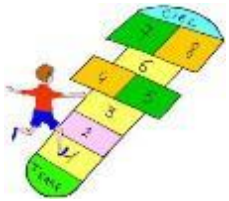
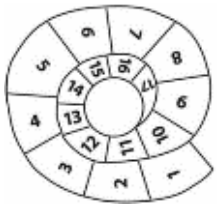
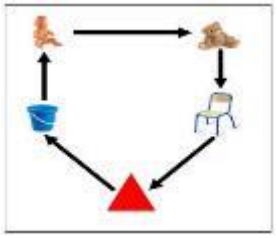
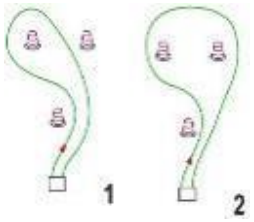
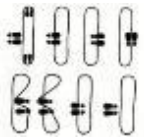
Le jeu des 7 familles d'activités
Une idée par thème
Proposition pour la semaine du 6 au 12 avril

Chaque semaine, via la lettre départementale, vous recevrez une nouvelle proposition pour chaque familles d'activités

	Maternelle	Elémentaire	Des idées ailleurs
Lundi ***Les jeux de locomotion***	**Parcours engins roulants** Utiliser des engins roulants : porteur, tricycle, draisienne, trottinette, roller… Idéal dans un jardin, faisable dans un appartement… Réaliser un parcours avec plusieurs actions possibles : • Slalomer, • passer sur, • passer sous, • ramasser et déposer, • transporter, • freiner, • s'arrêter dans, • s'arrêter avant… ***obligatoire : mettre un casque !!!!!***	**Parcours engins roulants** Utiliser des engins roulants : vélo, trottinette, skate, roller… Idéal dans un jardin, faisable dans un appartement… Réaliser un parcours avec plusieurs actions possibles : • Slalomer, • passer sur, • passer sous, • ramasser et déposer, • transporter, • freiner, • s'arrêter dans, • s'arrêter avant… ***obligatoire : mettre son casque !!!***	***Le défi athlétique de Christophe Lemaitre*** ***USEP Nationale*** ***https://usep.org/index.php/2018/03/23/relevez-le-defi-recre-de-christophe-lemaitre/***
Mardi ***Jeux athlétiques – sauter lancer***	 ***Les pas japonais*** Placer des coussins sur le sol ou tout autre objet plat et stable (attention aux glissades !). L'enfant doit se déplacer en ne marchant que sur les assiettes.	 ***Suivons le chemin*** Se déplacer sur une ligne droite ou courbe (tracée à la craie) ou sur une corde, pieds plats, puis sur pointes de pieds, en avant, en arrière…. En franchissant des obstacles, en passant sous un élastique, en se déplaçant de profil, en transportant des objets.	***Des jeux pour aider l'aider à maitriser son équilibre*** ***enfant.com*** ***https://www.enfant.com/votre-enfant-3-5-ans/developpement/des-jeux-pour-laider-a-maitriser-son-equilibre/***
Mercredi ***Jeux d'équilibre***	 **Le jeu du chamboule-tout** Des rouleaux de papier hygiénique et des chaussettes roulées Varier les distances, les objets	 **La marelle** Lancer le caillou dans la case 1. Se déplacer dans chaque case à cloche pied et 1 pied sans passer dans la case 1. Au retour prendre le caillou dans la case 1 et sauter par-dessus. Puis lancer le caillou en 2…	

Jeudi ***Jeux d'expression, danse, jeux chantés***		***Loup y es-tu ?*** Chanter la comptine : « Promenons-nous dans les bois pendant que le loup n'y est pas. Si le loup y était, il nous mangerait, mais comme n'y est pas, il nous mang'ra pas. Loup y es-tu ? M'entends-tu ? Que fais-tu ? ».		**Les verbes :** Ecrire des verbes d'action sur des papiers. Tirer au sort. Sur une musique, trouver différentes manières de ramper, puis sauter, puis marcher… Enchaîner plusieurs actions.	***Numéridanse*** Vidéo la cabane de la danse https://www.numeridanse.tv/tadaam/cabanes/cabane-de-la-danse-arcosm
Vendredi ***Jeux d'adresse***		**Le Bowling des petits** Faire rouler un ballon pour faire tomber des bouteilles ou des jouets.		***Jongler avec une balle*** Une raquette de ping-pong ou une assiette, une ardoise. Faire rebondir une balle(boulette de papier..). En marchant, en variant les hauteurs, en passant par-dessus des obstacles…	***Jeux d'adresse en famille*** ***Momes.net*** ***http://www.momes.net/Jeux/Jeux-et-animations/Jeux-d-adresse***
Samedi ***Jeux d'orientation***		**Les plots** Suivre le parcours qui relie 4 objets. Varier les tracés, le nombre d'objets à rejoindre, le nombre d'objets installés.		**Parcours mémo** Réaliser le parcours avec le plan. Réaliser le parcours de mémoire, sans le plan.	***Parcours mémo clé en main : DSDEN Moselle*** ***https://www4.ac-nancy-metz.frJeux d'/eps57/spip.php?article427&lang=fr***
Dimanche ***Jeux traditionnels***		**Les déménageurs** Prendre les objets un par un dans une caisse (réserve). Les transporter dans une autre caisse le plus vite possible Ajouter un slalom, des obstacles à franchir…	 	**Jouer à l'élastique** Si on est seul, on peut remplacer les camarades par des chaises.	***Sauter à la corde*** https://www.youtube.com/watch?v=6floRELNUtE