



# LES COUPELLES



Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

**Variables**

- ◆ Varier les déplacements : en marchant, en courant, en courant vite, en déplacement latéral (pas chassés), en marche arrière
- ◆ Varier les formes de sauts : à cloche-pied, pieds joints, en enchaînant pieds joints et un pied en alternance, à cloche-pied en alternance, en jamber, sauter loin, sauter haut, sauter de côté
- ◆ A deux

**Inclusion**

- ◆ Les consignes peuvent être énoncées par l'ensemble des élèves.
- ◆ Les élèves malvoyants peuvent être guidés par leurs camarades.

**Consigne**

- ◆ « Au signal, déplacez-vous en marchant. »
- ◆ « A chaque coupelle, sautez à cloche-pied. »

**Matériel**

- ◆ Un jeu de 40 coupelles
- ◆ Un sifflet
- ◆ Un chronomètre

# LES COUPELLES





# LE JEU DE LA LETTRE



Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

◆ Pour les élèves malvoyants : guider le geste du tracé de la lettre.

## Inclusion

◆ Variable support : varier les lettres ou aller jusqu'à l'écriture d'un mot dans les airs.

◆ Variable relation : se déplacer en répétant le tracé de la lettre.

◆ Variable temps : accélérer ou ralentir le mouvement.

◆ Variable espace : se déplacer en dessinant la lettre.

◆ Variable corps : varier les différentes parties du corps pour dessiner la lettre.

## Variables

« Choisir une lettre de son prénom et la dessiner en l'air avec toute la main. »

## Consigne

◆ Aucun ou un objet sonore si besoin

## Matériel

# LE JEU DE LA LETTRE





# A L'ÉLASTIQUE !



Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

- ◆ Un joueur ayant un handicap moteur, peut être le meneur et/ou l'arbitre.
- ◆ Un joueur malvoyant pourra jouer en binôme : on pourrait pratiquer de cette façon avec tous les élèves.

## Inclusion

- ◆ Le signal de sortie peut être donné par un seul joueur.
- ◆ On peut imposer un nombre de sauts.

## Variables

Les joueurs sont au centre de l'élastique . Après avoir choisi un nombre qu'ils énoncent à haute voix, ils doivent en sortir en saut. Le dernier sorti est éliminé.

## Consigne

- ◆ Un grand élastique tendu par quelques joueurs

## Matériel

# A L'ÉLASTIQUE !





# LIEVRES ET TORTUES



Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Un élève avec des difficultés de repérage dans l'espace peut être guidé par un camarade, très proche, l'un derrière l'autre, en attrapant une corde de part et d'autre.

## Inclusion

Changer de meneur de jeu

◆ Identifier 2 consignes différentes en même temps: 1 coup de sifflet pour demi-tour, 2 coups de sifflet pour accélérer...

## Variables

Trotter et à chaque coup de sifflet, respecter la consigne annoncée par le meneur de jeu:

◆ Aller de plus en plus vite, de plus en plus lentement, changer de direction, s'immobiliser...

## Consigne

◆ Un sifflet

◆ Le mobilier de la cour

## Matériel

# LIEVRES ET TORTUES





# 1 000 KILOMETRES A PIED



Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

◆ Guider l'élève malvoyant.

◆ Compter les tours réalisés par les élèves à mobilité réduite

## Inclusion

◆ Réaliser le défi en récitant une poésie, une leçon, une chanson

◆ Réaliser le défi en tréfilant ou en courant

◆ Demander aux élèves de marcher par 2 ou 3

◆ Varier les distances du défi

## Variables

Cumuler les distances marchées par les élèves et les inscrire jusqu'à obtention de 1000 kms.

## Consigne

◆ Un affichage

la cour.

◆ Un parcours de marche de 50, 100 ou 200 m balisé dans

## Matériel

# 1 000 KILOMETRES A PIED





# LE KILOMETRE DU JOUR

15 Minutes  
**1,2,3 Partez !**

1 tour, 2 tours, 3 tours etc...  
100 m, 200 m, 300 m etc...

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

**Inclusion**

- ◆ Compter les tours réalisés par les élèves en chaise roulante
- ◆ Guider les élèves malvoyants

**Variables**

- ◆ Peut se faire en relais
- ◆ Varier les distances de course
- ◆ Modifier la distance du défi

**Consigne**

Courir quelques minutes en relais afin de parcourir 1000 m en cumulant les distances et les inscrire jusqu'à obtention de 1000 m.

**Matériel**

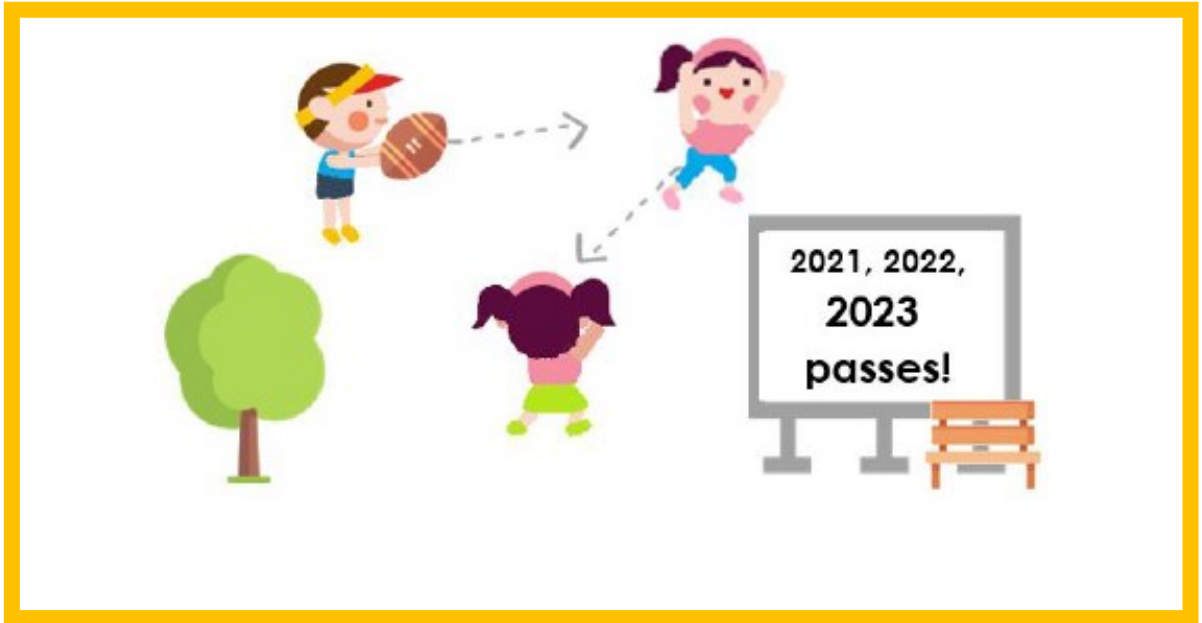
- ◆ Un chronomètre
- ◆ Un parcours balisé dans la cour

# LE KILOMETRE DU JOUR





# RUGBY « FRANCE 2023 »



Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

**Variables**

- ◆ Peut se pratiquer par plusieurs classes en additionnant le nombre de passes.
- ◆ Varier les distances entre les élèves
- ◆ Inclusion
- ◆ Ce défi peut être adapté en effectuant des passes en position assise.

**Consigne**

◆ Défi à atteindre : 2023 passes!

**Matériel**

- ◆ Ballon de rugby

# RUGBY « FRANCE 2023 »





# LE HAKA



Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

élèves déficients visuels  
Guider par la voix pour les

position assise  
Possibilité d'effectuer le Haka en

## Inclusion

de 6  
Travailler par groupe de 2, de 4,

Intégrer des musiques

Blacks (rugby)

Visionner des Hakas issus des All

dans le Haka

Imposer des figures à intégrer

## Variables

Les élèves s'essaient à créer une  
courte danse inspirée des Hakas  
maoris.

## Consigne

Aucun

## Matériel

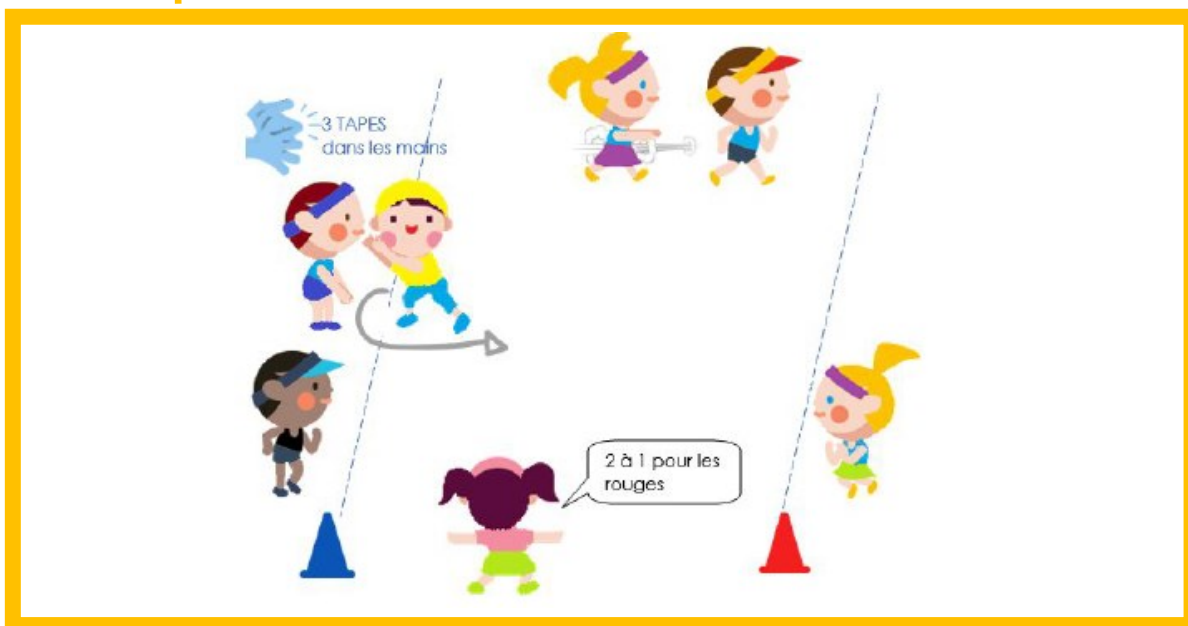
# LE HAKA







# JEU DES 3 TAPES



Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

◆ Les élèves peuvent accompagner les élèves à mobilité réduite en sautant à cloche-pied avant le départ.

## Inclusion

- ◆ Varier la distance entre les 2 équipes
- ◆ Changer les binômes
- ◆ Varier les signaux de départ
- ◆ Changer le nombre de points à atteindre pour fin de partie.

## Variations

2 équipes placées face à face, un joueur de l'équipe A vient défier son adversaire B en lui donnant 3 tapes dans la main puis il doit s'enfuir au plus vite vers son camp. Des points sont attribués à l'équipe gagnante.

## Consigne

- ◆ 2 plots de couleur différentes pour repérer les équipes

## Matériel

# JEU DES 3 TAPES





# BALLE AU DOS



Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

◆ Utiliser des balles plus grosses pour une meilleure appréhension

## Inclusion

- ◆ Changer les rôles (épaule, ventre)
- ◆ Changer la position du ballon (tête, grands pas, lent/rapide)
- ◆ Varier les déplacements (petits/ jambes...)
- ◆ Varier les formes de communication du guide (orales, par petites tapes sur épaule gauche ou droite, sur les

## Variables

Se joue à trois  
En binôme, avec un ballon coincé entre leur dos, suivre un parcours selon les consignes d'un guide.

## Consigne

- ◆ Un ballon de 20 cm diamètre environ

## Matériel

# BALLE AU DOS





# BILLES DE GOLF



Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

◆ Tracer un parcours réalisable par tous : si besoin réduire la distance

## Inclusion

- ◆ Jouer par équipes
- ◆ garder trace des résultats.
- ◆ Mètre en place un petit champignon sur plusieurs jours en
- ◆ Varier la taille des cercles
- ◆ Installer un parcours différent
- ◆ Varier le nombre de participants

## Variables

Le joueur A se place dans le cercle 1 et doit lancer doucement sa bille dans le cercle 2. Il compte le nombre d'essais pour atteindre sa cible. On change les rôles, on compte les points.

## Consigne

◆ Une craie pour tracer des cibles

◆ Une bille/enfant

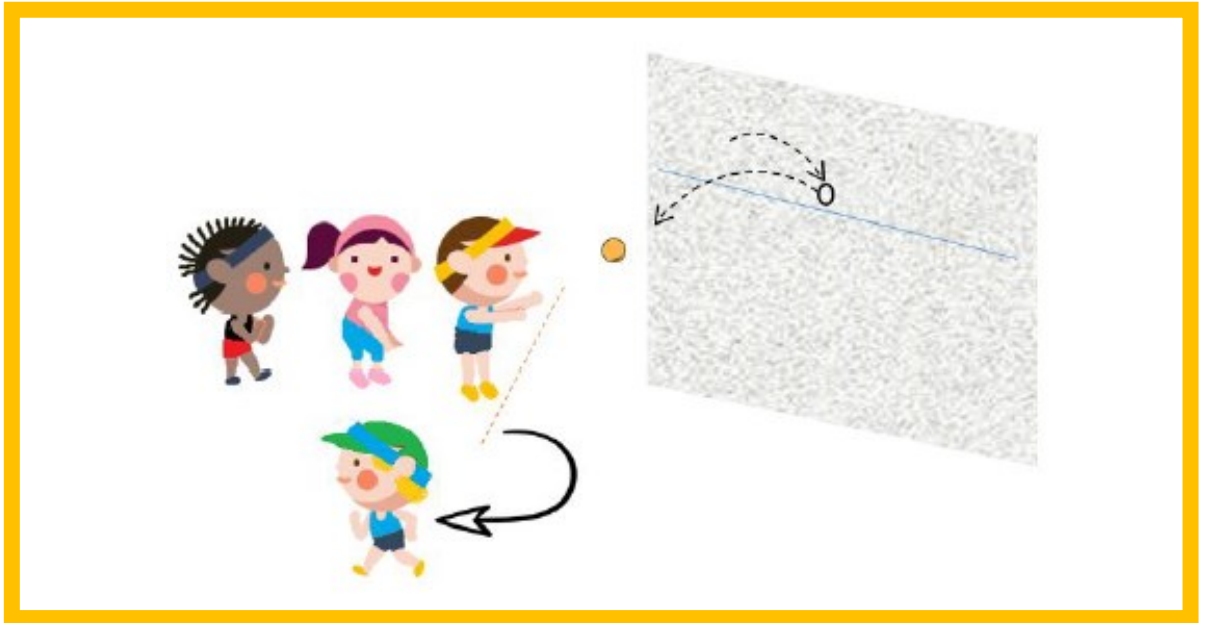
## Matériel

# BILLES DE GOLF





# BALLE AU MUR



Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

Compilation d'extraits issus de documents pédagogiques

- Variables**
- ◆ Tracer une ligne horizontale sur le mur (hauteurs différentes)
  - ◆ Varier le nombre de rebonds
  - ◆ Changer la balle en ballon.
  - ◆ Mettre en place un défi par équipe: le nombre de « passes » sans perte de ballon.
  - ◆ Faire de petites équipes afin que chacun bouge le plus possible.
- Inclusion**
- ◆ Autoriser un ou des rebonds au sol avant d'attraper la balle
  - ◆ Pour les élèves aux troubles sensorimoteurs, possibilité de lancer la balle au

Lancer et attraper à tour de rôle une balle qui rebondit sur un mur. Se placer en colonne pour jouer chacun son tour le plus rapidement possible.

## Consigne

- Matériel**
- ◆ 1 balle ou 1 petit ballon
  - ◆ 1 mur assez haut

# BALLE AU MUR

