

● FICHES D'ACTIVITÉS POUR DES RÉCRÉATIONS EN RESPECTANT LA DISTANCIATION
SOCIALE

***** Veuillez lire les autres activités avant d'en ajouter pour éviter de se répéter.
Inscrivez le nom du jeu et une description du déroulement****

NOM DE L'ACTIVITÉ	DÉROULEMENT
Danse statue	On met de la musique et les enfants dansent sur le rythme. Lorsque la musique s'arrête, les enfants doivent cesser de bouger. Le meneur du jeu observe et doit retirer ceux qui bougent.
<u>Pas de géant</u>	Les enfants se trouvent sur une ligne de départ. Le meneur du jeu présente des énigmes sur des fiches ou peut créer une devinette (objet qu'il observe). Les enfants tentent de trouver la réponse. L'enfant qui a la bonne réponse avance d'un pas. Le premier qui arrive à la ligne d'arrivée gagne. ● alternative : avancer à pas de grenouille, saut de lapin, position de tortue... ● alternative : au lieu des devinettes, on peut nommer des catégories qui permet à l'enfant d'avancer. (par exemple : les personnes qui portent du bleu, les personnes qui ont des lunettes, les personnes qui ont des bottes avec des motifs, etc.). Les enfants qui correspondent à l'énoncé peuvent avancer.
<u>Chasse au trésor</u>	Donner des listes aux enfants à chercher lors de la récréation. (Objet commençant par une lettre, objet d'une couleur, catégorie d'objet)
Faire des mimes	La devinette se trouvant sur des cartons que le meneur de jeu présente à la personne qui doit mimer aux autres participants
Sports : Yoga , camp d'entraînement, karaté, zumba, danse	Faire appel aux forces des enseignants (plusieurs ont déjà donné d'autres cours avant)
Chanson à répondre	- Je m'en vais chasser le lion... - Boom... - Thumbs UP - La chanson du soleil (soleil, soleil, montre tes rayons...) - Ceux qui aiment le soleil tape des mains...
Chef d'orchestre	Les enfants sont placés en cercle. Une personne quitte le cercle. On désigne un chef d'orchestre. Il fait des gestes et les autres enfants doivent l'imiter. La personne revient et elle a 3 tentatives pour trouver le chef d'orchestre. J

Jean dit...	Le meneur de jeu nomme 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.
Course de pingouins	Les enfants se trouvent sur une ligne de départ. On met un objet entre les deux jambes (objets personnels dans ce cas : mitaines, tissu, etc.). Les enfants doivent maintenir cet objet en se déplaçant vers la ligne d’arrivée. *Alternative : on peut répéter la course en demandant à l’enfant de tenir l’objet sur sa tête, entre les genoux, avec les coudes.. etc.
Splash Catégories	Basé sur le jeu du Cowboy, un cercle est formé avec un maître du jeu au centre. Ce dernier nomme une catégorie (ex. : fruit, couleur, sport) et pointe une personne qui doit se pencher et les deux membres de chaque côté doivent répondre le plus rapidement un mot correspondant à la catégorie.
Le détective	Le meneur de jeu décrit une personne ou un objet qu’elle voit. Les enfants tentent de le deviner.
Course des animaux	Effectuer une course sur un terrain délimité et demander aux enfants de se déplacer de différentes façons. Exemples : - ramper comme un crabe - sauter comme un lapin (petits sauts) - sauter comme un kangourou (grands sauts) - galoper comme un cheval - marcher en girafe (sur la pointe des pieds) - Marcher comme un pingouin (pieds collés) - Voler comme un oiseau (battre des ailes) ** faire une démonstration avant pour les enfants** Alternative : montrer des images (affiches des animaux)
Les mots magiques	Le meneur du jeu présente un mot sur un carton/affiche à un élève. Il doit faire deviner ce mot aux autres enfants en créant les lettres de l’alphabet avec son corps. (choisir des mots courts)
Police - voleur	Les enfants sont placés en cercle (2 mètres de distance). Ils ont les yeux fermés et le meneur utilise un bâton ou un objet pour toucher les enfants. Les enfants chantent “ une tape la police, deux tapes le voleur” à répétition. Une fois que le maître du jeu a terminé, il mentionne aux enfants d’ouvrir les yeux. - Le voleur fait un clin d’oeil aux autres joueurs. Les joueurs qui reçoivent un clin d’oeil doivent se coucher sur le sol. La police tente de trouver le voleur parmi les joueurs. • Alternative : il est possible de jouer debout (lorsque les

	joueurs reçoivent un clin d'oeil, ils peuvent simplement reculer d'un pas) Alternative : il est possible de jouer avec des grimaces à la place du clin d'oeil (certains enfants ne sont pas capables de faire un clin d'oeil).
Cloche pied GÉANT	Si les accessoires sont permis*** (seul le maître du jeu manipule l'objet) Les élèves sont placés debout en cercle. Le maître du jeu se place au centre. Il doit utiliser une corde à danser et tourner la corde sur le sol. Les enfants doivent sauter pour l'éviter. Lorsqu'un joueur s'accroche les pieds dans la corde, le joueur doit se retirer.
Corde à sauter	On attache l'extrémité d'une longue corde à danser à un poteau. On tourne nous-même la corde pendant que les élèves tentent de passer un après l'autre.
Marelle	Dessiner plusieurs marelles à la craie et les expérimenter. Une craie par élève donnée au préalable dès le retour.
Course à obstacles	Créer un parcours que les enfants pourront parcourir à la course, en sautant ou en rampant sans avoir à toucher aux objets (cônes, tracés au sol).
Jeu du miroir	2 par 2, en face à face (2m). Le premier débute des mouvements très lents. L'autre l'imité en faisant les mêmes gestes, comme dans un miroir. Alternier les meneurs. (Super en classe pour faire bouger légèrement aussi).
« Entraînement » par intervalles	Un parcours du type : dans la 1re zone tu fais 10 push-up Dans la 2e zone tu fais 5 jumping jacks...
Danse	Musique dans la cour et on danse loin l'un de l'autre.
Tic Tac Toe humain	Reproduire les cases avec des cerceaux ou avec des craies au sol. Former 2 équipes et chacune se choisit une couleur ou un nom. Chaque joueur doit courir pour aller déposer un dossard où se placer (sans matériel) dans une case afin de former un Tic Tac Toe.
4 coins	Si vous avez des zones pour jouer au ballon chasseur, réutiliser l'emplacement. Sinon, dessiner un grand rectangle, séparer au milieu, et séparer à chaque extrémité. Chaque enfant se place à un "sommet". Un sommet doit être vide. Un enfant est le chasseur de sommets et se place au centre du jeu. Les enfants doivent changer de place aux 10 secondes, à l'aide d'un contact visuel avec un joueur. Le chasseur doit voler un sommet lors d'un déplacement. Le joueur qui s'est fait voler un sommet devient le chasseur.

organisation générale	En AM 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 corridors de l'école. On aura ainsi moins d'élèves dans la cour et dans les corridors.