



DESTINATAIRE  
**Animateur**

PUBLIC  
**À partir  
de 3 ans**

THÈME  
**Jouer**

## Les défis de « L'Original Express »

**Rien de tel que quelques défis pour initier le mouvement et les jeux sportifs dès le plus jeune âge ! Peu importe l'espace ou le matériel à votre disposition, ces propositions sont adaptables à vos réalités de terrain.**

- Les Jeux Originaux diffusent, dans les fiches publiées dans *Le Journal de l'Animation*, et de manière plus générale, des ressources permettant de donner le plaisir de bouger tout au long de la vie et cela, dès la petite enfance. Il est important de pouvoir proposer des situations simples et réalisables par tous et partout. Courir, sauter, ramper, lancer, attraper... tant de notions à travailler avec les plus jeunes.
- Les équipes d'animation ont une importance capitale dans le parcours de vie d'un enfant en matière d'activité physique. Grâce à elles, certains d'entre eux découvrent des jeux, des sports et s'initient à l'activité physique, car trop d'enfants ne bougent pas assez aujourd'hui et mettent ainsi en danger leur santé.

– **au verso**, un QR code renvoie vers une vidéo de démonstration avec du public et des explications sur les mouvements à réaliser. Ainsi, vous n'aurez plus qu'à décider du défi que vous souhaitez proposer.

### Comment utiliser les cartes ?

• Rien de compliqué ! L'animateur demande à un enfant de tirer une carte au hasard pour connaître le jeu à réaliser. Ensuite, soit l'animateur lance le jeu directement, soit il flashe le QR code et regarde la vidéo avec les enfants pour leur expliquer les règles. On utilisera cette possibilité seulement avec des enfants de plus de 3 ans et avec parcimonie, sachant que les autorités de santé recommandent de ne pas exposer les enfants aux écrans avant l'âge de 3 ans.

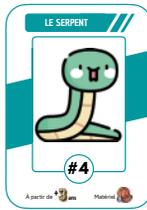
### Les cartes de jeu

- Tous les jeux présentés ici ont la particularité de constituer un jeu de cartes évolutif. Toutes les cartes sont téléchargeables gratuitement dans la description de chaque vidéo. Cette fiche vous invite à découvrir six premières cartes.
- Tout d'abord, concernant le visuel :
  - **au recto**, figure le nom du jeu, une icône pour faire travailler l'imaginaire des enfants sur l'action à réaliser, l'âge à partir duquel le défi est réalisable et le matériel nécessaire. Pour ce dernier point, il ne peut y avoir que deux cas de figure : un pictogramme avec du matériel barré qui signifie « pas besoin de matériel », et un autre pictogramme qui signifie que vous aurez besoin de matériel classique (plots, ballons, chasubles, cerceaux...).

### Les jeux

#### Le serpent

- **Vidéo :** <https://youtu.be/oPGC99P0rJw>
- **Matériel nécessaire :** des cordes.
- **Les règles :** composer des binômes dont l'un des joueurs a dans sa main une corde. Il marche dans l'espace de jeu en créant un mouvement d'ondulation avec celle-ci pour reproduire le déplacement du serpent. Le joueur sans la corde suit son binôme pour tenter de mettre le pied sur le bout de la corde pour arrêter la progression du serpent.





### Le GPS

- **Vidéo :** <https://youtu.be/Ki0IQVuxoa0>
- **Matériel nécessaire :** rien du tout.
- **Les règles :** les joueurs doivent réaliser les actions données par l'animateur du jeu. Ils forment une ronde en étant accrochés les uns aux autres bras dessus, bras dessous ou en se donnant la main.



- **Les actions possibles :**
  - devant : tout le monde réalise un pas vers l'avant ;
  - derrière : tout le monde réalise un pas vers l'arrière ;

- droite : tout le monde réalise un pas vers la droite ;
- gauche : tout le monde réalise un pas vers la gauche.



### Le cerceau pilote

- **Vidéo :** [https://youtu.be/DTnK\\_UacIYg](https://youtu.be/DTnK_UacIYg)
- **Matériel nécessaire :** des cerceaux.



- **Les règles :** composer des équipes de 4 joueurs au maximum qui seront réparties sur une largeur de terrain. 2 joueurs se placent à l'intérieur du cerceau : celui en première position (le pilote) emmène à l'opposé du terrain le joueur en seconde position (le passager). Arrivé de l'autre côté, le pilote sort du cerceau et laisse sa

place au passager qui devient pilote. Il se rend au point de départ pour amener avec lui un nouveau joueur.



### Le volant

- **Vidéo :** [https://youtu.be/RI2IZ7\\_zi78](https://youtu.be/RI2IZ7_zi78)
- **Matériel nécessaire :** des cerceaux, des chaises ou bancs.



- **Les règles :** installer les joueurs sur une chaise ou un banc avec devant eux un cerceau posé au sol. Tracer un repère sur le cerceau à l'aide d'une craie ou d'un feutre effaçable : il aidera à comptabiliser le nombre de tours réalisés. À l'aide des pieds, faire tourner le cerceau sur lui-même pour effectuer le maximum de tours.

### La grenouille

- **Vidéo :** <https://youtu.be/Oxc20FODy8g>
- **Matériel nécessaire :** des cerceaux.
- **Les règles :** donner un cerceau à tous les joueurs présents. Ils placent les deux pieds dans le cerceau pour s'accroupir puis, à l'aide des deux mains, le font passer au-dessus de la tête pour sauter comme une grenouille dans le cerceau. Renouveler l'opération plusieurs fois.



### La toupie

- **Vidéo :** <https://youtu.be/m6jTOLCdvFg>
- **Matériel nécessaire :** des cerceaux.

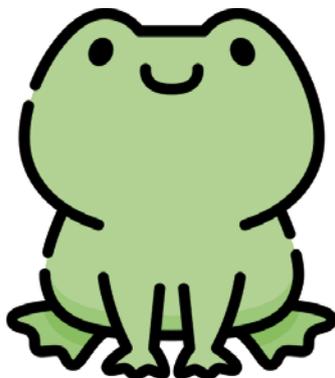


- **Les règles :** composer des binômes. Les joueurs sont face à face à quelques mètres de distance l'un de l'autre. Quand ils le souhaitent, ils vont faire tourner leur cerceau sur la tranche et se diriger à l'opposé du terrain pour attraper l'autre cerceau avant qu'il ne tombe au sol.

### Des défis

- Pour l'ensemble des jeux présentés, c'est à l'animateur de proposer les défis qui seront adaptés aux caractéristiques des participants. Cela peut être un nombre d'allers-retours à réaliser, une distance à parcourir, un nombre d'échanges à effectuer... tout est possible et dépend de votre imagination ! Les enfants peuvent aussi être sollicités pour faire des propositions : s'ils sont partie prenante de la réflexion, ils seront encore plus investis dans la pratique que vous allez mettre en place. ▶

## LA GRENOUILLE



#1

À partir de **+3** ans

Matériel 

## L'ORIGINAL EXPRESS

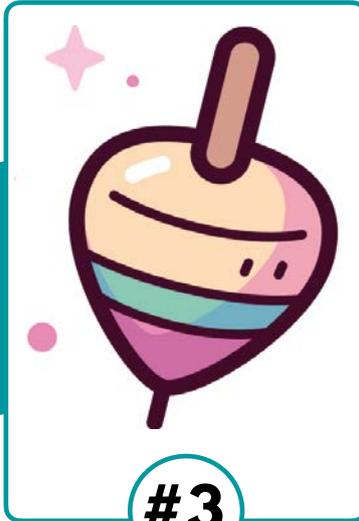


Scannez-moi 

pour relever le **défi**  
du **mouvement** !



## LA TOUPIE



À partir de **+3** ans

Matériel 

## L'ORIGINAL EXPRESS



Scannez-moi 

pour relever le **défi**  
du **mouvement** !



## LE CERCEAU PILOTE



#5

À partir de **+3** ans

Matériel 

## L'ORIGINAL EXPRESS



Scannez-moi 

pour relever le **défi**  
du **mouvement** !



## LE GPS



#6

À partir de **+3** ans

Matériel 

## L'ORIGINAL EXPRESS

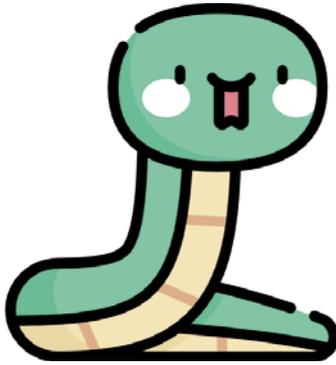


Scannez-moi 

pour relever le **défi**  
du **mouvement** !



## LE SERPENT



#4

À partir de **+3** ans

Matériel

## L'ORIGINAL EXPRESS



Scannez-moi

pour relever le **défi**  
du **mouvement** !



## LE VOLANT



#2

À partir de **+3** ans

Matériel 

## L'ORIGINAL EXPRESS



Scannez-moi 

pour relever le **défi**  
du **mouvement** !

