

FICHE D'ACTIVITÉ

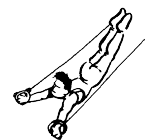
NIVEAU 3-6

TYPE ACT

CAT JEU EXT

Stratège | Jeu extérieur

EPS



JEU DE L'OIE

MATÉRIEL

- Matériel selon les épreuves
- N°s de 1 à 42 avec un petit dessin au dos
- Panneau de jeu
- Un dé

RÈGLES

1. Chaque équipe lance le dé.
2. Elle doit ensuite trouvé le numéro affiché dans un périmètre délimité.
3. Lorsque l'équipe a trouvé le panneau du numéro sur lequel elle est tombée, elle doit regarder le dessin au dos de celui-ci et le retenir.
4. Elle revient au poste de départ (panneau de jeu) et donne le dessin correspondant à son numéro.
5. A chaque numéro correspond une question ou une épreuve, à effectuer en équipe.
6. Lorsque l'épreuve est terminée, l'équipe peut à nouveau lancer le dé et se diriger vers un nouveau numéro.
7. A gagné la première équipe qui arrive *juste* sur la case 42. Par exemple, si une équipe se trouve sur la case 39 et fait un 5, elle devra se rendre sur la case 41 (39 - 40 - 41 - 42 - 41).

LISTE DES ACTIVITÉS

0. Chercher un pion dans la nature afin de pouvoir commencer à jouer.
1. Comment dit-on merci en allemand et en anglais.
Danke / Thanks - Thank you
2. Slalomer à pieds joints entre les cônes, aller et retour sous forme de relais
3. Raconter chacun une histoire drôle (réfléchir en équipe puis venir le présenter).
4. « Saute-mouton » : tous alignés, jusqu'à ce que chacun soit passé une fois.
① Attention aux consignes de sécurité grands ← → petits.
5. Trouver 4 feuilles d'arbres différents.
① Sans les arracher ☺
6. Trouver 3 exercices qui font travailler les abdominaux. Démonstration par toute l'équipe.
7. Apprenez Matthieu 19 verset 14 et récitez-le-nous.
① Trouver le verset dans la Bible à disposition, l'apprendre en groupe et le réciter en chœur.
Et Jésus dit: Laissez les petits enfants, et ne les empêchez pas de venir à moi; car le royaume des cieux est pour ceux qui leur ressemblent.
8. Trouver 3 exercices qui étirent les muscles des jambes. Réfléchir et faire une démonstration tous ensemble.
9. Apportez-nous un joli ☺ bouquet de fleur.
▲ S'il n'est pas à notre goût, nous vous renvoyons en préparer un autre ☺.
10. Chaque participant de l'équipe fait une démonstration de saut à la corde (environ 30'' par enfant).
11. Citez 10 noms d'animaux différents (chacun doit au moins en proposer un).
12. Parcours relais entre des cônes : aller en canard, retour en courant.
13. Citez 7 moyens de locomotion (outils qui permettent de se déplacer).
14. Saut à pied joint le plus loin possible (chacun à son tour).
15. Citez 20 personnages bibliques différents (chacun à son tour).
16. Proposer deux exercices pour s'échauffer avant 1 cours de sport. Réfléchir, s'organiser puis les présenter.
17. Citez 10 noms de fleurs à tour de rôle.
18. Courir avec le medecine-ball dans les bras jusqu'au cône, puis revenir en courant. Retour en courant.
19. Raconter et mimer une histoire de la Bible (à préparer à l'écart).
20. Viser le seau avec les balles de tennis jusqu'à ce que chaque équipier réussisse un lancer.
21. Que signifient les 5 anneaux du drapeau olympique ? Citez-les.
Les 5 continents (habités) : l'Amérique, l'Afrique, l'Asie, l'Europe et l'Océanie.
22. Se déplacer en brouette d'un cône à l'autre.
23. Chantez-nous une chanson qui parle de Jésus (après répétition à l'écart).
24. Trouvez 3 exercices qui étirent les bras. Réfléchissez et faites une démonstration tous ensemble.

25. Questions faciles :

Quelle est la capitale d'Israël ? Où Jésus est-il né ?

Jérusalem

A Bethléem

26. Enchaîner sur les tapis : 1 roulade avant serrée et une roulade avant avec écart. Chacun essaie.

27. Pierre à 4 « tunes » et il achète pour 3 F de bonbons. Combien lui reste-t-il ? S'il prend l'habitude de s'acheter pour la même somme de bonbons chaque jour, combien de jours pourra-t-il encore le faire

$$\text{Tune} = \text{pièce de } 5 \text{ F} \rightarrow (4 \times 5 \text{ F}) - 3 \text{ F} = 17 \text{ F}$$

$$17 \text{ F} : 3 = 5 \text{ (reste} = 2) \rightarrow 5 \text{ jours}$$

28. Cours de vitesse en relais (longueur du parcours = 30 m).

29. Que signifie fair-play ?

Etre un bon joueur, éviter de se disputer en jouant, ne pas être violent vis-à-vis de ces adversaires.

30. Devant nous, jouez à « La balle à 5 passes » : diviser l'équipe en 2 et faire 5 passes avant que l'autre partie de l'équipe de l'intercepte.

31. Chantez-nous tous ensemble une joie chanson (après vous être mis d'accord et l'avoir répétée).

32. A tour de rôle, chacun lance le médecine-ball le plus loin possible.

① Attention à la sécurité.

33. Citez 4 sports de raquette.

Tennis, tennis de table (ping-pong), tennis, badminton, squash, ...

34. Faire 20 passes entre les différents enfants de l'équipe sans que la balle tombe à terre.

35. Que signifie l'expression : « Je donne ma langue au chat. » ?

Quelle constellation d'étoiles peut être grande ou petite ?

J'abandonne.

La constellation de l'Ours.

36. Relai slalom en dribble (avec ballon de basket) ; faire l'aller-retour.

37. Si un nénuphar met 29 jours pour recouvrir un étang en doublant chaque jour la surface qu'il occupe. Combien mettent 2 nénuphars pour le recouvrir ?

28 jours

① Si la bonne réponse n'est pas trouvée en 1 minute, il faut reculer de 3 cases, trouver le dessin correspondant et effectuer l'épreuve.

38. Courir le plus vite et le plus loin possible pendant 1 minute chacun. Les autres encouragent le coureur.

39. Cherchez et apprenez Matthieu, chapitre 6, verset 33.

① Trouver le verset dans la Bible à disposition, l'apprendre en groupe et le réciter en chœur.

Cherchez premièrement le royaume et la justice de Dieu; et toutes ces choses vous seront données par-dessus.

40. Enumérez 4 sports collectifs et en donner les principales règles et le nombre de joueurs (sur le terrain, sans les remplaçants).

Volley ball (6) ; basket ball (5) ; football (12) ; hand ball (7) ; rugby (15) ; hockey sur glace (?)

41. Trouvez la réponse à cette énigme : « Complétez cette suite de lettres : A Z B Y C X ».

D W ... Il faut prendre alternativement les lettres dans l'ordre alphabétique et dans l'ordre inverse.

42. B R A V O ! Pour terminer en beauté, inventez un enchaînement de gymnastique qui comprenant :

- Une chandelle
- Une roulade avant
- Une roulade arrière
- Un saut en extension
- $\frac{1}{2}$ tour en l'air

① Préparez le spectacle puis faites une démonstration.

Sources :

Laurence Salvi & Micaël Chevalley