

# Des jeux de cour dans les pôles d'accueil

De la maternelle au CM2



Situations à destination des enseignants volontaires afin de favoriser l'activité physique des enfants

# Récréations :

Ressource USEP avec quelques jeux utilisables (jeu d'antan, jeux d'enfants) : [lien](#)

- Autant que possible faire respecter les distances de sécurité lors des jeux extérieurs et intérieurs.
- Les jeux de ballons à main et les jeux impliquant le passage d'objets de main en main sont proscrits.
- Groupe inférieur à 10 élèves

K. Benmiloud  
Recteur de l'académie de Clermont-Ferrand

Cette réflexion sera donc identique pour les activités physiques proposées hors récréation.

Quelles activités peut-on alors proposer ?



Activité individuelle avec objet  
Activité à plusieurs avec objet

Activité individuelle sans objet  
Activité à plusieurs sans objet

Les objets doivent être individualisés. Ils peuvent être personnels (simplifie l'entretien). Voir les NB.

# Activités individuelles avec objet

## Engins roulants

Sur circuit ou sur parcours aléatoire selon le nombre d'engins :

- Réaliser un circuit sans toucher les objets jonchés sur le sol
- Réaliser un circuit sans poser le pied au sol
- Réaliser un circuit aussi rapidement que possible



NB :

- Un engin roulant attribué à un enfant.
- Les engins roulants seront désinfectés après utilisation.
- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ décalé.

## Jeu de croquet

Sur circuit ou sur parcours aléatoire selon le nombre d'enfants :

- Réaliser un circuit sans toucher les objets jonchés sur le sol
- Réaliser un circuit aussi rapidement que possible
- Réaliser un circuit en contactant la balle le moins de fois possible



NB :

- Une crosse et une balle attribuées à un enfant.
- Le matériel sera désinfecté après utilisation.
- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ décalé.

## Jeux de billes

Sur circuit ou sur parcours aléatoire selon le nombre d'enfants :

- Réaliser un circuit sans toucher les objets jonchés sur le sol
- Réaliser un circuit aussi rapidement que possible
- Réaliser un circuit en contactant la bille le moins de fois possible



NB :

- Une ou deux billes attribuées à un enfant.
- Le matériel sera désinfecté après utilisation.
- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ différé.

## Château de sable

- Construire un château ou un édifice dans le bac à sable de l'école
- Procéder à un vote (en fonctions de critères définis préalablement)



NB :

- Le matériel utilisé sera désinfecté après utilisation.
- Peut aussi se faire sans objet.

# Activités individuelles avec objet

## Saut à la corde

Définir un espace du rayon de la corde :

- Réaliser des figures différentes (type de saut)
- Réaliser le plus de sauts possible



NB :

- Les objets seront désinfectés à chaque utilisation.
- Une corde est attribuée à un enfant.

## Balle au mur

Lancer contre le mur et faire des figures (des 2 mains, sur un pied puis l'autre, en frappant dans les mains...)



NB :

- Une balle de tennis attribuée à l'enfant.
- Les objets seront désinfectés à chaque utilisation.
- Figures avec balle en l'air (préalable au jonglage)
- Voir USEP « Jeux d'antan, jeux d'enfants »

## Jonglage

Avec un deux ou trois objets.

Voir tutoriels au lien suivant : [http://www.ac-clermont.fr/fileadmin/user\\_upload/DSDEN-03/Action\\_educative/Ressources\\_pedagogiques/EPS/accueil/EPS\\_%C3%A0\\_la\\_maison\\_Allier.pdf](http://www.ac-clermont.fr/fileadmin/user_upload/DSDEN-03/Action_educative/Ressources_pedagogiques/EPS/accueil/EPS_%C3%A0_la_maison_Allier.pdf)



NB :

- Fabriquer du matériel de manière à l'individualiser.
- Attention à éviter les échanges.
- Prendre suffisamment de distance entre les pratiquants.

## Jeux de cerceaux

Avec un ou deux cerceaux :

- Réaliser des figures en faisant tourner le cerceau sur des parties de son corps
- Faire rouler un cerceau (avec un bâton) sur un circuit



NB :

- Les objets seront désinfectés à chaque utilisation.
- Les cerceaux seront attribués à chaque enfant.

# Activités individuelles avec objet

## Le ballon dans les airs

À l'extérieur ou à l'intérieur, l'enfant garde un ballon de baudruche constamment dans les airs en le frappant avec ses mains ou avec une frite de piscine coupée en deux. Combien de temps parviendra-t-il à garder le ballon dans les airs ?



NB :

- Les ballons seront jetés à la fin.
- Une demi frite est attribuée à chaque enfant.

## Course avec un moulin ou un ruban

Faire tourner le moulin à vent en papier en courant.  
Inventer des mouvements avec un ruban en tournant et courant.



NB :

- Chaque enfant a fabriqué son moulin à vent.
- La course peut aussi se faire avec un ruban de type gymnastique rythmique.

## Osselets

Manipulation seul en suivant des règles de jeu précises :  
Ajouter la présence d'un observateur juge dans l'étape ultime.



NB :

- Un jeu d'osselets fabriqué par l'enfant et lui appartenant.
- Un observateur peut être ajouté (à distance).
- Voir USEP « Jeux d'antan, jeux d'enfants »

# Activités à plusieurs avec objet

Voir aussi les activités « jeu de croquet », « jeux de billes » et « engins roulants » (pages précédentes)

## Jeux de boules

Faire une partie contre un autre enfant.

- Avec règle commune du jeu



NB :

- Chaque enfant a son jeu de boules.
- Le matériel sera désinfecté après utilisation.
- L'attente se fait à une distance déterminée et le ramassage se fait de manière alternée.

## Le pousse palet

Faire une partie contre un autre enfant. Pousser le palet avec le pied en sautant sur un pied sur un circuit plus ou moins difficile.

- Le premier à réaliser le parcours et à envoyer son palet au but : départ simultané
- En alternance, le premier à arriver au but.
- Changer de pied pousseur



NB :

- Chaque enfant a son palet.
- Le matériel sera désinfecté après utilisation.
- L'attente sur le circuit se fait à une distance déterminée.

## Le jeu de l'hélicoptère

Un enfant fait tourner une corde à sauter sur le sol en la tenant par une extrémité ; l'autre enfant doit sauter par-dessus sans la toucher. Inverser les rôles pour que chacun fasse tourner la corde.



NB :

- Les enfants ont une corde chacun.
- Le matériel sera désinfecté après utilisation.

# Activités à plusieurs avec objet

Voir aussi les activités « jeu de croquet », « jeux de billes » et « engins roulants » (pages précédentes)

## Jeu du béret

Faire tomber un objet à l'aide d'un bâton personnel avant son adversaire lorsque son numéro est annoncé :

- Départ face à face
- Départ côte à côte

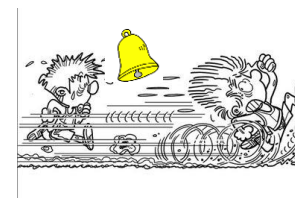


NB :

- Chaque enfant a son bâton.
- Le matériel sera désinfecté après utilisation.
- L'attente se fait à une distance déterminée.
- Le ramassage de l'objet tombé sera fait par une seule personne désignée.

## Jeux de relais

À plusieurs sans se toucher ni transmettre un objet mais avec chacun un objet qui produit un bruit déclencheur en le contactant sur un autre support (cloche contactée avec un bâton).



NB :

- Chaque enfant a son bâton.
- Le matériel sera désinfecté après utilisation.
- L'attente sur le circuit se fait à une distance déterminée.

# Activités individuelles sans objet

Autres inspirations dans le document « Pour une motricité accomplie » : [lien](#)

## Marelles

Faire tracer une marelle avec une craie :

- Réaliser la marelle par enchainement de sauts
- Réaliser une marelle en désignant la case à ne pas prendre
- Réaliser une marelle en imposant le type de saut (un pied ou deux...)



NB :

- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ alterné.
- Inventer des marelles différentes.
- Voir USEP « Jeux d'antan, jeux d'enfants »

## Parcours

Préparer un parcours plus ou moins complexe :

- Réaliser un parcours en le mémorisant
- Réaliser le parcours sans erreurs (pas d'oubli ni de chute d'objets)
- Réaliser un parcours chronométré



NB :

- Les objets ici ne sont en principe pas touchés par les enfants.
- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ alterné.

## Orientation

Avec une carte de la cour d'école, retrouver les codes cachés et les écrire sur sa carte.

Variante : aller chercher de mémoire le code inscrit sur une carte qui reste sur la table (se rappeler du code ou l'écrire sur sa propre fiche réponse).



NB :

- Les codes ici ne sont en principe pas touchés par les enfants.
- Cette activité peut aussi se faire collectivement sous forme de défi en gardant le principe d'un départ alterné.
- Voir USEP « Jeux d'antan, jeux d'enfants »



# Activités à plusieurs sans objet

Voir aussi les activités  
« marelles », « parcours » et  
« orientation » (page précédente)

## Mimes

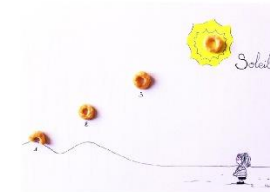
Jeu du chef d'orchestre : l'enfant mime ou dirige les gestes qui doivent être exécutés par l'autre.  
Faire découvrir une action, un animal...



NB :

- Les enfants ont une place et miment de leur endroit.
- L'adulte tire au sort des situations.

## Roi du silence 1, 2, 3 Soleil Jacques a dit



NB :

- Les enfants prennent une distance minimale entre chacun.
- Intégrer des jeux d'équilibre et/ou d'expression (statue spéciale).
- Voir USEP « Jeux d'antan, jeux d'enfants »

## Danses

Préparer un enchaînement dansé type flash mob (voir tutoriel dans le document suivant : [http://www.ac-clermont.fr/fileadmin/user\\_upload/DSDEN-03/Action\\_educative/Ressources\\_pedagogiques/EPS/accueil/EPS\\_%C3%A0\\_la\\_maison\\_Allier.pdf](http://www.ac-clermont.fr/fileadmin/user_upload/DSDEN-03/Action_educative/Ressources_pedagogiques/EPS/accueil/EPS_%C3%A0_la_maison_Allier.pdf))



NB :

- Les enfants ont une place définie et suffisamment espacée des autres.
- L'adulte peut guider l'apprentissage qui sera conçu sous forme d'une reproduction et d'une répétition de mouvements.

## Jeu des 4 coins

4 coins sont désignés : 4 arbres, 4 ronds dessinés par terre à la craie ou avec un bâton... Au centre, on dessine également un cercle.

Un joueur est désigné pour rester au centre. Les autres joueurs se répartissent les coins. Quand le joueur placé au centre donne le signal, les 4 autres joueurs changent de place et celui qui est resté au centre essaie de se placer sur l'un des coins. Celui qui se retrouve sans coin perd et prend la place au centre du carré.



NB :

- Pour éviter les contacts, le joueur qui met le premier son sac de sable dans le cercle est gagnant (les joueurs n'entrent pas dans le cercle du coin). Tracer une ligne à un mètre avant le cercle pour s'arrêter et lancer.
- Il est possible de réaliser ce jeu avec plus de coins.