L'animateur divise le groupe en 2 équipes.

DÉROULEMENT

Les enfants doivent lancer tous les ballons qui sont dans leur camp dans le camp adverse pour s'en débarrasser.

Le jeu dure 3 minutes.

Les enfants doivent adapter leur lancer au ballon proposé (plusieurs tailles de ballon).

Au signal de fin de jeu (sifflet) par l'animateur, l'équipe qui a le moins de ballons dans son camp a gagné.

L'animateur propose plusieurs parties avec une pause entre les parties.

CONSIGNE

Vous devez lancer le plus vite possible tous les ballons qui sont dans votre camp dans le camp d'en face.

ANNEXE 9

Les éperviers déménageurs [2]**OBJECTIFS**

Transporter, esquiver, reconnaître son camp.

BUT DU JEU

Transporter des objets sans se faire toucher.

ORGANISATION MATÉRIELLE

Un grand terrain (préau, cour, gymnase) avec une caisse (réserve) remplie de petits objets et 2 caisses placées à l'opposé l'une de l'autre, à 8 mètres de la première caisse.

L'animateur divise le groupe en 2 équipes (2 jeux de chasubles de couleurs différentes).

Il joue le rôle de l'épervier.

DÉROULEMENT

Chaque équipe dispose d'une caisse.

Au signal, les joueurs doivent transporter un objet à la fois de la caisse réserve jusqu'à la caisse de leur équipe sans se faire toucher par l'épervier.

L'animateur-épervier ne peut toucher qu'un porteur d'objet et confisque l'objet qu'il place ensuite dans sa caisse réserve.

L'animateur introduit la variante : le joueur touché devient lui aussi un épervier.

L'enfant doit repérer les zones libres et les limites du terrain, esquiver l'épervier, accepter de se débarasser de l'objet.

CONSIGNES

Allez chercher un objet dans la caisse réserve pour le poser aussi vite que possible dans la caisse de votre équipe, et recommencez jusqu'au dernier objet, sans vous faire toucher par l'épervier.

Si vous vous faites toucher par l'épervier, vous devenez un épervier à votre tour.

On ne peut prendre qu'un seul objet à la fois.