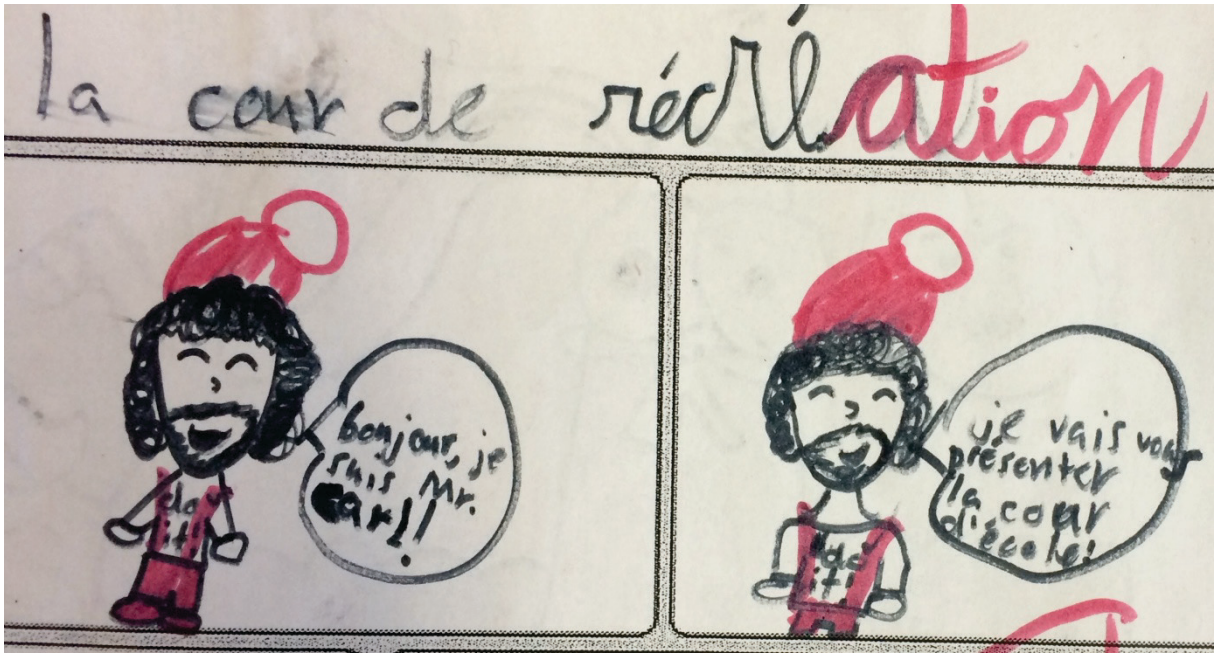
Attachez vos espadrilles, la cour décolle !

La cour d'école réinventée
Plaisante et sécuritaire !



<u>Propositions et conseils pratiques qui aideront les jeunes et les adultes à vivre ensemble dans la cour de récréation.</u>
<u>La joie et le plaisir seront au rendez-vous !</u>

Carl Provost
Éducateur Physique et à la santé.

Comment rendre les moments libres des enfants dans la cour de récréation plus attrayants et agréables ?

Ce guide y répond en vous décrivant de nouvelles activités coopératives à vivre sur la cour de l'école. Il s'inscrit dans le cadre du renouveau pédagogique préconisé par la réforme scolaire.

Le guide vous permettra de revoir l'environnement de la cour de récréation, il en fait un milieu de vie sain et actif, stimulant et sécuritaire. Les jeux coopératifs qui y sont présentés se veulent le prolongement du cour d'éducation physique et à la santé et ils répondent aux besoins et aux intérêts des jeunes et moins jeunes. Ils peuvent aussi agrémenter les loisirs des membres de la communauté (jeunes, parents, grands-parents) lors des jours de congé et des vacances ! L'important, c'est de s'amuser et ce, en toute sécurité !

Il me fait plaisir de vous souhaiter la bienvenue dans ma nouvelle cour de récréation !

« La cour d'école est un lieu où l'enfant apprend à jouer pour mieux vivre en société. »

Carl Provost
Éducateur physique et à la santé.

Table des matières des jeux

Activités d'échauffements	page 4
Les Seigneurs des anneaux	Page 5
Roche papier ciseaux	Page 7
Ballon chasseur	Page 9
Twister	Page 10
Récupère ta balle	Page 12
La bouteille	Page 14
Médaille d'or	Page 15
Puissance 4	Page 16
RPC à la face cachée	Page 17
M.C.N.D.F	Page 18
Hiver	Page 19
Conclusion	Page 24

ACTIVITÉS D'ÉCHAUFFEMENTS

SCOOBY DOO ET SES FOULARDS

Dans un carré de jeu, distribuer un foulard pour chaque joueur.
L'enfant installe son foulard dans sa poche avant de son manteau ou bien dans sa poche arrière de son jeans.
Au départ, Scooby-doo (L'ANIMATEUR) essaie d'enlever un foulard (queue de chien) à un joueur parce qu'il n'en a pas.
Après en avoir récupérer un, il prendra le temps de l'installer(le foulard) si possible à l'extérieur du carré de jeu.
L'enfant qui s'est fait enlever son foulard par l'animateur poursuivra un autre enfant pour lui voler sa queue!!!

Défi « Aigle de St-Marcel »

Au départ, tous les joueurs se retrouvent au centre du rectangle de jeu « du ballon-chasseur ». En possession d'un ballon, 2 élèves lancent à partir d'une des 2 bases pour éliminer les autres joueurs du jeu.
Un joueur est éliminé s'il quitte le rectangle du jeu ou bien s'il échappe un ballon lancé directement sur lui.

Un joueur éliminé pourra revenir au jeu s'il touche le premier le ballon à l'extérieur du rectangle et s'il élimine un joueur en lançant à partir d'une des 2 bases de jeu.
Tu gagnes la partie si tu es le dernier vivant à l'intérieur du rectangle de jeu.

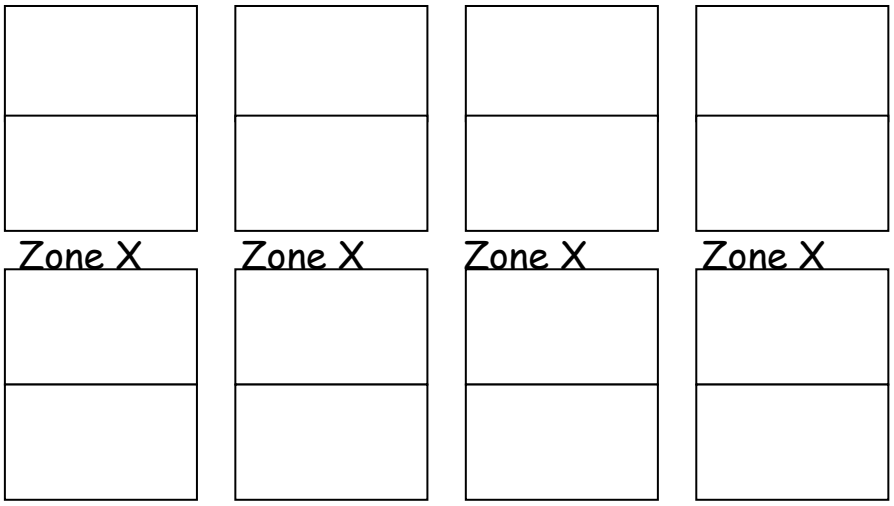
Les Seigneurs des anneaux

Matériel : 3 ballons P.G
2 anneaux
1 caisse de lait (ou tout autre récipient)

Description du jeu :

- Séparer le groupe en deux équipes
- Nommer un Seigneur dans chacune des équipes

Pour débuter la partie, le Seigneur de chacune des équipes doit abaisser son anneau. Il est important pour les chevaliers de lancer les ballons dans la zone X avant d'atteindre un joueur dans l'autre équipe.



- Si tu attrapes le ballon : Félicitations ! Tu n'es pas éliminé !

- Si le ballon fait un bond dans la zone X et vient te toucher, mais que tu ne peux pas l'attraper, malheureusement pour toi, tu es blessé. Tu dois alors faire un « saut M.C » (sauter à pieds joints tout en levant la main) pour te faire délivrer. Le Seigneur de ton équipe te remettra l'anneau. Du coup, tu deviendras le Seigneur de ton équipe et tu retrouveras la forme.

L'objectif du jeu est de toucher le Seigneur de l'autre équipe avec le ballon. Tout Seigneur qui touche au ballon élimine son équipe entière.

N.B : Si un ballon demeure dans la zone X du jeu, il pourra être récupéré par un Seigneur qui se servira de son anneau pour l'envoyer dans son château. Il est le seul ayant le pouvoir de marcher dans cette zone. ** Attention, lors d'un échange, si l'anneau est échappée, l'autre équipe gagne ! ☹

À la fin de la récréation, si tu es en possession d'un ballon ou d'un anneau, s.v.p., le remettre à l'animateur du jeu !

Suggestions :

- Faire des photocopies du jeu pour chaque élève.
- Faire un concours de dessins illustrant le jeu dans la classe. Les dessins pourront être affichés dans le gymnase.
- Faire écrire, par exemple, sous forme de dictée trouée, les règles du jeu.
- Prendre le temps d'aller jouer au jeu avec les élèves par une belle journée ensoleillée ! ☺

Roche Papier Ciseaux

En premier lieu, s'assurer que les enfants de votre groupe connaissent le jeu du Roche Papier Ciseaux.

Roche (le poing) > Ciseaux (« peace » à 45°)

Papier (main ouverte) > Roche

Ciseaux > Papier

Matériel : 2 dossards de couleurs différentes.

Consignes du jeu :

- Désigner un capitaine (enseignant ou élève avant la récréation.)
- Chaque équipe se regroupe sur la ligne du fond de son carré de jeu .
- Du fond de son carré de jeu, le capitaine décide du geste (R-P-C) servant à l'affrontement.
- Les deux équipes s'alignent face à face, séparées par une ligne médiane (milieu).
- Les deux capitaines disent en même temps « Roche Papier Ciseaux ». Les membres de chaque équipe imitent le geste du capitaine .

Une fois le geste fait :

L'équipe gagnante du geste doit courir toucher le plus de gens de l'équipe perdante.

L'équipe perdante doit s'enfuir jusqu'à sa ligne du fond sans se faire toucher.

Si un membre de l'équipe perdante est touché, ce dernier doit rester sur place et lever la main pour indiquer au capitaine de l'autre équipe, qu'il a été touché. (Le capitaine de l'autre équipe compte les mains levées.)

Ensuite…

Les deux équipes (même les gens touchés) retournent à leur ligne du fond et le capitaine décide du nouveau geste.

Si…

Les deux équipes effectuent le même geste (donc égalité) chaque joueur retourne à sa ligne du fond avec le sourire pour décider d'un nouveau geste.

Pointage :

1 point est accordé à chaque personne touchée.

L'équipe qui obtiendra 5 points en premier sera la gagnante et on recommence une nouvelle partie. Amusant, non ?! ☺

Ballon-chasseur version 2.0

Description du jeu :

- **Séparez les élèves en deux équipes égales.**

- **Une personne de chaque équipe doit aller à l'arrière du terrain adverse (la vache). Cette personne reviendra dans le jeu dès que le premier joueur de son équipe sera éliminé. La ¨vache¨ de chacune des équipes débute avec un ballon.**

- **Si un joueur adverse attrape le ballon, Bravo , c'est à son tour de lancer.**

- **Si le ballon fait un bond avant d'atteindre une personne, celle-ci n'est pas éliminée.**

- **Lorsqu'un joueur n'attrape pas le ballon lancé directement sur lui, il est éliminé et sort le plus rapidement à l'extérieur du terrain, pour se diriger vers la zone ¨vache¨. S'il réussit à toucher quelqu'un avec le ballon, il peut alors revenir dans son équipe.**

- **Lorsque le ballon sort du terrain, c'est un des joueurs à la ¨vache¨ qui peut aller le chercher.**

- **Un lancer dirigé à partir de l'enclos des vaches qui élimine un adversaire, délivre tous les joueurs de son équipe. Ce même joueur restera à la position de ¨vache¨, le temps qu'un de ses coéquipiers se fasse éliminer.**

- **La partie se termine lorsque tous les joueurs d'une même équipe sont éliminés. Lorsque la récréation se termine (ou à la fin d'une partie chronométrée), l'équipe ayant le moins de personnes à la ¨vache¨ gagne la partie.**

Twister

Description du jeu :

Au départ, les garçons se placent d'un côté du jeu (devant les cerceaux), les filles de l'autre.

Au signal, avec le ballon dans les mains, un joueur saute dans les cerceaux (comme à la marelle), sans toucher les cerceaux :

- un pied dans un cerceau
- deux pieds dans les deux cerceaux suivant
- deux pieds et une main dans le troisième cerceau

** toujours en gardant le ballon dans les mains sans l'échapper.

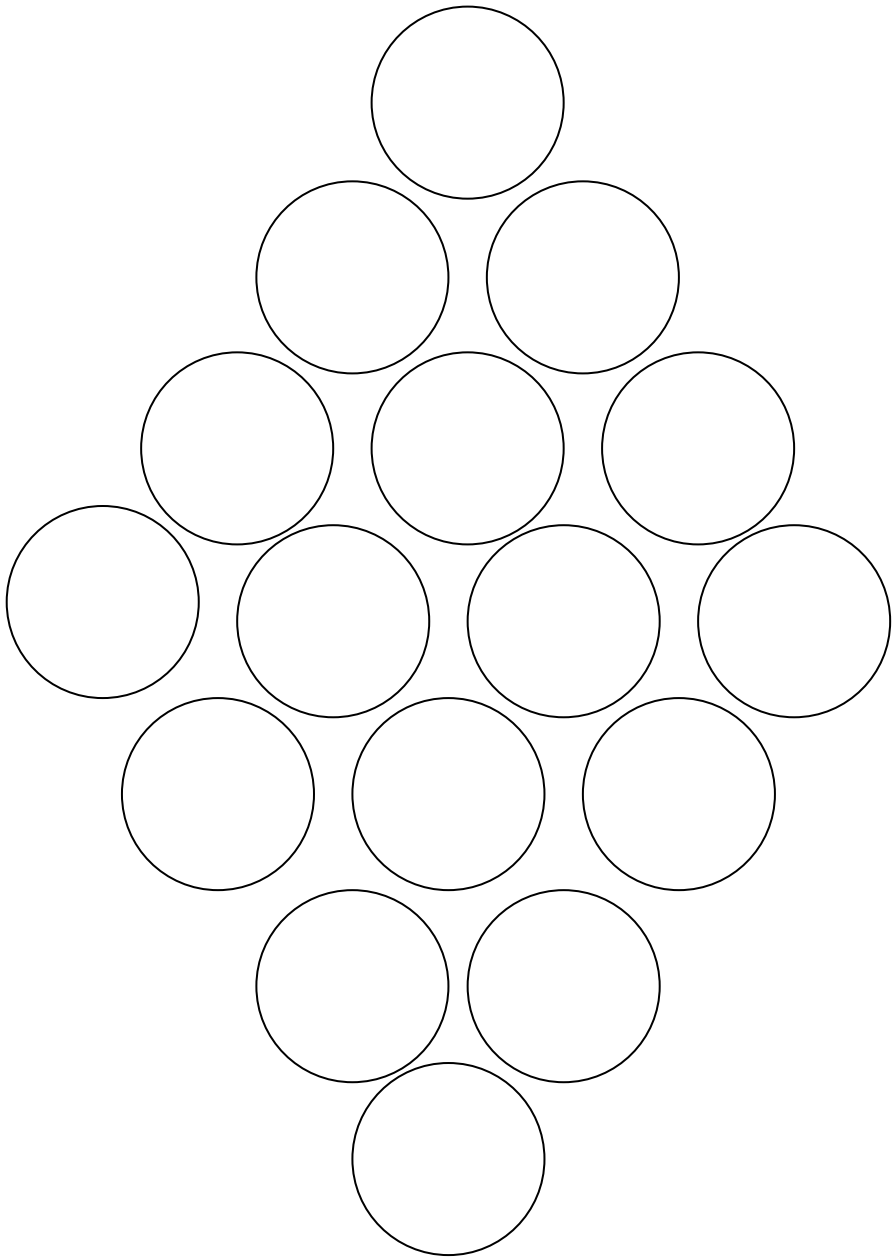
Lorsque le joueur arrive au bout du jeu, il donne le ballon (**la bombe**) à la personne en attente et se place derrière la file de joueur.

Lorsque la cloche sonne, signalant la fin de la récréation, le joueur qui a le ballon « **SAUTE** », donc l'autre équipe gagne.

N.B. Durant le parcours, si le ballon est échappé ou le matériel déplacé, l'enfant doit reprendre du début et replace le matériel lui-même, si c'est le cas.

Schéma du jeu
Twister

Garçons



Filles

Récupère ta balle

Matériel : une balle de tennis ou un sac de sable
1 bac de récupération
un espace délimitant une bouteille au jeu du basket-ball
un chronomètre

(Ce jeu initie les enfants à l'activité suivante dans ce même guide : la bouteille.)

Description du jeu :

Au départ, tous les élèves du groupe se placent en ligne derrière la bouteille de basket-ball.

On donne une balle ou un sac de sable au premier participant.

L'enfant qui a une balle entre dans la bouteille, lance à partir de la ligne des lancers francs pour réussir un panier de recyclage. S'il réussit au premier lancer, BRAVO ! Il donne un point à son groupe ! Il récupère sa balle rapidement pour la donner à l'ami le plus près qui n'a pas de balle. Ensuite, il se place à la fin de la file pour avoir la chance de recommencer une autre fois.

Par contre, si l'enfant manque la cible, il récupère sa balle rapidement et se place sur la ligne de la bouteille la plus près pour effectuer un autre tir.

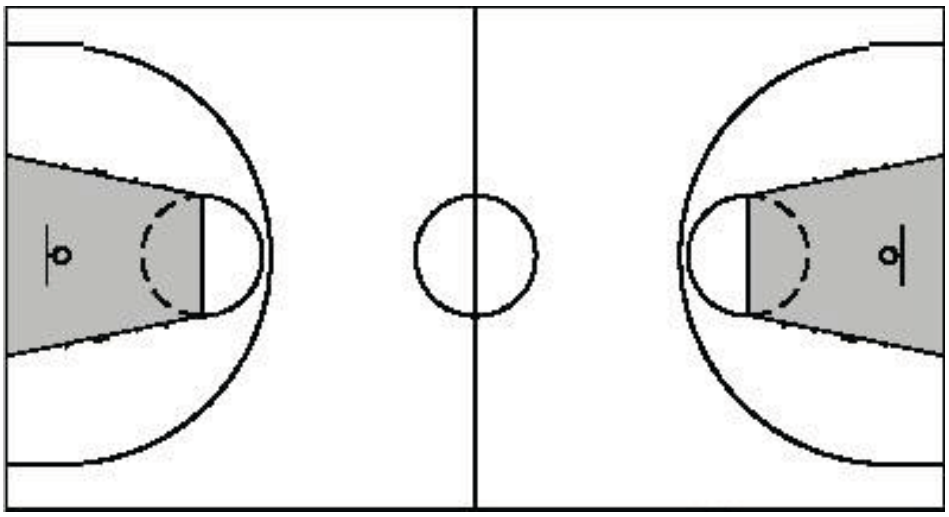
Tant qu'il n'a pas réussit son panier de recyclage, il continue d'effectuer des lancers.

** Attention ! Si la balle sort de la bouteille, le lanceur se replace, comme au départ, à la ligne des lancers francs.

L'objectif du jeu est de réussir le plus de paniers de recyclage dans un temps donné et d'essayer d'améliorer son pointage à chaque partie.

Allez, au jeu les amis ! ☺

Question à poser aux élèves avant le jeu…
Mais où est donc la bouteille sur le terrain ?



La bouteille

Matériel : 3 ballons mousses
Un espace délimitant une bouteille au jeu du basket-ball
Un chronomètre

Description du jeu :

Les joueurs se placent tous à l'intérieur de la bouteille de basket-ball.

Au départ, 3 joueurs ont un ballon en main et doivent effectuer un tir au panier à l'extérieur de la bouteille.

Pour rester vivant dans le jeu, ceux-ci doivent tirer et toucher l'anneau du panier ou bien réussir un panier de basket-ball.

Si un lanceur manque son tir, il est éliminé du jeu. Pour le sauver, un joueur doit réussir un panier de basket-ball de 2 points, c'est-à-dire un lancer pris à partir du côté de la bouteille ou bien un tir de 3 points pris à partir du fond à l'extérieur de la bouteille.

Bien entendu, un panier de 2 points peut délivrer deux personnes, tandis qu'un panier de 3 points peut en délivrer trois !!!

Le but du jeu est de chronométrer par exemple une partie de 15 minutes. Au bout de quinze minutes, il faut qu'il y ait personne d'éliminé sinon, c'est le JEU qui gagne… D'où l'intérêt de ce jeu coopératif ! ☺

MÉDAILLE D'OR
Expert

Description du jeu :

Quatre joueurs débutent la partie, un joueur dans chacune des parties de la médaille.

Le but du jeu est de prendre en faute le joueur qui se retrouve dans la partie OR (# 1) de la médaille. Le ballon est mis en jeu par ce dernier.

Au départ, le joueur fait rebondir le ballon par terre et le frappe À MAIN OUVERTE vers une des trois autres parties (#2 - 3 - 4) de la médaille. (On ne peut être éliminé sur un service.)

Le ballon doit rebondir dans une autre partie de la médaille et le joueur concerné frappe le ballon de la même façon vers n'importe quelle autre couleur de la médaille (participation #4, bronze #3, argent #2)

Une faute est appelée quand un joueur ne réussit pas à frapper le ballon OU le frappe à l'extérieur de la médaille. Le joueur ayant fait la faute va se placer à la fin de la file de joueurs de remplacement.

Les joueurs avancent ainsi d'une position et, le premier remplaçant prend la place à la position # 4, participation.

Le joueur qui réussit à demeurer à la médaille d'or #1 lorsque sonne la fin de la récréation est déclaré le vainqueur.

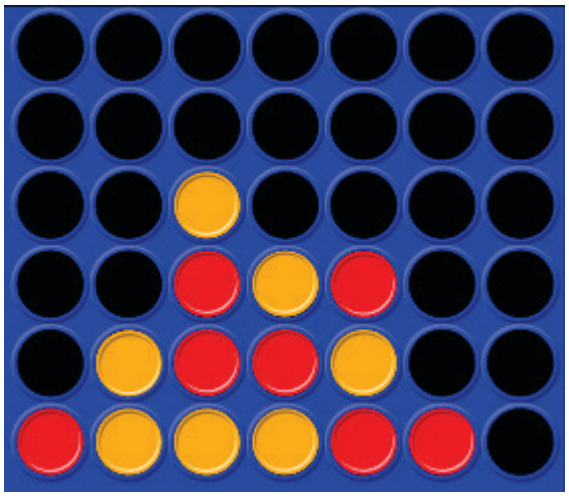
** Jeu inspiré par « Le jeu des 4 carrés»

Puissance 4

Matériel : 4 lignes de 6 cerceaux de couleurs différentes
Des chapeaux de fêtes pour séparer les deux équipes

Description du jeu :

Au départ, séparer le groupe en deux équipes. Chaque équipe se place de chaque côté du jeu pour bien voir celui-ci. À tour de rôle, un joueur se place dans le cerceau inoccupé de son choix. Comme le jeu de société Puissance 4, pour gagner la partie, 4 personnes de la même équipe doivent se retrouver ensemble (côte à côte) de façon diagonale, verticale ou horizontale.



RPC à la face caché !

Matériel : 2 paquets de cartes différents

Déroulement de la partie :

- Diviser le groupe en 2.
- Pour chaque équipe, un chef distribuera des cartes de son paquet.
- Lorsque tout le monde a une carte, le jeu peut débuter.
- Pour gagner une carte, les joueurs doivent en marchant, défier un autre joueur de l'équipe adverse.
- Suite à une bataille de roche papier ciseaux (RPC), le gagnant remporte la carte de l'adversaire.
- Le perdant retourne voir son chef pour récupérer une nouvelle carte.
- La première équipe à gagner les 12 faces cachées (valets, reines, rois) de l'autre équipe remporte la partie. Chacune de ces cartes équivaut à 1 point.
- Lorsqu'un chef n'a plus de cartes à donner, il devient un joueur. On a simplement à lui donner une carte gagnée contre l'adversaire pour lui permettre de livrer une bataille.
- À la fin d'une partie, chaque joueur d'une équipe qui n'a pas de cartes donne un point à l'autre équipe.

M.C.N.D.F

Matériel : Un terrain de ballon-chasseur
Deux filets de hockey
Deux ballons PG 8
Un cône délimitant le centre du jeu
Deux dossards

Déroulement du jeu :

- Au départ, diviser le groupe en 2
- Nommer un gardien de but pour chaque équipe. Lui remettre un dossard (d'invincibilité).
- Pour débuter le jeu, les joueurs de chacune des équipe se place derrière le filet de hockey de leur équipe placé à l'extrémité des limites du terrain de ballon-chasseur.
- Le gardien de but a 3 rôles : il ou elle est invincible. Il délivre les joueurs de son équipe éliminés. Il agit comme arbitre lorsqu'un ballon pénètre dans son filet.
- L'objectif du jeu est de lancer un ballon à partir de sa zone et de réussir à marquer un but. * Un joueur qui attrape un ballon lancé vers lui ou qui touche au sol avant de l'atteindre demeure vivant.
- Un joueur est éliminé lorsqu'il ne peut attraper un ballon lancé directement sur lui. Éliminé, il demeure sur place, saute en levant un doigt au ciel. Pour être délivré, le gardien viendra le toucher avec sa main.
- La partie s'arrête lorsqu'il y a un but. Le gardien qui s'est fait marquer s'avancera, les deux mains en l'air jusqu'au cône au centre du jeu délimitant les deux territoires.

Variantes :

- L'équipe qui perd la partie pourra se choisir un joueur de l'équipe gagnante pour la partie suivante.
- Mettre le filet au sol. L'ouverture pour marquer le but est donc réduite.

Défi « Aigle de St-Marcel Hiver »

Explications :
Au départ, tous les joueurs se retrouvent au centre du rectangle de jeu. En possession d'un ballon, 2 élèves lancent à partir d'une des 2 bases pour éliminer les autres joueurs du jeu.

Un joueur est éliminé s'il quitte le rectangle du jeu ou bien s'il échappe un ballon lancé directement sur lui.

Un joueur éliminé pourra revenir au jeu s'il touche le premier le ballon à l'extérieur du rectangle et s'il élimine un joueur en lançant à partir d'un cône délimitant le jeu.

Tu gagnes la partie si tu es le dernier vivant à l'intérieur du rectangle de jeu.

M.C.S.T.M(SOCCER)

MATÉRIEL : UN TERRAIN DE BALLON-CHASSEUR (POSSIBLEMENT RECOUVERT DE NEIGE!!!)

5 GROS CÔNES DE COULEUR ORANGES

5 GROS CÔNES DE COULEUR (BLEUES, VERTS, JAUNES, ETC.)

1 BALLON DE SOCCER

Déroulement du jeu : Au départ, diviser le groupe en 2.

Nommer un capitaine pour chaque équipe. Pour débuter, le capitaine de chacune des deux équipes se retrouve au centre du terrain pour effectuer (gagner) la mise-o-jeu.

Le gagnant effectue une passe à un de ses coéquipiers qui est positionné dans sa zone, près d'un cône identifiant la couleur de son équipe (Les 5 cônes de chacune des équipes délimitent la grandeur du terrain).

On marque un but, en tirant le ballon avec l'un de nos deux pieds sur l'un des cônes adverses.

Un cône tombé donne un point. On le replace et on effectue une nouvelle mise-0-jeu. Le ballon sera repris par l'équipe qui s'est fait marquer.

LES 4 COINS DU MONDE DE M.CARL

JEU ET RÈGLEMENTS : 4 cônes
1 dossard par joueur (4 couleurs)
24 foulards
Des cônes pour délimiter les 4 territoires
Des ballons.

DIVISER LE GROUPE EN 4 ÉQUIPES. Chaque équipe est identifiée par une couleur différente et chacune d'elles occupe un territoire distinct. Le jeu se joue comme le ballon-chasseur. Les joueurs doivent tenter de toucher leurs adversaires de manière directe en leur lançant un ballon. Lorsqu'un joueur est touché, il commence son « tour du monde », c'est-à-dire qu'il va dans le territoire qui se trouve à sa droite.

Lorsqu'un joueur est allé dans les trois territoires adverses, il retourne dans son territoire, prend un foulard sur le cône de son équipe. Seul un joueur ayant un foulard peut éliminer un autre joueur en possession d'un foulard. Par contre, un joueur en possession d'un foulard peut éliminer n'importe qui. À la fin de la partie, l'équipe à qui il reste le plus de foulards sur son cône gagne.

Suggestion : À la fin de la partie, on additionne les points pour chacun des joueurs par équipe : 4 points pour un joueur n'ayant pas été éliminé. 3 points pour un joueur ayant été éliminé une fois. 2 points pour un joueur ayant été éliminé deux fois. 1 point pour un joueur ayant été éliminé trois fois.

*jeu inspiré du livre éducation physique et créativité par le jeu

Conclusion

Grands-parents, parents, enfants, tous ont déjà vécu de belles expériences dans une cour de récréation. Par exemple, à l'automne, d'avoir fait gagner son équipe au ballon chasseur, de prendre le drapeau et de courir de toutes ses forces pour rejoindre la zone payante sous les encouragements des amis. En hiver, avoir construit le plus gros bonhomme de neige, de réaliser l'arrêt du « match » lors d'une partie de hockey bottine. Au printemps, de participer à une olympiade et de manger des «hot-dogs» en famille lors de la dernière journée d'école. Tous et toutes ont une anecdote heureuse sur LA COUR !

J'aimerais remercier tout particulièrement les jeunes et les adultes que j'ai côtoyés depuis le début de ma carrière d'enseignant, en particulier les enfants de l'école St-Marcel où j'enseigne depuis quelques années. Ils ont su m'inspirer à créer de nouveaux jeux afin de toujours les stimuler et les faire bouger tout en s'amusant.

En espérant que les activités pédagogiques présentées dans ce guide deviendront des *classiques* maintenant et dans un futur rapproché. Pour toutes questions ou une formation vous pouvez me rejoindre 514-371-3750.

À vous tous, bonne **RÉCRÉATION** ! ☺