

Activités qui permettent de bouger en respectant les 1m de distance physique

Dans la cour de récréation :

- **1, 2,3 soleil**
- **Jacques a dit**
- **Grand-mère veux-tu ?** les élèves en ligne demandent à la grand-mère : « Grand-mère veux tu ? » . Elle répond « oui mon enfant, » les autres demandent « combien de pas ? » et la grand-mère donne un chiffre et le type de pas : pas de géant, pas de souris, pas de serpent. Les autres respectent la consigne, le premier qui touche le mur (ou qui arrive dans la zone) a gagné.
- En cercle à 1 m de distance, les élèves se font passer **un geste** de l'un à l'autre (sans se toucher), à n'importe quel moment un élève du cercle peut crier « hi » et le sens du geste change. on peut varier en criant « ha » et en envoyant le geste vers quelqu'un d'autre en le visant.
- **le garde du musée** : les élèves font les statues dans la cour, le garde passe d'un élève à l'autre pour éliminer les élèves qui bougent ou qui rient.
- avec des **bouteilles** d'eau avec un bouchon percé, les élèves font des dessins au sol, à faire par beau temps
- **La course aux plumes** : deux lignes tracées au sol une plume par enfant, chacun devra faire avancer sa plume en utilisant une feuille de papier. La première plume qui dépasse la ligne d'arrivée a gagné.
- **la marelle**
- **La traverse des couleurs (aménagé)**
Les enfants se regroupent le long d'un mur. Le meneur de jeu, au centre, dit une couleur (rouge par exemple). Tous les amis qui ont du rouge sur leurs vêtements peuvent avancer de 3 pas. Lorsque le meneur de jeu crie « traverse multicolore », tout le monde peut avancer de trois pas. Les enfants doivent être les premiers à toucher le mur opposé

EPS :

- des **parcours** avec des tracés au sol, des sauts cloche-pied, des déplacements variés, des obstacles, des slaloms le tout chronométré.
- apprendre des **flash mob** <https://youtu.be/JyxVA2T029g>
- **la toile de parachute** si on l'utilise tous les 5 jours
- **jeu d'orientation** : les élèves ont un plan de la cour et doivent se rendre aux différents endroits pour noter le dessin qui y est caché.
- **jeu d'orientation** : des objets de différentes couleurs sont cachées dans la cour, les élèves sont répartis par couleur. Tous les membres de l'équipe doivent chercher le plus rapidement possible un objet de la couleur de son équipe (comme chaque enfant touche un seul objet, il n'y a qu'à les désinfecter à la fin du jeu).
- aménagement **d'un jeu du béret** : les élèves répartis en deux lignes, deux cerceaux au sol, à l'appel de son numéro il faut être le premier à se placer dans le cerceau.
- **Les lapins dans les terriers** (aménagé) : 4 cônes sont disposés en carré avec un cerceau dessus, les élèves se déplacent dans la cour, au signal ils sautent dans le cerceau. un cerceau par enfant pour éviter que deux enfants se retrouvent dans le même cerceau : objectif ne pas faire tomber le cerceau pas d'objectif de temps sinon il y aura contact
- **imitations d'animaux**
- **Les feux de circulation**

Les enfants se placent à une extrémité de la pièce sur une ligne. Lorsque vous criez « vert » les enfants courent vers vous. Lorsque vous dites « jaune », ils marchent et « rouge », ils doivent arrêter. Vous pouvez aussi utiliser des cartons de couleur au lieu de nommer les couleurs.

- **Statue**

Faites jouer de la musique et laissez les enfants se promener librement dans la pièce. Lorsque la musique arrête, les enfants doivent arrêter de bouger et faire la statue.

- **La maison dans le désert**

Chaque enfant a un cerceau qui représente sa maison. Les enfants doivent imiter la consigne que vous dicterez : « On marche dans le désert (marchez tranquillement). On a très soif (sortez la langue). Il fait très chaud (passez votre main sur votre front), etc. » Lorsque vous direz « tempête de sable », tous les enfants devront changer de cerceau.

- **Qui est disparu?**

Faites jouer de la musique et laissez les enfants se promener dans la pièce. Lorsque la musique arrête, demandez-leur de se coucher par terre et de se cacher les yeux. demandez à un enfant de se cacher derrière un arbre. À votre signal, les amis se lèvent et doivent deviner quel ami est disparu

- **La danse du soleil**

Placez-vous en cercle et déposez un cerceau au centre. Il représentera M. Soleil. À tour de rôle, un enfant crée un pas de danse et tous ensemble, vous l'imitiez.

- **relais** en posant le pied dans un cercle pour donner le départ au suivant.

- **Jeu de la rivière** : jeu de relais dans lequel les joueurs sont sur une ligne de départ avec trois feuilles de différentes formes et de grandeurs. Ils doivent rejoindre l'autre rive sans se mouiller les pieds. Pour cela ils utilisent les feuilles, en guise de pierre, pour traverser la rivière. Ils posent donc une première feuille pour le premier pied, puis une deuxième pour le second pied, puis récupèrent la première pour avancer d'un pas, etc. Lorsqu'on tombe à l'eau, on est éliminé du jeu et on doit rejoindre la file. L'équipe gagnante est la première qui a traversé la rivière.

En classe :

- **jeu de calcul mental** : tout le monde debout si on réponds juste on s'assied le dernier debout a perdu ou inversement on répond juste on reste debout le dernier debout a gagné.

- **jeu de calcul mental** : on monte sur les tables : 4 niveaux assis sur sa chaise, debout à côté, debout sur la chaise ou sur le bureau. Le commence tout le monde debout à côté de la chaise, à chaque réponse juste on monte d'un niveau à chaque réponse fausse on descend d'un niveau.

- Tous les exercices de **braingym** qui permettent en plus de détendre les élèves.

- Exercices de **yoga** (si le nombre de tapis est suffisant)

- **pictionnary**

- **baccalauréat**

- le **pendu**

- **jeu de mime** ou times'up

- **jeux de mémoire** : des objets sont sur une table, la maîtresse couvre la table et enlève un objet il faut trouver lequel a disparu (version en allemand pour réviser le vocabulaire)

- **le chef d'orchestre** : les élèves assis en cercle doivent imiter le chef d'orchestre, un inspecteur doit le retrouver

- **le jeu du tueur** : les élèves assis en cercle se font tuer avec un clin d'œil de la part du tueur, un inspecteur doit trouver qui est le tueur

- un élève écrit un **nombre** dans son cahier, les autres doivent lui poser des questions auxquelles il doit répondre par oui ou non et les autres doivent trouver le nombre écrit.

- un élève sort de la pièce, ensemble les autres décident de lui attribuer un personnage ou un objet. A son retour en classe il pose des questions aux autres pour trouver qui il est.
- un élève sort de la classe, un autre est désigné dans la classe. Celui qui a été désigné doit **tapoter** sous son bureau et l'autre doit trouver de qui il s'agit
- **jeu de mémoire** : je vais magasin et j'achète : une banane, ... chaque enfant doit répéter toute la phrase avec les éléments donnés précédemment dans l'ordre et en rajouter un.
- Si on a la chance d'avoir une tablette : créer une **vidéo** stop motion : 1 tablette pour deux élèves, ils mettent en place leur scénario et soit mettent en scène un des deux enfants soit des objets : un élève s'occupe des photos, l'autre du matériel à déplacer.  animation
- **tic, tac, tic et tac** des tables de multiplication : si on choisit le nombre 4 par exemple, chaque élève dit un nombre après l'autre : 1, 2, 3... les élèves doivent dire tic si à la place du nombre si celui-ci contient un quatre et ils doivent dire tac s'il est dans la table de 4. Et bien sûr tic et tac s'il y a un 4 et que le nombre est dans la table : 1, 2, 3, tic et tac, 5, 6, 7, tac, 9, 10, 11, tac,....
- **Les détectives**
L'enseignant donne des indices. Les enfants doivent deviner de qui ou de quoi il s'agit. Par exemple, on peut décrire des vêtements, la couleur des cheveux ou des yeux d'un ami, différentes caractéristiques d'un jouet, etc.
- **Ballon peureux**
Tous les participants sont placés en cercle, les bras croisés. Le meneur de jeu est placé au centre et doit soit faire semblant de lancer un ballon. Si quelqu'un ouvre ses bras alors que le meneur a fait semblant de lui lancer, il s'assoit, car il est mort.
- **Je te lance**
Les enfants sont placés en cercle. L'éducatrice choisit un enfant qui va se placer au milieu. Il doit lancer un objet imaginaire à un autre joueur en disant par exemple : « Je te lance un avion. » Le joueur devra représenter l'objet qu'il reçoit à l'aide de gestes.
- **Fais-moi rire**
Ce jeu est une activité de détente. L'enseignant tient un ballon. Au signal, tous les joueurs se mettent à rire. La seule consigne : dès que le ballon touche au sol, tout le monde doit se taire. Ceux et celles qui continuent à rire sont éliminés. Fous rires garantis.
- **Allemand** : dire des phrases en allemand sans se tromper, le premier qui se trompe le jeu s'arrête, objectif faire toujours mieux que la dernière fois
- **jeu de comptage** : compter de deux en deux ou de cinq en cinq chacun son tour
- **jeu des séries** : les élèves choisissent un thème et doivent dire le plus de mots possible sur ce thème, un mot un élève.
- **Jeu des lettres** : la maîtresse donne une lettre et les élèves doivent dire un mot qui commence par cette lettre, on essaie de former la chaîne la plus longue
- **rythmes corporels**
- **massages** à soi-même + bâillements
- **Cherche et trouve** : les élèves doivent trouver un objet dont les caractéristiques données par la maîtresse correspondent
- **jeux de doigts**
- **écoute musicale**
- **dictée** : mots écrits au tableau, effacés et les élèves doivent les écrire juste
- chercher le plus vite possible un mot dans le **dictionnaire**
- adapter la force d'un **son** émis à partir de l'ouverture des mains