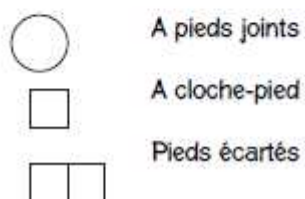

Quelques idées d'activités EPS tirées d'un recueil USEP Jeux d'Antan

DOMAINE 1

"Je me mesure au temps et à l'espace"

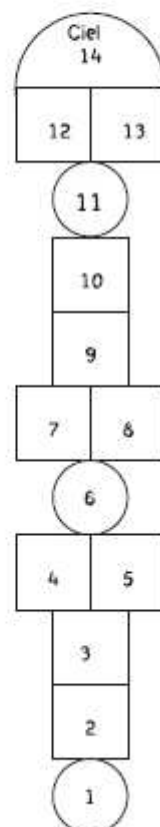
Jeux de marelle (A)



Nombre de joueurs :
5 à 6 enfants maximum par marelle

But :
Réussir le parcours
Cycle 1 : sans palet
Cycles 2 et 3 : avec un palet

Déroulement :
Chaque enfant essaie à son tour
d'alterner différents types de sauts
en progressant sur le jeu.
Si un joueur se trompe, c'est le suivant qui joue.



Jeux de marelle (D)

Marelle classique

Nombre de joueurs :

5 à 6 enfants maximum par marelle

But :

aller de la terre au ciel, sans palet pour les cycle 1, avec palet pour les cycle 2.

Consignes :

Cycle 1 : sauts à pieds joints « je vais au 1 et je reviens... »
« ..., je vais au 2 et je reviens, etc »

Cycles 2 et 3 : Saut sur 1 pied lorsqu'il n'y a qu'une case, sur 2 pieds lorsqu'il y a des cases voisines. Les enfants effectuent un aller retour.

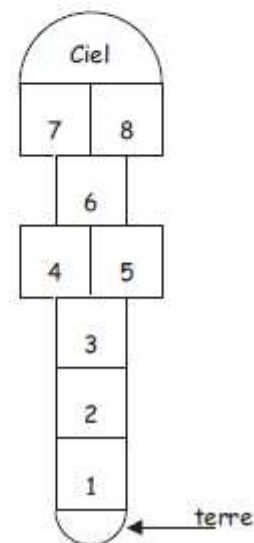
JEU AVEC PALET :

Le palet est lancé à la main dans la case à atteindre
Le palet est poussé au pied

Critères de réussite :

Le joueur ne doit toucher aucun trait, le palet non plus ;
si c'est le cas, il reprend, à son tour, à l'endroit de l'arrêt.
Arrivé au ciel, il peut poser les 2 pieds avant d'engager
le retour.

Le gagnant est celui qui a accompli tout le parcours avant
les autres.



DOMAINE 2

"Je me montre et/ou je m'exprime"

Jeux d'équilibre

Seul :

A partir d'images ou de photographies, reproduire une posture.
Tenir une posture le plus longtemps possible
Reproduire une posture : les pieds sur le sol, sur une caisse, sur un banc, etc...

A deux :

Le miroir :
L'un prend une posture que l'autre reproduit

Le marionnettiste :

A partir d'une photographie (ou non),
l'un manipule l'autre pour lui faire prendre
une posture qu'il mémorise et tente de
reproduire seul.

Sur un banc, sur une poutre (à différentes hauteurs) :

S'équilibrer les yeux fermés,
les yeux ouverts ; sur un pied, en tenant
des objets, en écartant les bras, à reculons,
en tournant, en enjambant des objets, ...
S'équilibrer à 2.



DOMAINE 3

"Je m'oppose inter-individuellement"

Les cordes indochinoises

Dispositif :

Les deux joueurs sont face à face. Chaque joueur entoure sa taille par la cordelette, en passant par la gauche, la main droite seulement en tenant le bout. La main gauche sert de balancier pour obtenir l'équilibre.

Déroulement :

Au départ les deux joueurs sont face à face, les deux pieds ancrés dans le sol. Il s'agit, par des tractions sur la corde ou des lâchers, de déstabiliser l'adversaire. Un joueur a gagné lorsque son adversaire ne peut plus tenir sans changer un pied de place (déséquilibre).

Gain du jeu :

Chaque partie peut se jouer au point. Lorsqu'un joueur est déséquilibré, il donne un point à son adversaire.

Un joueur a gagné le jeu lorsqu'il a atteint dix points, il change alors d'adversaire.

