[**Fiches d’activités pour des récréations en respectant la distanciation sociale**](https://www.google.com/url?q=https://www.google.com/url?q%3Dhttps://drive.google.com/a/vanguardquebec.qc.ca/open?id%253D1E56KoqbNpPh1ynm4xbBQLj5rpxCt8O5B-4MPjKXKhUA%26amp;sa%3DD%26amp;ust%3D1588753690667000&sa=D&ust=1588753690725000&usg=AFQjCNFcEttT951sdm9kGJz5nvajxg9Q4A)

*Idée réalisée par : Kora-Lee Lalonde*

*D’après les fiches d’activités réalisées par les enseignants et enseignantes du Québec*

*Adaptation pour les écoles maternelles de Haute-Garonne*

**Conseils :**

En amont faire plusieurs récréations pour que tous les enfants ne sortent pas en même temps : en jumelant des groupes qui ne sont pas près physiquement dans les couloirs de l’école. On aura ainsi moins d’élèves dans la cour et dans les couloirs.

Il est nécessaire d’avoir déjà abordé les jeux en classe avec les élèves avant de les laisser en autonomie ou de les guider lors de leur mise en place en récréation.

Les jeux dans les cases grisées nécessitent l’accompagnement d’un adulte et de ce fait peuvent être mis en place dans le cadre des activités physiques.

|  |  |
| --- | --- |
| **Nom de l’activité** | **Déroulement** |
| **Chef d’orchestre 1** | Les enfants sont placés sur des marques au sol en respectant la distanciation sociale (1m50 à 2m). L’enseignant est le chef d’orchestre. Il réalise des actions (courir sur place, sauter pieds joints sur place…) et les enfants doivent l’imiter. |
| **Chef d’orchestre 2**  **GS** | Les enfants sont placés en cercle sur des marques au sol en respectant la distanciation sociale (1m50 à 2m). Un enfant quitte le cercle. On désigne un chef d’orchestre. Il fait des gestes et les autres enfants doivent l’imiter. L’enfant qui était sorti du cercle revient et doit trouver le chef d’orchestre. |
| **Chansons à gestes** | * Les marionnettes <https://www.youtube.com/watch?v=OeM_5pW59ag> * La machine <https://www.youtube.com/watch?v=RWUzyq2WqAU>   … et d’autres selon votre choix. |
| **Jean dit...** | Le meneur de jeu formule des consignes en disant “Jean dit …” et les enfants doivent effectuer la consigne. Si le meneur omet de dire “Jean dit…” au début de sa phrase, les enfants ne doivent pas faire l’action. Les enfants qui le font sont retirés du jeu. |
| **Mimer un animal**  **MS-GS** | L’enseignant présente la photo d’un animal à un enfant qui doit le mimer aux autres participants pour le faire deviner. (mise à disposition de cartes pour un usage en autonomie) |
| **Jeu du miroir** | Jeu 2 par 2, en face à face (2m). Réaliser un marquage au sol pour indiquer leur place aux enfants. Le premier débute des mouvements très lents. L’autre l’imite en faisant les mêmes gestes, comme dans un miroir. Alterner les meneurs. (Peut se mener en classe pour faire bouger légèrement aussi). |
| **On n’est pas des poupées, on n’est pas des pantins** | L’enseignant dispose d’une poupée articulée (type poupée mannequin, pantin à élastiques, mannequin articulé pour le dessin…). Il fait prendre au mannequin des positions et demande aux élèves s’ils pensent qu’elles sont réalisables pour un être humain. Les élèves vérifient par essai erreur en essayant d’imiter la poupée. S’ils jugent la position irréalisable, il faudra qu’ils argumentent. |
| **Yoga des yeux**  **Concentration** | Assis à sa place : fermer les paupières en serrant bien (l’enseignant compte lentement jusqu’à 10 et fait les mêmes mouvements) puis écarquiller les yeux (comme une grenouille (10”). Suivre une mouche virtuelle avec les yeux en faisant une croix  sans bouger la tête (haut-bas, droite-gauche: 10”) , en faisant un 8 couché dans la pièce (l’enseignant aide en disant : elle monte au plafond, elle redescend le long de la fenêtre…10”). |
| **Danse** | Musique dans la cour et on danse loin l’un de l'autre (marquage au sol ou cerceaux) |
| **Danse statue** | On met de la musique et les enfants dansent sur le rythme. Lorsque la musique s’arrête, les enfants doivent s’asseoir. |
| **Chasse au trésor** | Donner une barquette à chaque enfant et des photos d’éléments naturels à récolter lors de la récréation.  Variante : création ou reproduction d’un modèle en land’art |
| **Bouger comme…** | Plusieurs lignes parallèles sont tracées dans la cour en respectant 1m50 d’espace entre elles pour matérialiser des « chemins » à suivre par les enfants. Au signal donné par l’enseignant, les enfants se déplacent « jusqu’au bout du chemin » en :   * sautant comme un lapin (petits sauts) * sautant comme un kangourou (grands sauts) * galopant comme un cheval * marchant comme une girafe (sur la pointe des pieds) * marchant comme un pingouin (pieds collés) * marchant comme un crabe (sur le côté)…   Matériel : cartes avec le dessin de l’animal sur chaque chemin  Variante : Faire la course. |
| **Course de pingouins** | Plusieurs lignes parallèles sont tracées dans la cour en respectant 1m50 d’espace entre elles pour matérialiser des « chemins » à suivre par les enfants. Chaque enfant met un objet entre les deux jambes (objets personnels dans ce cas : mitaines, tissu, etc.). Les enfants doivent maintenir cet objet jusqu’au bout du chemin.  Variante : on peut répéter la course en demandant à l’enfant de tenir l’objet sur sa tête, entre les genoux, avec les coudes.. etc. |
| **Le jeu des pays** | Tracer au sol des zones présentées comme des « pays » et dans chacune d’entre elles, réaliser un marquage individuel pour indiquer aux enfants une place possible. Présenter aux enfants les différents « pays » et faire correspondre une action à chaque pays *(« dans ce pays, on saute à pieds joints, dans ce pays, on saute à cloche pied... »*) Les enfants se déplacent en marchant dans les différentes zones. Au signal, ils rejoignent une place et effectuent l’action motrice correspondant à la zone sur laquelle ils se trouvent.  Remarque : l’utilisation de photos-actions est judicieuse pour aider les enfants à se rappeler des actions à effectuer dans les différentes zones. |
| **Jeu des couleurs** | Plusieurs lignes parallèles sont tracées dans la cour en respectant 1m50 d’espace entre elles pour matérialiser des « chemins » à suivre par les enfants. L’enseignant explicite le codage des déplacements à l’aide de cartes bien visibles par tous les enfants.  -couleur vert : on avance à pas de géant ;  -couleur jaune : on avance à pas de souris ;  -couleur rouge : on reste immobile (statue), si on bouge on retourne au point de départ.  Le premier sur la ligne d’arrivée gagne. |
| **Course à obstacles** | Créer un parcours que les enfants doivent suivre, en sautant ou sans toucher les obstacles (cônes, tracés au sol…). |
| **Parcours de roule** | Créer un parcours que les enfants effectuent avec un engin roulant : ils doivent conserver le même engin pendant toute la récréation (prévoir une désinfection avant changement de groupe) |
| **Marelle** | Dessiner plusieurs marelles à la craie. Réaliser un marquage au sol pour matérialiser les places des observateurs. Expérimenter le jeu.  **Matériel :**   * des craies pour tracer les marelles. * Quelques jetons à chaque enfant (une couleur différente pour ceux jouant sur la même marelle).  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | |  |  |  |  | |  |  | |  | |  |  |   Les enfants sont par groupes de 4. Chaque groupe a une marelle.  Les enfants sautent à tour de rôle à pieds joints dans les cases de la première à la dernière.  Lorsqu’ils ont réussi sans toucher les bords des cases, ils choisissent une case, déposent leur jeton dessus. Désormais, elle leur appartient et les autres doivent passer au-dessus.  Le jeu s’arrête quand on n’arrive plus à sauter. Celui qui a le plus de cases prises a gagné.   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | |  |  |  |  |  |  |   Marelle en rectangle jours de la semaine : |
| **Le passe rivière** | **Matériel :**  Deux ou plusieurs couloirs de course (qui peuvent être matérialisés par des cordes ou du ruban de chantier) de 10 à 20 mètres de long.  Dans chaque couloir, trois rivières tracées (bandes de 30 cm de large environ). Une ligne de départ, une ligne d’arrivée.  **Description :**  Les coureurs doivent parcourir la distance le plus rapidement possible en évitant de poser le pied dans les rivières. |
| **Le nombre appelé-échangé** | Les joueurs formant un grand cercle (placer des coupelles espacées d’1,50m), face à l’intérieur, sont numérotés. Un joueur désigné se place au centre et appelle deux numéros. Les intéressés doivent immédiatement permuter.  Le joueur du centre en profite pour prendre une des deux places. Le joueur devenu sans place se met au centre et appelle à son tour deux nouveaux numéros.  *Conseils pour la maternelle :*  *1°) Les joueurs sont d’abord appelés par leur prénom. On dispose des dalles en mousse au sol afin que les enfants retrouvent les places libérées.*  *2° ) Puis, les joueurs portent des badges représentant des animaux :*  - *Montrer les dessins des animaux concernés reproduits en gros tout en appelant****.*** |
| **Grand-mère aimes-tu ?** | Dispositif :  Le joueur qui fait la grand-mère est situé à 10 m des autres joueurs disposés en ligne et espacés d’1,50m).  But : Arriver le 1er à la grand-mère pour la remplacer.  Règle :  Les joueurs interrogent à tour de rôle la grand-mère :  Grand-mère aimes-tu ? Oui mon enfant ? Combien de pas ? Un pas de géant / Deux pas de fourmi / Trois sauts de puce / Etc ….  *Sans toucher la grand-mère bien sûr !* |