



# **DOSSIER DE TRAVAIL POUR LA SEMAINE DE LA LAÏCITÉ**

*Cycle 3*

**FÉDÉRATION YONNE**

la ligue de  
l'enseignement

un avenir par l'éducation populaire





# Sommaire

**01**

## **Défi Alphabody**

Page 3 - 4

**02**

## **Kin - Ball**

Page 5 - 13 : Cycle complet

Page 14 - 15 : Règlement de l'activité

**03**

## **Parachute (ou grand drap)**

Page 16 - 17

**04**

## **Jeu de l'oie**

Page 19 : Règle du jeu

Page 20 : Plateau à projeter et / ou à imprimer en A3

Page 21 - 23 : Consigne exécution

Page 24 - 33 : Carte recto / verso à fabriquer

**05**

## **Jeu du domino**

Page 34 : Règle du jeu

# ***Challenge Alpha Body***

- Créer des mots en groupe en formant des lettres avec son corps
- L'objectif de ce challenge est de constituer des mots se rapportant à la laïcité.  
(Si les enfants n'ont pas d'idées, pensez à préparer un saladier rempli de mots à tirer au sort)
- Merci de prendre les enfants en photo
- Constituer un poster général avec les mots formés
- Les posters seront réutilisés sur d'autres rencontres



# ***Kin-ball***

**Dossier de 6 séances de découverte  
Règlement USEP**



## KINBALL

### Module d'apprentissage en EPS au cycle 3 :

Phases d'apprentissage	Objectifs	Séances	Situations de jeu
Entrée dans le jeu	Préparer les enfants à l'activité	<a href="#">Séance 1</a>	Situation 1 : <i>Souris-kin</i> Situation 2 : <i>Tournez-Kin</i> Situation 3 : <i>Kin nommée</i>
Situation de référence	Mettre les enfants en situation d'action complexe	<a href="#">Séance 2</a>	<b>Jouer au kinball</b> Les matériels utilisés et les espaces dans lesquels l'action se déroule doivent permettre aux élèves une évaluation immédiate du résultat de leur action : règles, limites...
Structuration des apprentissages	Manipuler le ballon	<a href="#">Séance 3</a>	Situation 1 : <i>Tomate-Kin</i> Situation 2 : <i>Le carrousel</i> Situation 3 : <i>L'épervier</i>
	Transporter le ballon/ lancer le ballon	<a href="#">Séance 4</a>	Situation 1 : <i>Ballon relais + variantes</i> Situation 2 : <i>Le mur cible + variantes</i>
	Se déplacer pour mettre en place une structure défensive	<a href="#">Séance 5</a>	Situation 1 : <i>La coupe au carré</i> Situation 2 : <i>Ateliers</i> - <i>Le boomerang</i> - <i>La grande diagonale</i>
	Jouer, réguler le jeu...	<a href="#">Séance 6</a>	<b>Jouer au kinball</b> <i>Arbitrage par les enfants</i>

## Module EPS au cycle 3 : KINBALL

### Séance 1

<i>Objectif</i>	Mise en action des élèves par le jeu
<b>Situation 1 : Souris-Kin</b>	
<i>Organisation</i>	Joueurs répartis en 2 groupe = 1/3 de chats et 2/3 de souris
<i>But du jeu</i>	Les souris sont accrochées 2 par 2 et les chats doivent les toucher en faisant rouler le ballon, elles peuvent se délivrer en touchant le ballon passant à proximité
<i>Variantes</i>	Modifier la taille du terrain, le nombre de chats, le nombre de ballons, le nombre de souris...
<b>Situation 2 : Tournez-Kin</b>	
<i>Organisation</i>	2 cercles concentriques, joueurs face à face= couloir en forme de couronne
<i>But du jeu</i>	Faire tourner le ballon au sol avec les mains sans qu'il ne sorte du couloir
<i>Variantes</i>	Faire tourner le ballon sans qu'il ne sorte du couloir en l'air avec le corps sans les mains en l'air avec les mains assis avec les pieds en l'air
<b>Situation 3 : Kin-nommé</b>	
<i>Organisation</i>	Joueurs par binôme identifié par un numéro et répartis sur un cercle Un binôme porteur du ballon placé au centre du cercle
<i>But du jeu</i>	Le binôme placé au centre appelle : <b>omnikin</b> + le n° d'un binôme et lance la balle à 4m de hauteur à la verticale puis prend la place du binôme appelé qui doit réceptionner la balle avant qu'elle ne touche le sol et ainsi de suite
<i>Variantes</i>	Le binôme qui réceptionne doit mettre un genou au sol en portant le ballon avant d'appeler un autre binôme

## Module EPS au cycle 3 : KINBALL

### Séance 2

<i>Objectif</i>	<b>Situation de référence : Jouer au Kinball</b>
<i>Organisation</i>	<p>Les matériels utilisés et les espaces dans lesquels l'action se déroule doivent permettre aux élèves une évaluation immédiate du résultat de leur action : règles, limites...</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Demi terrain de handball</li><li>- La classe est divisée en équipes de 4 joueurs</li><li>- Chaque équipe identifiée par une couleur différente (chasubles)</li><li>- Les joueurs mélangés sont répartis sur le terrain, ils sont assis ou trotinent</li></ul>
<i>But du jeu</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>- L'animateur appelle "<b>omnikin</b> + une couleur" et lance le ballon à la verticale.</li><li>- L'équipe appelée doit réceptionner le ballon le plus vite possible avant qu'il ne touche le sol</li><li>- Le ballon est totalement contrôlé lorsque tous les joueurs de l'équipe sont au contact du ballon avec un genou à terre.</li><li>- C'est l'équipe réceptionneuse qui appelle une équipe et lance le ballon...</li></ul>
<i>Règles</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Introduire des règles au fur et à mesure :</li></ul> <p>3 joueurs en contact avec le ballon (= gel du ballon) et un frappeur qui appelle en prononçant entièrement et clairement avant la frappe "<b>omnikin</b> + une couleur"</p> <p>La frappe doit être effectuée au moins 5 secondes après le gel du ballon</p> <p>Le frappeur doit changer à chaque frappe</p> <p>La frappe doit être ascendante ou horizontale et le ballon doit parcourir un minimum de 2 mètres</p>
<i>Jouer au Kinball</i>	<p>3 équipes sont sur le terrain, les autres arbitrent</p> <p>Lorsque l'équipe appelée ne réussit pas à réceptionner le ballon, les 2 autres équipes marquent 1 point</p> <p>Les arbitres se répartissent les rôles : (compter les points, juger les lignes, chronomètre, sifflet...)</p>

## Module EPS au cycle 3 : KINBALL

### Séance 3

<i>Objectif</i>	<b>Manipuler, contrôler le ballon</b>
<b>Situation 1 : Tomate-Kin</b>	
<i>Organisation</i>	Joueurs en cercle 3 joueurs à l'intérieur
<i>But du jeu</i>	Joueurs sur le cercle : (sans bouger les pieds) toucher les joueurs à l'intérieur avec le ballon en poussant ou frappant le ballon Joueurs à l'intérieur : esquiver
<i>Règles</i>	Lorsqu'un joueur est touché, il prend la place de celui qui a lancé le ballon
<i>Variantes</i>	Les joueurs extérieurs lancent le ballon en l'air et les joueurs du milieu doivent le bloquer, le contrôler
<b>Situation 2 : Le carrousel</b>	
<i>Organisation</i>	La classe est divisée en 5 groupes de 4 joueurs Quatre groupes prennent position dans les coins du gymnase et l'autre groupe prend place au centre
<i>But du jeu</i>	Le groupe au centre doit exécuter une frappe vers un des coins du gymnase Le groupe attaqué doit saisir le ballon et se déplacer vers le centre avec seulement 2 joueurs en contact avec le ballon.
<i>Règles</i>	Le groupe qui a effectué le lancer prend la place de l'équipe attaquée
<i>Variantes</i>	Les groupes non attaqués doivent aller toucher le plot de leur coin respectif et revenir à la position initiale L'équipe au centre doit lancer le plus rapidement possible
<b>Situation 3 : L'épervier</b>	
<i>Organisation</i>	Terrain de handball 1 joueur (épervier) avec 1 ballon
<i>But du jeu</i>	Epervier : toucher 1 joueur avec le ballon Autres joueurs : ne pas se faire toucher Critère de réussite : nombre de joueurs touchés
<i>Règles</i>	- Frapper le ballon avec n'importe quelle partie du corps sauf la main - Ne pas sortir des limites du terrain - Le joueur touché devient épervier
<i>Variantes</i>	Espace : Réduire le terrain Répartir les joueurs dans des zones Franchir une zone en allant d'un camp à l'autre Temps : Limiter la durée de jeu (moins de 20" pour toucher un joueur) Joueurs : 2 éperviers avec un ballon chacun

## Module EPS au cycle 3 : KINBALL

### Séance 4

<i>Objectif</i>	<b>Transporter le ballon/lancer le ballon</b>
<b>Situation 1 : ballon relais+variantes</b>	
<i>Organisation</i>	Terrain de handball 2 groupes face à face de part et d'autre du terrain élèves répartis en doublettes 1 ballon
<i>But du jeu</i>	Transporter le ballon à deux et le transmettre à la doublette d'en face. Critère de réussite : nombre de traversées réussies sans faire tomber le ballon
<i>Règles</i>	Pas de transport seul
<i>Variantes</i>	<u>Espace</u> : Traverser en diagonale Introduire des obstacles fixes ou mobiles Zone pour lancer le ballon <u>Temps</u> : limiter la durée de traversée (moins de..) <u>Joueurs</u> : position d'attente de l'équipe (assis, couchés.) pour une coordination déplacement/réception <u>Règles</u> : pas de transport seul (sol+mur)
<b>Situation 2 : Le mur cible + variantes</b>	
<i>Organisation</i>	Groupes de 3 joueurs en colonnes 2 ballons Des zones matérialisées au mur Des zones au sol matérialisées avec des points (5,4,3 pts...)
<i>But du jeu</i>	Transporter le ballon à deux puis le lancer sur le mur à partir des lignes au sol Critères de réussite : nombre de points marqués
<i>Règles</i>	Pas de transport seul Quand 3 joueurs sont en contact avec le ballon, l'équipe s'arrête pour frapper 1 seul frappeur Frappe à deux mains obligatoire Annoncer « Kin + zone au mur » avant de frapper
<i>Variantes</i>	<u>Espace</u> : distance entre zones et mur <u>Temps</u> : limiter la durée de l'action (moins de 10" pour atteindre le mur) <u>Joueurs</u> : 1 ou 2 joueurs gardiens défendent les cibles Equipe de 4 joueurs

## Module EPS au cycle 3 : KINBALL

### Séance 5

<i>Objectif</i>	<b>Se déplacer pour mettre en place une structure défensive</b>
<b>Situation 1 : La coupe au carré</b>	
<i>Organisation</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 équipes (X ○ □) de 4 joueurs (dossard)</li> <li>- Les joueurs se placent par 3 en carré autour du ballon (Nord, Sud, Est, Ouest)</li> <li>- Le meneur de jeu est placé au milieu avec le ballon de Kin-ball</li> </ul> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;"> </div>
<i>But du jeu</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Au signal, le meneur de jeu se déplace avec le ballon dans toute la salle en changeant de direction.</li> <li>- La structure carrée de chaque équipe doit être conservée dans tous les déplacements.</li> </ul>
<i>Règles</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Déplacements rapides. Ne pas se faire toucher par le ballon.</li> <li>- Respect du carré défensif.</li> <li>- Le joueur touché fait gagner 1 point aux 2 autres équipes</li> </ul>
<b>Situation 2 : stratégies défensives d'équipe</b>	
<i>Atelier 1</i>	<b>Le boomerang</b>
<i>But du jeu</i>	<div style="text-align: center; margin: 10px 0;"> </div> <p>Relancer le ballon à l'équipe qui vient de le lancer, et ce, au même endroit où il a été lancé.          Cette stratégie occasionne un arrêt brusque et un changement de direction dans la course des adversaires          Exemple : l'équipe des noirs est dans un coin pour effectuer le lancer. Les gris attrapent le ballon et relancent aux noirs dans le même espace</p>

## Module EPS au cycle 3 : KINBALL

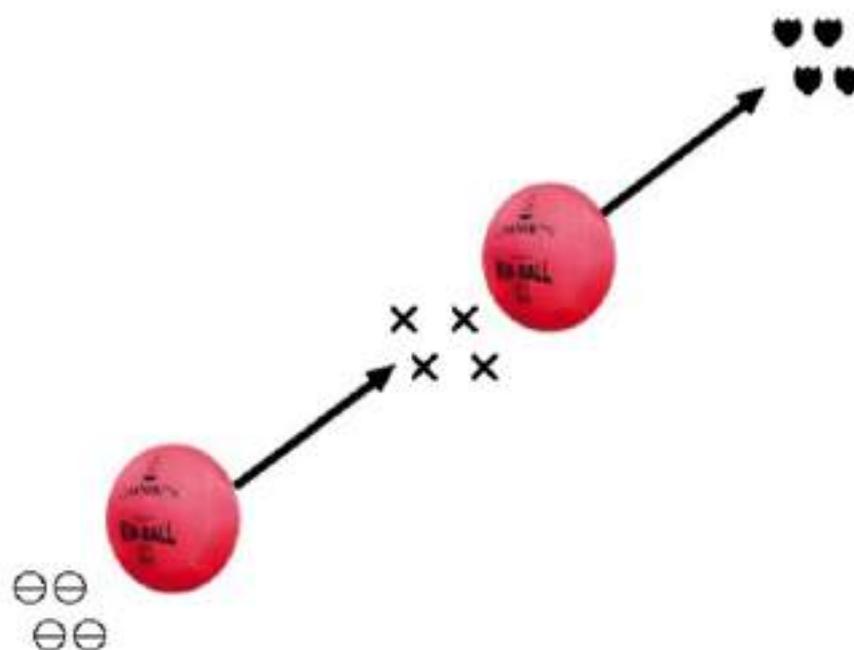
### Séance 6

<i>Objectif</i>	<p><b>Situation de référence : Jouer au Kinball</b></p> <p><b>Mettre en œuvre les différents rôles : marqueur, chronométreur, organisateur</b></p>
<i>Organisation</i>	<p><b>Les matériels utilisés et les espaces dans lesquels l'action se déroule doivent permettre aux élèves une évaluation immédiate du résultat de leur action : règles, limites...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demi terrain de handball</li> <li>- La classe est divisée en équipes de 4 joueurs</li> <li>- Chaque équipe identifiée par une couleur différente (chasubles)</li> <li>- Les joueurs mélangés sont répartis sur le terrain, ils s'organisent</li> </ul>
<i>But du jeu</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'animateur appelle " <b>omnikin</b> + une couleur" et lance le ballon à la verticale.</li> <li>- L'équipe appelée doit réceptionner le ballon le plus vite possible avant qu'il ne touche le sol</li> <li>- Le ballon est totalement contrôlé lorsque tous les joueurs de l'équipe sont au contact du ballon avec un genou à terre.</li> <li>- L'équipe "réceptionneuse" appelle une équipe et lance le ballon...</li> </ul>
<i>Règles</i>	<p>Introduire des règles au fur et à mesure :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 joueurs en contact avec le ballon (= gel du ballon) et un frappeur qui appelle en prononçant entièrement et clairement avant la frappe " <b>omnikin</b> + une couleur"</li> <li>- La frappe doit être effectuée au moins 5 secondes après le gel du ballon</li> <li>- Le frappeur doit changer à chaque frappe</li> <li>- La frappe doit être ascendante ou horizontale et le ballon doit parcourir un minimum de 2 mètres</li> </ul>
<i>Jouer au Kinball</i>	<p>3 équipes sont sur le terrain, les autres arbitrent</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lorsque l'équipe appelée ne réussit pas à réceptionner le ballon, les 2 autres équipes marquent 1 point</li> <li>- Les arbitres se répartissent les rôles : (compter les points, juger les lignes, chronométrer, siffler...)</li> </ul>
<i>Investir tour à tour différents rôles sociaux</i>	<p><b>L'équipe "arbitre"</b></p> <p><b>l'arbitre sur le terrain</b> intervient sur le déroulement du jeu en fonction de son observation ou de celle des juges. Il est en contact direct avec les équipes ; il est au cœur du jeu. (sifflet)</p> <p><b>les juges de lignes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>le ou les marqueurs</b> (relever les points, comptabiliser les résultats, gardien du temps...)</li> <li>- le chronométreur <b>relève le temps des différents tiers temps ou phases de jeu indiquées.</b></li> </ul> <p><b>L'organisateur</b> prépare les terrains, le matériel, élabore le programme de la journée, élabore les tableaux de jeux... ainsi que toutes les tâches liées à l'organisation de la rencontre.</p> <p>le coach <b>observe, repère, conseille en fonction du projet du groupe (stratégie, espace, temps, dynamisme,...)</b></p> <p><b>Le spectateur/supporter</b> encourage les joueurs dans un bon état d'esprit.</p>

Atelier 2

La grande diagonale

But du jeu



- L'objectif de cette stratégie est de provoquer le plus grand déplacement possible de l'équipe qui vient de lancer. Il suffit de relancer le ballon dans la direction opposée (diagonale) au lancer précédent.
- Exemple : Les gris attrapent le ballon au centre et le lancent rapidement vers le coin opposé.

## Règlement USEP- KINBALL

Présentation inspirée du document des deux sèvres : l'arbitrage par les enfants dans les sports collectifs

**BUT DU JEU :** Réceptionner la balle avant qu'elle ne touche le sol lorsque son équipe est nommée. L'équipe qui a réceptionné la balle la relance en appelant une autre équipe et le jeu se poursuit ainsi.

**POUR JOUER :**

- 3 équipes de 4 joueurs sur le terrain ROSE / GRIS / NOIR (ou trois autre couleurs) lorsque la balle est réceptionnée, elle doit être gelée par le contact de 3 joueurs, 1 genou au sol, le 4<sup>ème</sup> joueur devient frappeur.

**Equipements :**

1 ballon de 90 cm pour le cycle 2 - 120 cm pour le cycle 3

3 jeux de dossards

1 compteur de points

Terrain : environ 1/2 terrain de Hand-ball  
21 X21 m



**LA RENCONTRE :**

Temps de jeu : 3 tiers temps de 5 minutes pour le cycle 2 - 7 minutes pour le cycle 3

Mise en jeu : Au centre de l'espace de jeu, par tirage au sort.

Aux périodes suivantes, la balle est donnée à l'équipe totalisant le moins de points et la mise en jeu se fait au centre de l'espace de jeu.

Remise en jeu sur faute : L'arbitre siffle deux fois et la remise en jeu se fait à l'endroit de la faute.

Comptage des points : lorsqu'une faute est commise par une équipe, les 2 autres marquent un point.

Il y a	Si...	Alors...	Où et comment
Faute d'appellation	Une équipe appelle sa propre couleur ou appelle en hésitant une autre couleur	L'équipe qui a fait la faute d'appellation remet en jeu une nouvelle fois	A l'endroit où elle se trouve
Faute du frappeur	La frappe est réalisée deux fois de suite par le même frappeur	L'équipe qui a fait la faute de frappe remet en jeu avec un autre frappeur	
Faute des 5 secondes ou faute de temps	Le ballon gelé n'est pas frappé dans les 5 secondes	L'équipe qui fait la faute des 5 secondes recommence une nouvelle mise en jeu	
Faute de frappe-trajectoire : lancer trop court ou/et pente descendante	Le ballon poursuit une trajectoire descendante ou inférieure à deux mètres	L'équipe qui a frappé recommence une nouvelle mise en jeu	A l'endroit de la mise en jeu

Il y a	Si...	Alors...	Où et comment
Faute de récupération	Le ballon touche le sol après une frappe (balle non récupérée ou échappée)	L'équipe appelée qui n'a pas réussi à récupérer la balle remet en jeu	A l'endroit où le ballon est tombé
Faute des 10 secondes ou faute de temps	Deux co-équipiers se déplacent avec le ballon durant plus de 10 secondes	Le jeu est arrêté et l'équipe qui a fait la faute remet en jeu	A l'endroit de l'arrêt du jeu
Faute de marcher « gèle » de la balle	Plus de deux joueurs en contact avec la balle se déplacent	L'équipe qui fait la faute remet en jeu	A l'endroit où les trois joueurs sont entrés en
Sortie de terrain	Le ballon touche le sol à l'extérieur du terrain. Les joueurs peuvent sortir du terrain, même avec le ballon si celui-ci ne touche pas le sol. (Toute frappe doit obligatoirement avoir lieu à l'intérieur du terrain).	L'équipe qui a sorti la balle remet en jeu	Au plus près de la sortie, dans le terrain
Faute de tenue de la balle	Un joueur emprisonne de ses bras la balle	L'équipe qui fait la faute remet en jeu	A l'endroit de la faute
Faute de contact Obstruction involontaire	Le ballon touche un joueur d'une équipe non appelée ou deux joueurs se percutent	L'équipe qui a mis en jeu, recommence sa mise en jeu	Du même endroit
Conduite antisportive par : obstruction volontaire entre deux joueurs ou un joueur et le ballon ou actes, paroles antisportives	Un joueur d'une équipe non appelée vient percuter un joueur de l'équipe appelée ou intervient sur le ballon Insulte ou violence d'un joueur envers un autre joueur ou un arbitre	Le jeu reprend Le joueur (ou l'équipe) qui a commis la faute reçoit une pénalité	A l'endroit de son interruption dans la continuité de l'action

### Les pénalités

Toutes conduites antisportives donnent un point de pénalité au joueur et/ou à l'équipe. Le joueur sort du jeu à partir d'un certain nombre de pénalités (1 ou +) décidé en début de partie.

### Cas particulier

**Toute obstruction involontaire**, soit que le ballon touche un joueur d'une équipe non appelée ou que deux joueurs se percutent non intentionnellement, est sifflée et donne lieu à une remise en jeu mais aucun point n'est attribué aux équipes. **Exemples :**

Les deux autres équipes marquent un point :

Si mon équipe, quand elle est appelée, ne réceptionne pas la balle et la laisse tomber au sol.

Si je tiens le ballon en le ceinturant (le ballon doit toujours être porté).

Si je frappe avant d'avoir appelé une autre équipe.

Si je n'appelle pas clairement une autre équipe par « USEPkin + la couleur » ou « Ballon pour + la couleur »

Si je frappe et que la balle n'est pas « gelée » (immobilisée par le contact des trois joueurs de mon équipe).

Si je frappe deux fois de suite.

Si je dépasse les 5s pour frapper quand la balle est « gelée » (immobilisée par les trois autres joueurs de mon équipe)

Si je frappe la balle vers le bas.

Si je ne frappe pas la balle assez fort et qu'elle ne progresse pas d'au moins deux mètres.

Si ma frappe est trop forte ou mal dirigée et que la balle sort des limites du terrain.

Si j'adopte une conduite antisportive (gêne d'un joueur de l'équipe appelée, intervention sur le ballon alors que mon équipe n'est pas appelée, actes ou paroles non respectueuses vis à vis des autres joueurs ou des arbitres...)

# PARACHUTE

## 1 - La vague

Demandez à tous les enfants de prendre une poignée du parachute. Tout le monde se place assis en tailleur et, au signal de l'éducatrice, les enfants se lèvent à tour de rôle en levant le parachute avec eux pour faire une vague. Vous pouvez aussi préciser à quelle hauteur lever le parachute, par exemple jusque aux épaules ou par-dessus la tête.

## 2 - La mer

Chaque enfant prend une poignée. Il s'agit simplement d'agiter le parachute. Commencez par des vagues toutes douces pour augmenter progressivement la force et terminer avec une véritable tempête en mer !

## 3 - La crêpe

Tout le monde est accroupi tenant le parachute posé à raz la terre. Lever et lâcher ensemble le parachute qui s'envole !

## 4 - Le chat et la souris

Un enfant débute le jeu en jouant le rôle de la souris. Il se place en dessous du parachute. Un autre enfant joue le rôle du chat et s'installe par-dessus (à quatre pattes et sans chaussures). Les autres enfants tiennent les poignées et font bouger le parachute afin de permettre à la souris de s'échapper. Lorsque le chat attrape la souris, il prend sa place et un autre enfant fait le chat.

## 5 - Le parapluie

Demandez aux enfants de venir prendre une poignée. Au signal de l'éducatrice, les enfants lèvent le parachute à bout de bras pour former un parapluie.

## 6 - L'assiette

Tous les enfants sont assis et tiennent solidement le parachute. Ils doivent le tendre au maximum en se penchant légèrement vers l'arrière.

## 7 - Le champignon

Les enfants lèvent la toile dans les airs et la redescendent en entrant sous le parachute et en s'assoyant sur le bord. De cette façon, l'air reste à l'intérieur et cela forme un gros champignon.

## 8 - Salade de fruits

Les enfants lèvent la toile dans les airs comme pour faire un parapluie, mais l'éducatrice les invite à changer de place à l'appel d'une couleur ou d'un numéro donné à chacun en début d'activité, etc., et tout ça, avant que la toile ne touche le sol.

## 9 - Les échanges frénétiques

Levez le parachute, puis échangez de place pendant que le parachute redescend doucement. D'abord 4 personnes changent de places. Ensuite demandez à 8 personnes, aux filles et enfin aux garçons d'échanger leur place. Ou selon certains critères (tous ceux nés en janvier, tous les garçons...).

## 10 - Popcorn

Tous les enfants prennent une poignée. Déposez des objets mous sur le parachute et les enfants doivent brasser énergiquement le parachute pour faire voler les objets dans les airs. Vous pouvez utiliser des balles de ping-pong, des balles de mousse, des boules de papier chiffonné, de petites images plastifiées, etc. Ce jeu peut être adapté selon les thématiques que vous travaillez avec les enfants.

## 11 - Popcorn (Variante)

Le but du jeu est de faire sauter une balle le plus haut possible mais en la rattrapant toujours dans le parachute. Les joueurs tiennent le parachute à hauteur de la taille. On place une balle au centre du parachute. Les joueurs vont donner un rythme de plus en plus ample afin de faire voler la balle. Lorsque la balle redescend, le parachute doit la suivre afin qu'elle retombe dedans et puisse être renvoyée. Faire de petites vagues et ajouter des balles de tennis sur le parachute.

### **12 - Cro-co-di-le**

Les enfants prennent une poignée et s'assoient autour du parachute en allongeant leurs jambes en dessous. Ils font de toutes petites vagues avec le parachute. Un enfant est désigné comme étant le premier crocodile. Il choisit un enfant et doit le manger en lui pinçant le bout des orteils. L'enfant « choisi » doit crier le plus fort possible. Par la suite, il prend la place du crocodile, et ainsi de suite.

### **13 - Requin**

Tous les participants sont assis autour du parachute les jambes allongées sous celui-ci et font de petites vagues. Un des joueurs étant sous le parachute choisi une victime et la tire par les jambes sous le parachute. Lorsque la victime est croquée par le requin, elle crie son désarroi très fort. Ensuite, elle devient un requin. Le jeu se poursuit ainsi de suite jusqu'à ce que tous les joueurs se retrouvent sous le parachute.

### **14 - Requin et poissons**

Le requin doit retrouver le petit poisson, mais les autres qui font la mer doivent l'en empêcher. Un des joueurs est désigné petit poisson et se faufile sous le parachute. Le requin, un autre joueur monte sur le parachute. Pendant qu'il cherche, tous les autres joueurs qui tiennent le parachute le bouge pour que la mer soit agitée. Une fois que le requin a attrapé le petit poisson, on change les rôles.

### **15 - Face à face**

Les enfants se placent autour du parachute en tenant les poignées. Divisez le parachute en deux équipes (deux moitiés) et mettez un ballon de mousse en jeu. En faisant des vagues, il faut faire sortir le ballon du côté adverse pour marquer un point.

### **16 - Les cheveux électriques**

Divisez le groupe en deux équipes. La première équipe s'assoit en dessous du parachute. Les autres prennent une poignée tout autour. Tirez doucement le parachute d'un côté et de l'autre pour créer un frottement sur la tête des enfants assis en dessous. Le résultat est spectaculaire ! Sortez votre appareil photo !

### **17 - Le trou**

Demandez aux enfants de prendre une poignée et de tendre le parachute au maximum, à la hauteur des hanches. Déposez un ballon sur le parachute et, avec des mouvements de va-et-vient et une belle coopération, essayez de faire passer le ballon dans le trou au centre du parachute.

### **18 - Tourne ballon**

Le ballon placé sur le parachute doit pouvoir faire le tour du bord du parachute sans en sortir. Les joueurs tiennent le parachute à hauteur de la taille. Le ballon est placé au milieu du parachute. Les joueurs doivent réaliser un mouvement de vague entre eux c'est-à-dire en s'accroupissant et se relevant successivement. Le ballon voyagera alors sur le bord du parachute. Ils doivent essayer de faire faire un tour maximum au ballon sans qu'il sorte. S'il tombe à l'extérieur du parachute, on recommence le comptage.

### **19 - La pétarade**

Placez plusieurs ballons gonflés sous le parachute ou le drap. Quelques enfants tiennent les rebords pour éviter que les ballons s'envolent. Les autres enfants sautent par-dessus la toile ou le drap pour faire éclater les ballons. Ensuite, inversez les groupes.

### **20 - Course à une main**

Demandez à chaque enfant de tenir le parachute d'une seule main en tendant l'autre main pour garder l'équilibre. Courez en rond dans une direction, puis changez de main et courez dans l'autre direction. Une autre formule serait d'utiliser un morceau de musique comme signal pour changer de direction (vous pouvez, par exemple, changer de direction chaque fois que la musique s'arrête).

### **21 - Les montagnes russes**

Les joueurs tiennent le parachute à hauteur de la taille. Placez un ballon au milieu du parachute. Les joueurs doivent réaliser un mouvement de vague entre eux, c'est-à-dire en s'accroupissant et se relevant à tour de rôle. Le ballon voyagera alors sur le bord du parachute. Ils doivent essayer de réaliser un nombre de tours maximum. Si le ballon tombe à l'extérieur du parachute, recommencez le décompte.

# Jeu de l'oie

Faire plusieurs équipes de 4 à 5 élèves en fonction de l'effectif de la classe

L'équipe avec le plus jeune de la classe lance le dé au début du tour

avancer d'autant de case que le dé l'indique

1 ) L'ensemble de la classe doit relever le défi sport correspondant à la case

2 ) L'adulte lit la question laïcité correspondante à la case, puis le groupe qui a lancé le dé a seulement 2 min pour donner son avis,

enfin un élève lit la réponse qui figure à l'arrière de la question

C'est au tour de l'équipe suivante

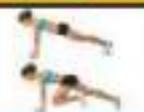
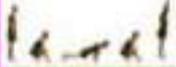
La première équipe sur la case "arrivée" gagne la partie

Vous pouvez disposer les questions où bon vous semble sur le plateau.

Vous pouvez même inventer d'autres questions.

## Bonne partie



8  15 flexions ↓	9  Corde à sauter 30 <sup>''</sup> pieds joints	10  Planche latérale 15 s+15s	11 PRISON 	12  20 pompes adaptées ↓	13 RECULER DE 3 CASES	14  Corde à sauter 15'+15'' sur chaque pied
 20 levers de genoux (10+10)						 15 flexions
7 RETOUR À LA CASE DÉPART		32  😊 20 pompes adaptées	33  Planche latérale 15 s+15 s ↓	34 ★  10 burpees		15  10+10 levers de genoux
6 😊  Test de la chaise Chaise 20 s		31  15 flexions		35 😊  Test de la chaise Chaise 20 s		16 😊  Courir 30 s sur place
5  10 pompes adaptées		30 RECULER DE 4 CASES		36 😊  courir 30s sur place		18 AVANCER DE 1 ou 2 CASES ↓
4  10 pompes adaptées		29 Planche 10s  ★		37 10 relevés abdominaux 		19  10 burpees ★
3  Corde à sauter 30 secondes		28  Corde à sauter 30 secondes		↓ ARRIVÉE BRAVO C'EST GAGNÉ ! Boire Et Récupérer en s'étirant pendant 1 min		20 Planche 10s 
2 😊 10 relevés abdominaux 		27  20 levers de genoux (10+10)				21 RECULER DE 2 CASES
1 Planche 10s  ★		26 20 sauts  😊	25 PRISON 	24  20s tenue abdos statiques	23 😊  Chaise 20 s	22  10 pompes adaptées
↑ DÉPART Après un Échauffement 8 minutes		25 😊	25 PRISON 	24  20s tenue abdos statiques	23 😊  Chaise 20 s	22  10 pompes adaptées

Images	Consignes d'exécution
	<p><b>Planche</b> Ton dos ne doit pas être cambré : corps indéformable. N'oublie pas de respirer.</p>
	<p><b>Relevés abdominaux</b> Expirer en montant « le nombril touche la colonne vertébrale (c'est une image bien sûr !). Expirer en montant le bassin.</p>
	<p><b>Levers de genoux</b> Position de départ planche faciale (pompe). Ramener un genou vers la poitrine, puis revenir en position initiale et faire le même mouvement avec le genou gauche. Garder le dos bien droit.</p>
	<p><b>Planche latérale</b> 10 secondes sur le coude gauche et 10 secondes sur le coude droit. Corps aligné (corps indéformable).</p>
	<p><b>tenue abdos statiques</b> Départ allongé, genoux fléchis, mains croisées sur la poitrine. Rentrer le ventre, contracter les abdos afin de faire décoller les épaules du sol. Tenir la position.</p>
	<p><b>Corde à sauter</b> Sauter à pieds joints sans faire de bruit. Muscles sollicités (de façon dynamique) : cuisses, fessiers, abdos, mollets. Longueur corde : enfants 2m50, adultes mini 3m.</p>
	<p><b>Courir sur place</b> De façon régulière.</p>
	<p><b>Burpees : Enchaîner :</b> 1 . Debout 2 . Accroupi 3 . Planche faciale 4 . Accroupi 5 . Saut extension</p>

		<b>Flexions</b> Les pieds écartés de la largeur des épaules. De la position debout à position accroupie, bras tendus. Regarder devant sans arrondir le dos.	
<b>Test de la chaise</b> 		<b>Chaise</b> Cuisses parallèles au sol. Rentrer le nombril et coller le dos contre le mur. Garder la position statique en poussant sur les jambes.	
		<b>Saut</b> Pieds joints ou légèrement espacés, effectuer une série rapide de sauts sur place, mains derrière la tête.	
 		<b>Pompes adaptées</b> Départ sur les genoux, mains au sol à la largeur des épaules. Plier les bras pour frôler le sol avec le tronc. Muscles sollicités : bras, épaules, abdos.	
ABDOS	CORPS ENTIER	JAMBES	
BRAS		SURPRISE	

## CAS PARTICULIERS

<b>Case 1-19-29-34 :</b> 	Si tu fais 20 répétitions au lieu de 10 ou 10 secondes de plus, tu avances de 2 cases et tu enchaînes.
<b>Cases : 11-25</b> 	Tu passes ton tour (ton adversaire joue 2 fois), mais tu dois faire les mêmes exercices que ton adversaire en même temps que lui (2 fois).
<b>Case 2-17-23-26-32-35-36 :</b> « C'est plus marrant à deux que tout seul » 	Ton adversaire fait la même chose que toi, en même temps.
<b>Cases 8-12-18-33 :</b> « Qui n'avance pas recule » 	Ton adversaire recule de 2 cases et fait l'exercice en même temps que toi.

## « LE JEU DE L'OIE » NIVEAU 2

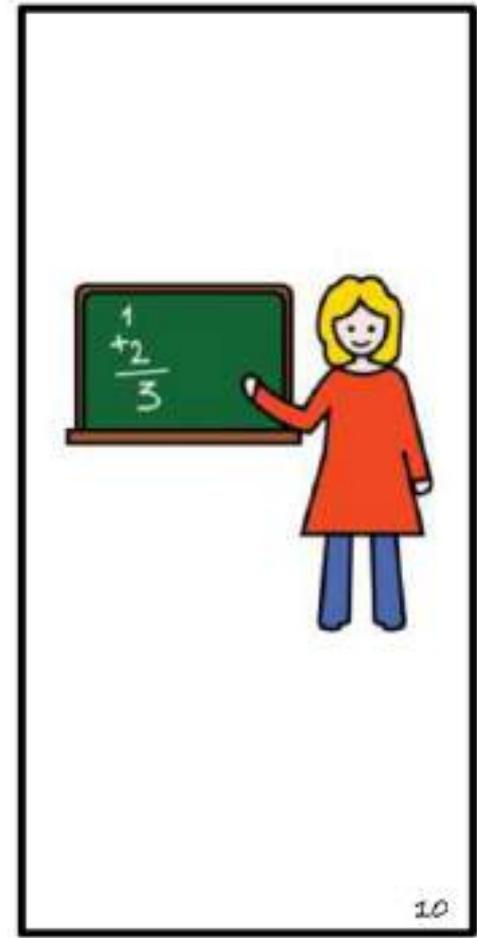
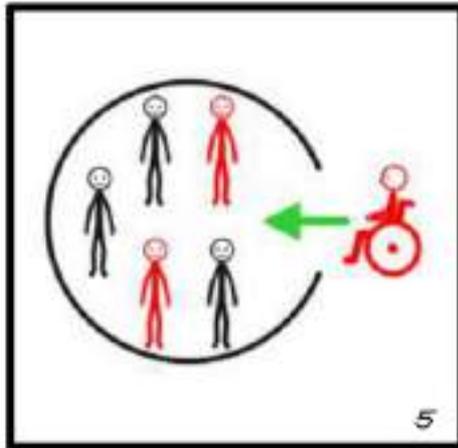
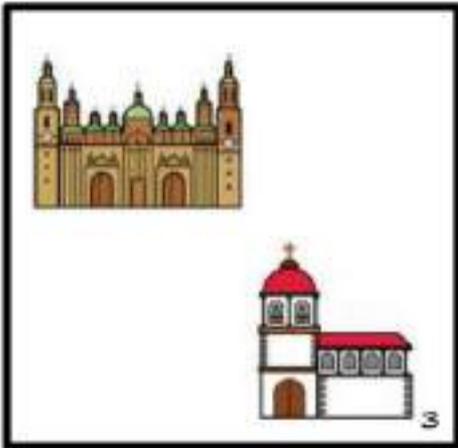
Au niveau 2, tu seras « contraint » d'augmenter le nombre de répétitions.

C'est un **PRINCIPE** dans le renforcement musculaire et l'entretien de sa santé. Il faut augmenter ce qu'on appelle **LA CHARGE D'ENTRAÎNEMENT** (soit en augmentant le nombre de répétitions ou la durée de l'entraînement.)

Règles du « Jeu de l'oie » Niveau 2	Toujours un dé pour 2 joueurs. Quand l'un joue, l'autre observe, lit les consignes d'exécution, les fait respecter ou compte si besoin.  Le temps d'effort doit être proche du temps de récupération.
	Si 4 joueurs, il est possible de constituer des équipes de 2 avec 4 pions.
	Mais pour respecter : temps d'effort = temps de récupération, il faut bien sûr que les 2 équipes jouent en même temps.
	Pour gagner et atteindre la case d'arrivée, tu dois obtenir avec les points du dé le nombre exact.  Ex : Si tu es à la case 35 tu dois faire 3.  Dans le cas contraire, tu dois reculer d'autant de cases (Si chiffre 5, tu recules donc de 2) Etc...

### Conseils pour la fin du jeu :

- **Priorité à la récupération type footing de 5 à 10 minutes.**
- **S'étirer pendant 30 secondes sans bloquer la respiration, étirer tous les muscles sollicités ...**



Je me pose des questions sur les différentes religions du Monde. Ai-je le droit d'en parler à l'école. Pourquoi ?

1

Je travaille à l'école. Dans un cours d'histoire, une image de croix ou de croissant apparaît sur un monument représenté en photo. Je refuse de travailler en le voyant. Est-ce laïque ?

2

À l'école maternelle certaines activités sont réservées aux garçons ?

3

Dans la bibliothèque de mon école, un livre d'art présente l'architecture d'une mosquée d'une cathédrale et d'une synagogue. Pourquoi ce livre a-t-il sa place dans la bibliothèque de l'école ?

4

Aujourd'hui en France, un enfant en fauteuil roulant a-t-il le droit de venir à l'école ?

5

Un camarade tient des propos que je n'apprécie pas. Selon la loi, ai-je le droit de réagir ainsi ?

6

Aujourd'hui en France, as-tu le droit de faire ce qui est dessiné sur l'image ?

7

Trois personnes passent devant un juge au tribunal. La première personne est de religion juive, la seconde est chrétienne et la troisième est musulmane. Elles sont accusées d'avoir commis la même infraction au code de la route : elles sont toutes les trois passées au feu rouge. Chacune tente de justifier son acte. Quelle doit être la réaction du juge ?

1/. Il donne des sanctions différentes à chacune des personnes en tenant compte de chaque religion.

2/. Il favorise l'une des personnes.

3/. Il donne exactement la même peine sans tenir compte des religions.

9

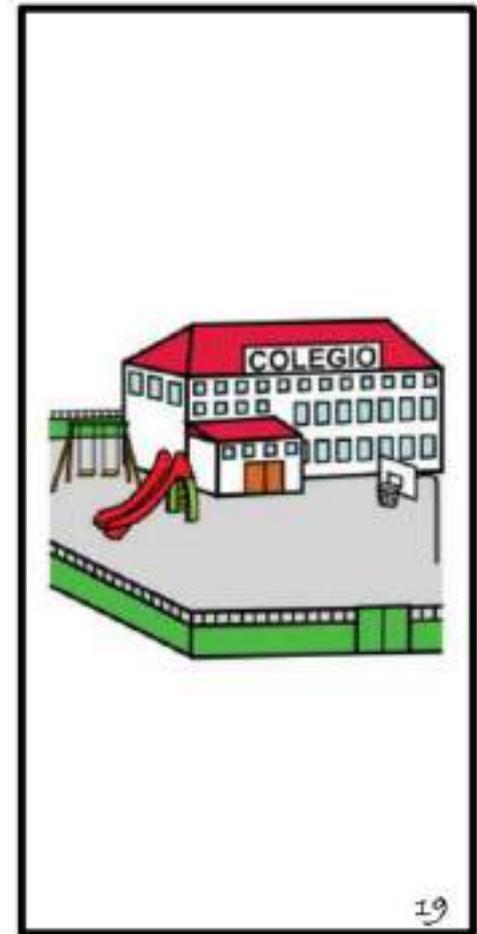
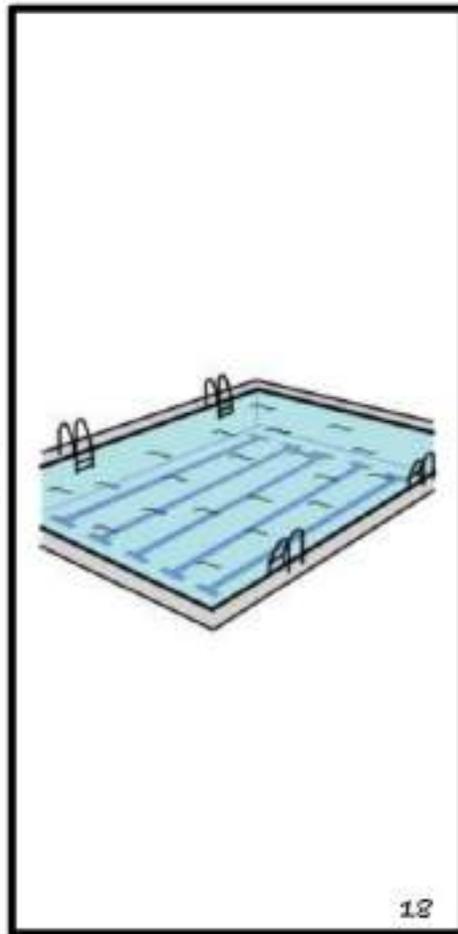
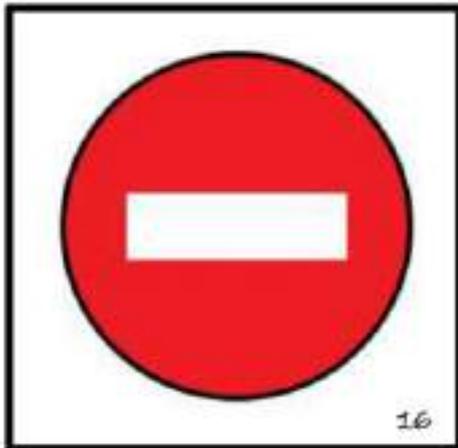
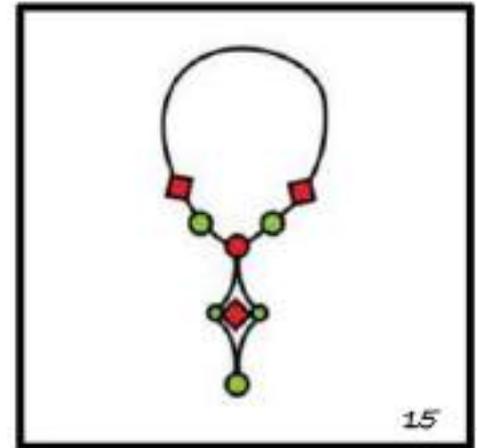
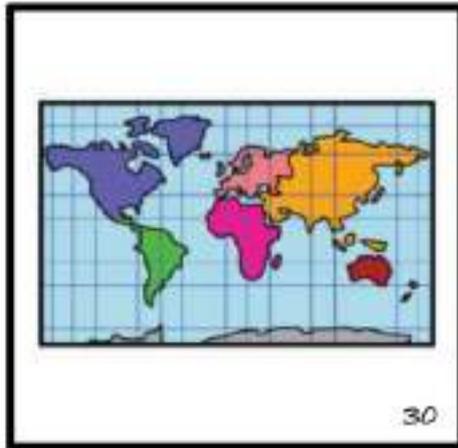
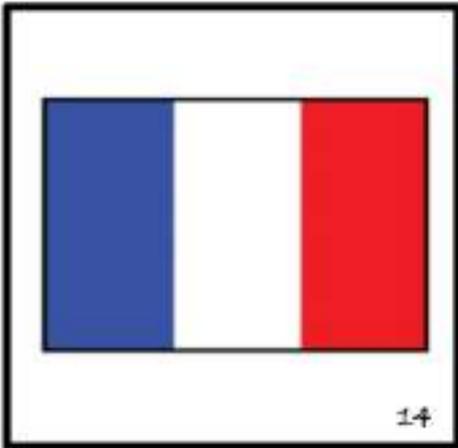
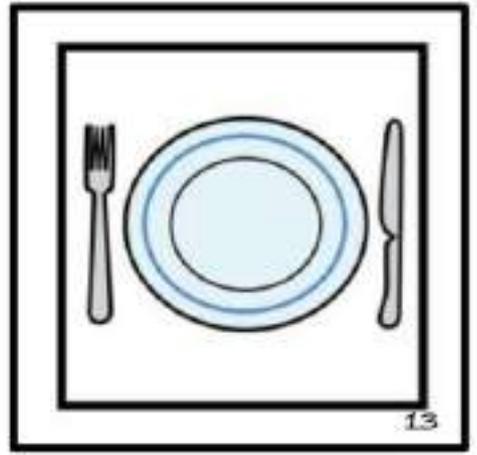
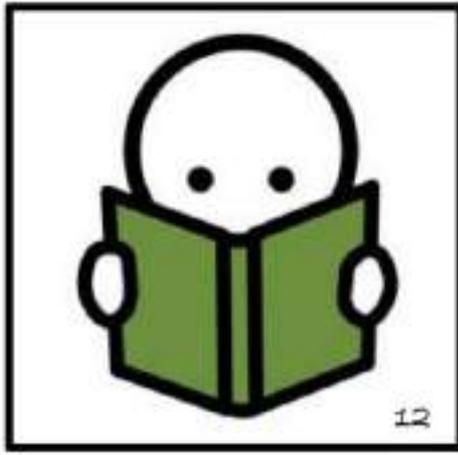
Un inspecteur (le chef des maîtres et des maîtresses) vient voir dans trois classes comment les enseignants travaillent. - Dans la première classe, le maître qui fait la classe porte une croix chrétienne autour du cou. - Dans la deuxième classe, la maîtresse explique aux élèves qu'elle ne croit pas en Dieu. - Dans la troisième classe, un maître parle à ses élèves de Jésus en leur expliquant que notre calendrier débute à la naissance de ce personnage historique. Il annonce également qu'en histoire des arts, la classe va découvrir une vidéo sur la mosquée de Damas et la synagogue de Carpentras. Quel est l'enseignant qui a la conduite qui convient ?

10

Hormis l'école, donne le nom de 2 bâtiments où la laïcité doit être respectée.

8





Une maman voilée peut-elle accompagner une sortie scolaire ?

11

Un élève peut-il effectuer ses prières quotidiennes lors d'un voyage scolaire ?

12

Selon la loi, la cantine est-elle obligée de proposer un menu sans porc ?

13

Est-ce que la France est un pays qui respecte toutes les croyances ?

14

La laïcité existe-t-elle dans tous les pays du Monde ?

30

Un adulte travaillant dans une école ou un collège public peut-il porter un signe religieux discret ?

15

Un élève a-t-il le droit de dire en classe « ma religion me l'interdit. » ?

16

Une élève refuse de monter dans le bus pour aller à la piscine. Elle dit au maître que sa religion lui interdit d'aller à la piscine. Comment le maître doit-il réagir ?

1/. L'enseignant rejette sa demande et lui explique que la natation est une activité prévue au programme de l'école et que tous les élèves doivent donc y aller.

2/. L'enseignant accepte et lui permet de rester à l'école avec un autre travail à réaliser.

18

À l'entrée de l'école, le directeur accueille les élèves en les saluant. Trois élèves s'apprêtent à entrer : l'un porte une grande croix chrétienne, un autre porte une kippa juive et la dernière porte un foulard sur la tête. Quelle doit être l'attitude du directeur ? Le directeur leur dit :

1/. « Bonjour » puis il les laisse entrer sans rien dire d'autre.

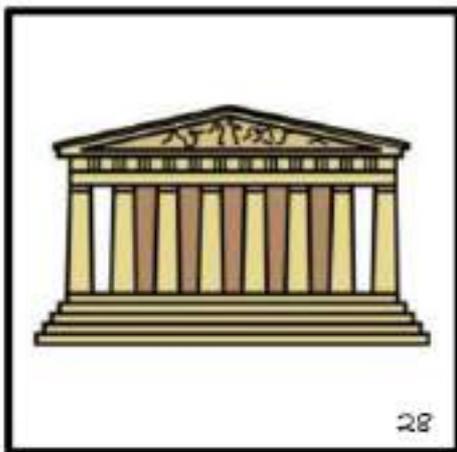
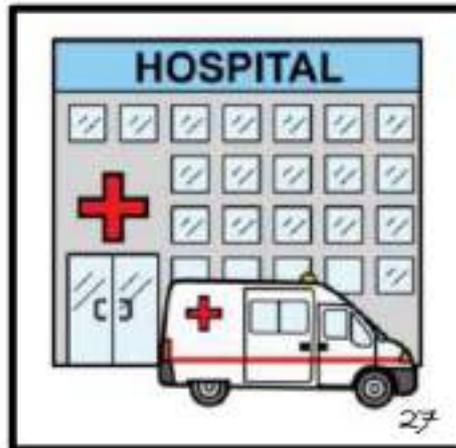
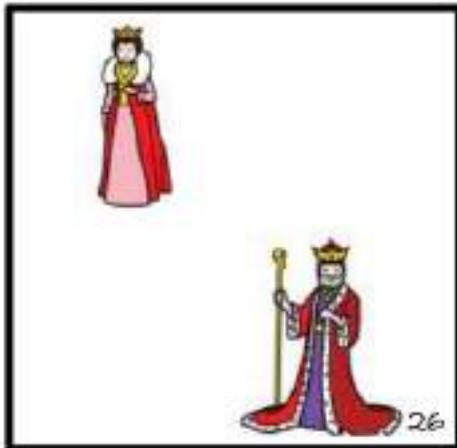
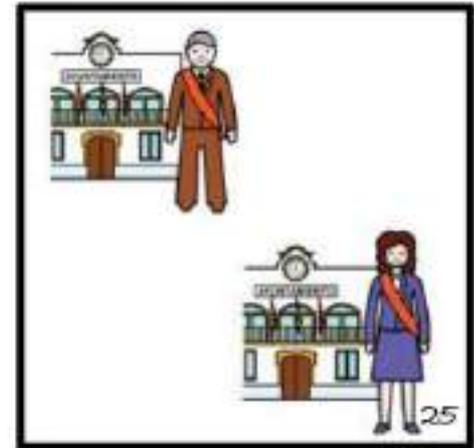
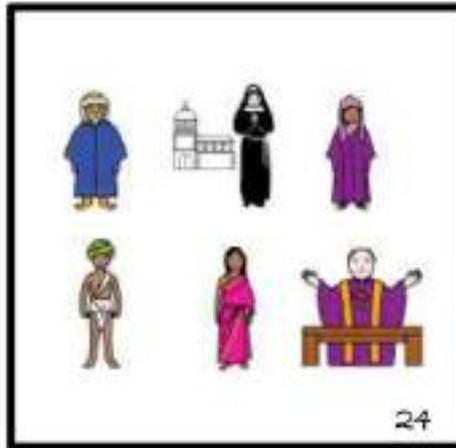
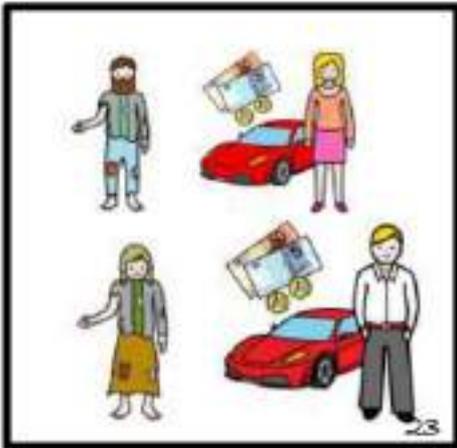
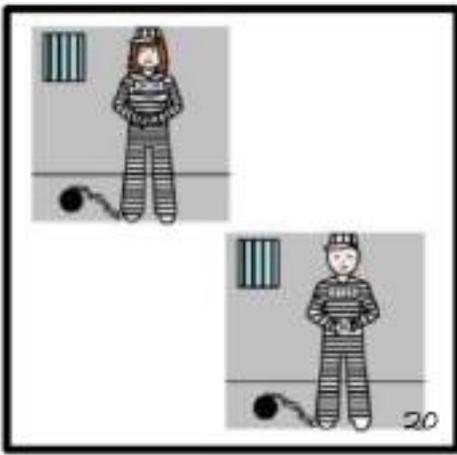
2/. Il laisse le deuxième élève entrer sans rien lui dire et demande aux deux autres de retirer la grande croix et le foulard.

3/. Il leur fait remarquer que l'école est laïque, que les signes religieux trop voyants sont interdits et qu'ils doivent retirer leur croix, kippa et foulard.

19

Un individu peut-il manifester sa foi dans la rue ?

17



En prison, chacun a-t-il le droit de prier selon sa religion ?

20

Si tu vois cette décoration dans une vitrine de magasin, est-ce laïque ?

21

Tu es dans ton école. Un camarade porte un collier avec une main de Fatma.

Cela respecte-t-il la charte de la laïcité ?

22

Tous ces personnages ont-ils les mêmes droits ?

23

Peuvent-ils venir à l'école. Pourquoi ?

24

Cite trois symboles religieux que tu n'as pas le droit de voir dans un bâtiment public ?

25

Tu vis à l'époque des rois et reines de France. Tous les citoyens sont-ils égaux ?

26

La croix sur l'hôpital est-elle un symbole religieux ?

27

Une directrice place l'affiche de la Charte de la laïcité dans son école. Un parent lui demande ce que c'est. Que doit répondre la directrice ?

1/. Elle explique alors qu'il s'agit de la Charte de la laïcité composée de 15 articles qui indiquent les règles qui nous permettent de vivre ensemble à l'école et qu'il est important que tout le monde puisse la lire et la respecter.

2/. Elle explique alors qu'il s'agit de la Charte de la laïcité composée de 15 articles qui indiquent les règles que certains élèves mais pas tous doivent respecter à l'école.

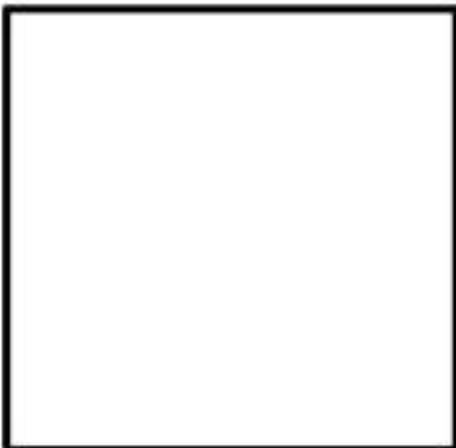
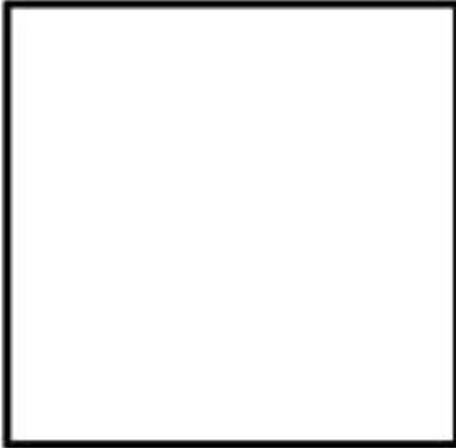
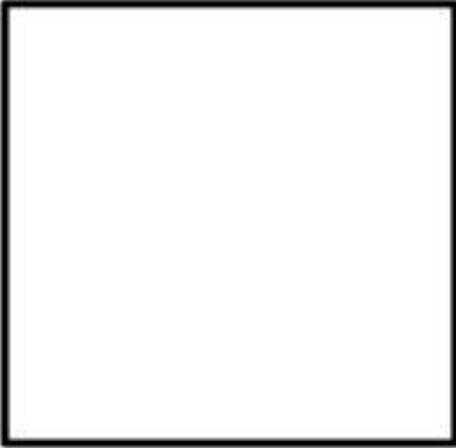
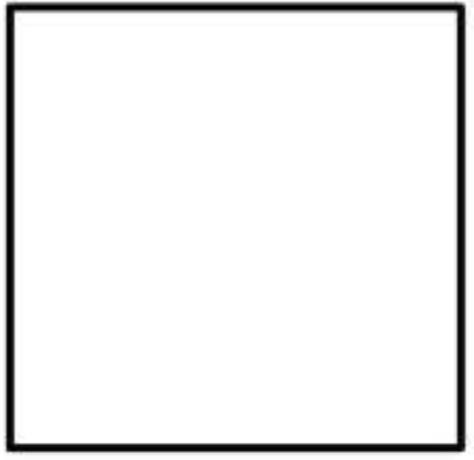
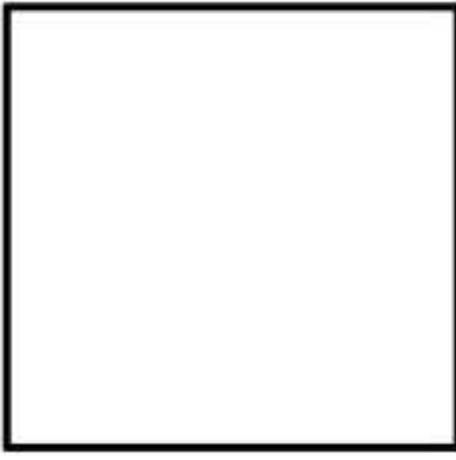
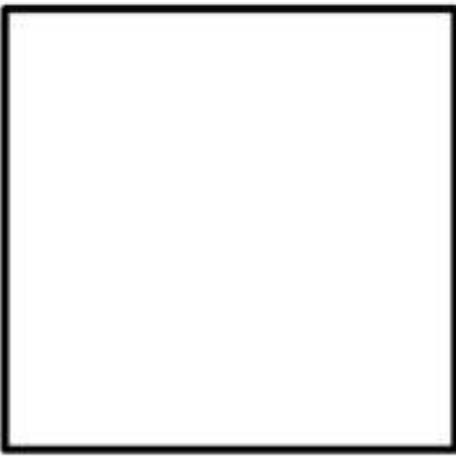
31

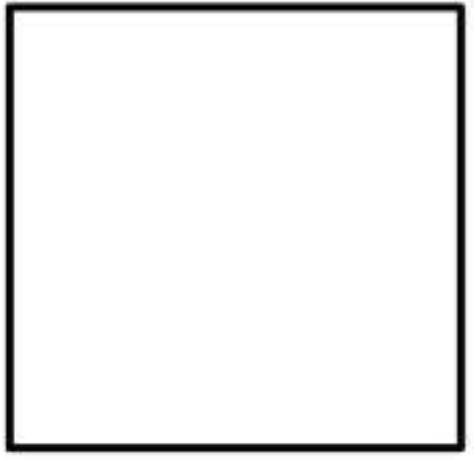
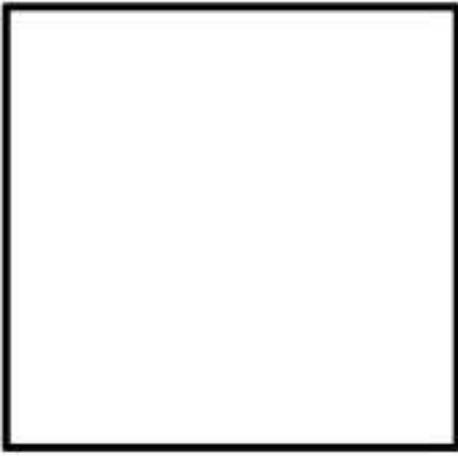
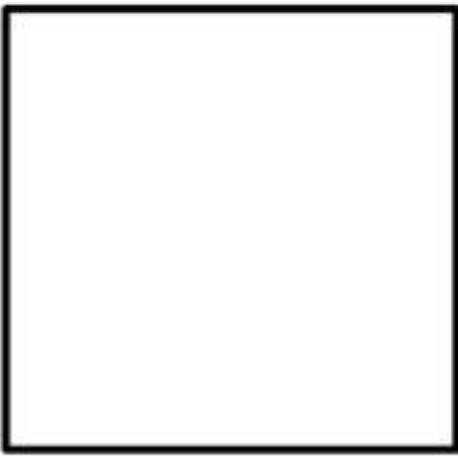
As-tu le droit de parler des grands mythes grecs à l'école. Pourquoi ?

28

Tu vis à l'époque d'aujourd'hui dans un pays républicain. Tous les citoyens sont-ils égaux ?

29





# Réponses jeu de l'oie laïcité.

1. **Oui.** Je peux m'interroger sur l'histoire, sur les religions cela fait partie de la culture du Monde. Art7
2. **Non.** Je ne suis pas dans un cours religieux, je suis dans un travail d'histoire. La laïcité prend en compte toutes les religions donc tous les bâtiments. Art7
3. La laïcité prend en compte toutes les religions donc tous les bâtiments. Art7
4. C'est **faux**, la laïcité c'est aussi l'égalité garçons filles. Art9
5. **Oui.** La laïcité c'est aussi prendre en compte toutes les origines et toutes les différences. Art4
6. **Non.** Selon la loi, toute violence peut être punie. La loi te protège aussi dans ta vie quotidienne. Art 9
7. **Oui.** Chacun est libre de pratiquer dans sa vie personnelle la religion qu'il souhaite. Art 3
8. Mairie, bibliothèque, hôpital, université, ... Art5
9. Réponse 3. Art1
10. Le maître de la 3<sup>ème</sup> classe. Art11
11. **Oui** car elle accompagne mais n'enseigne pas. Art4
12. **Oui.** Chacun est libre d'effectuer ses prières quotidiennes discrètement et seul. Art3
13. **Non.** Rien n'est inscrit dans la loi. Les cantines dépendent des mairies, ce sont elles qui décident ou non d'un menu sans porc, sans viande, sans OGM,... Art2
14. **Oui,** à partir du moment où chacune se respectent, et que la sécurité et la liberté des citoyens est respectée.  
Art3
15. **Non.** Art11
16. **Non.** Les programmes de l'école sont obligatoires pour tout le monde. Art 13
17. **Oui.** Chacun peut pratiquer la religion qu'il souhaite dans l'espace public. Art 3
18. Réponse 1. Art 13
19. Réponse 3. Art 14
20. **Oui.** Art3
21. **Non.,** ce n'est pas laïque, néanmoins un magasin est un lieu privé, il a donc le droit de décorer comme il le veut.  
Art3

22. Non. Art14
23. Oui. Tout le monde est égal devant la loi. Art1
24. Non, Pas de signe religieux visible à l'école. Art 11
25. Croix, kippa, main de fatma, ... Art2
26. Non, à l'époque la religion était imposée.
27. Non, c'est le symbole universel des secours.
28. Oui, cela fait partie de la culture du monde. Art7
29. Oui. Art1
30. Non. Certains pays ont une religion d'état.
31. Réponse 1. Art 1 et 5

# Les dominos

## Compétences visées :

- Faire connaissance
- Trouver des points communs avec les autres participants

**Durée du jeu :** 15 minutes

## Matériel nécessaire :

Aucun

## Règle du jeu :

**Déroulement :** Les participants sont tous assis en cercle. L'animateur explique qu'ils ne sont pas placés par hasard, mais comme des dominos. Ils ont donc un point commun avec leurs voisins.

Dans un premier temps, cela peut être un élément visible (par exemple : des vêtements de la même couleur...), dans un second temps, un élément invisible (par exemple : un goût, un loisir commun...).

L'animateur laisse quelques minutes pour que chacun trouve un point commun avec son voisin de gauche et un autre avec son voisin de droite.

Quand tout le monde a fini, un volontaire commence le tour de cercle en disant : « Avec (le prénom de son voisin de gauche), nous avons comme point commun... ».

Ensuite, tous les participants changent de place et recommencent l'exercice.

## Pause réflexive :

- Comment vous sentez-vous ?
- Que permet ce jeu ?
- Que nous apprend-il ?
- Comment le rendre plus facile / plus difficile ?
- Que faisons-nous en plus de jouer ?

## Organisation de l'espace de jeu :

## Autres contraintes :

10 à 30 participants

## Précautions :

## Variantes et prolongements :

Le Domino humain  
(ou la Chaîne humaine)

Il s'agit de réaliser un domino avec les participants comme pièces de jeu. Un participant se place au centre du cercle. Il est ensuite demandé aux autres participants de donner la main au participant seul (ou de se placer à côté de lui) en précisant sa ressemblance avec lui. Et, ainsi de suite jusqu'à ce que tous soient placés en domino et se donnent la main.

Source : « Jeux coopératifs pour bâtir la paix » Mildred MASHEDER, Ed. Chronique Sociale, p. 58-59