

Activités physiques et confinement.

Conseillers pédagogiques Eps du 62

NATHALIESTATNIK 24 MARS 2020 17H03

Cycle 2++

Jeux de course

Un circuit, courir pendant au départ 3' puis augmenter chaque tour. Je cours, je lance un ballon sur un plot ou un objet faisant office de cible puis je repars faire mon tour1 point à chaque fois quand je touche ma cible...c'est un défi que l'on peut proposer à ses adversaires.

3/ Le jeu des portes :

2 équipes ou 2 adversaires , un circuit, chaque équipe ou chaque joueur se trouve dans sa porte qui se trouve sur le circuit. Une course de 6'. A chaque passage dans sa porte et uniquement dans sa porte on comptabilise un point ; attention si on passe par hasard dans la porte de l'adversaire, on donne un point à l'équipe ou le joueur adverse.

4/ La course à obstacles :

Un circuit avec des obstacles, une réserve d'objets pour chaque joueur. Je pars d'un point de départ, je franchis les obstacles de mon parcours et dois ramener un objet à la fois dans une réserve au départ vide. Je prends le temps à l'arrivée ; le but du jeu étant de faire mieux à chaque défi.

5/ La course aux trésors :

Je vais poser un objet dans la maison ou dans le jardin. Je dois dire (en utilisant que des mots, pas de geste) à mon partenaire où se situe l'objet qui mémorise les informations et part ramener l'objet en réalisant le moins de temps possible...le faire plusieurs fois.

6/ L'araignée vénéneuse :

Une araignée qui au signal dans un espace délimité tente de toucher les joueurs qui touchés restent immobiles. Durée du jeu 30" ; à la fin de la manche, on comptabilise le nombre de joueur touché ; 1 point par joueur touché ; ce jeu se joue en 3 manches. Après chaque manche tout le monde rejoue. Après les 3 manches, on change d'araignée.

7/ Les lapins dans la clairière :

Un cercle, des lapins qui se trouvent tout autour du cercle placés derrière une chaise (l'arbre de la clairière), des carottes symbolisées par des torchons au milieu du cercle (dans le jardin). Au signal, on fait le tour du cercle (la clairière), sens donné par le meneur, le lapin après avoir fait un tour complet passe sous sa chaise (son arbre) et va chercher un torchon (une carotte) : on enlève une

jeux de course

Document ODT

PADLET DRIVE

Multi cycle

1/ Pigeon vole :

Les enfants sont debout en cercle. Le meneur de jeu est au centre, il simule les mouvements d'un oiseau qui vole en indiquant le nom d'un animal quelconque, les joueurs du cercle ne l'imitent que lorsqu'il s'agit d'un oiseau .

2/ Vous vous envollez les....

X X X X...

C'est une variante de pigeon-vole. Les enfants sont rassemblés derrière une ligne. Le meneur de jeu dit : « vous vous envollez les.... ». Les joueurs ne doivent aller en courant sur la ligne d'en face ue lorsqu'il s'agit d'un nom d'oiseau...on peut proposer 1 point pour le premier...

3/ Les petits mousques ou les petits canards ou dans la mare, sur la rive.

Les enfants forment un cercle. Le meneur de jeu donne rapidement des ordres :

- dans la mer (ou la mare) : on saute pieds joints en avant
- en bateau : on reste sur place
- sur la terre : on saute pieds joints en arrière

4/ Assis-Debout

Les joueurs sont debout en demi-cercle face au meneur de jeu ; celui-ci doit être visible de tous. Quand le meneur commande « assis », il faut fléchir les genoux, comme pour s'accroupir, et se relever aussitôt.

Au commandement « debout », il ne faut pas bouger. On ne doit pas cesser de regarder le meneur de jeu qui, lui, fléchit ou non les genoux, sans rapport avec les ordres qu'il donne.

Sont éliminés :

- tous ceux qui bougent au commandement « debout » (le moindre geste compte, une tolérance pour les petits).

petits jeux de réflexe

Document ODT

PADLET DRIVE

Cycle 1: Eveil corporel +

EPS : RÉVEIL
MUSCULAIRE

Respiration

FICHE1



En inspirant par le nez, sentir son ventre se gonfler avec les mains

E. L...

EPS_re_veil_musculaire_fiche_1.pdf

Document PDF

PADLET DRIVE

Cycle 2+

26 JANVIER 2017 / CONSEILS

PORTRAIT



idées d'aménagement :



exercice_EPS_a_la_maison.odt

Document ODT

PADLET DRIVE

Multi cycle +

