

Présentation de la trousse

Cette trousse a été inspirée du cadre de référence *Gazelle et Potiron* et de la formation *Attention! Enfants en mouvement!* pour créer un environnement favorable au jeu actif en services de garde éducatifs à l'enfance.



GAZELLE ET POTIRON

Cadre de référence

Pour créer des environnements favorables à la saine alimentation, au jeu actif et au développement moteur en services de garde éducatifs à l'enfance



Vrai ou Faux

Les crises, c'est la faute du cerveau?

- ▶ L'enfant de deux ans possède des milliards de neurones, mais ne sont pas toutes bien connectées entre eux. Il a donc de la difficulté à raisonner, planifier, résoudre des problèmes, comprendre des choses abstraites et contrôler ses impulsions.
- ▶ Beaucoup de stimulation comme le bruit, la lumière, les couleurs, les mouvements : c'est trop pour son cerveau en développement !
- ▶ Quand l'enfant de deux ans ne peut **pas jouer, courir ou occuper son cerveau à quelque chose**, il est plus à risque de faire une crise. Cette réaction est une façon de libérer ses tensions accumulées et n'a pas nécessairement pour objectif de faire une colère.

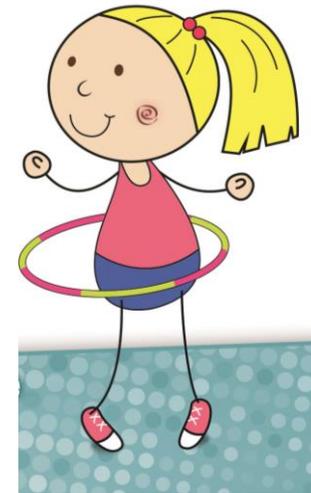


Attention! Enfants en mouvement

Le jeu actif, c'est quoi?

Le jeu actif

- ▶ Toute activité **ludique** qui entraîne un mouvement chez l'enfant.
- ▶ Il est **souvent choisi librement**, de façon spontanée et il constitue une grande source de plaisir.
- ▶ Il peut prendre **plusieurs formes** en sollicitant *différentes parties du corps* à des **intensités variées**.
- ▶ Les plus petites initiatives comptent dans la mesure où elles « **activent** » **les muscles** et **font battre le cœur plus rapidement**.
 - Gazelle et Potiron



« L'enfant ne joue pas pour apprendre, il apprend parce qu'il joue. »

- J.Epstein



Parmi toutes les tranches d'âge, la petite enfance est la période où le jeu actif et le développement moteur influencent considérablement les cinq dimensions du développement global de l'enfant. Le **contexte d'apprentissage idéal** pour le jeune enfant doit laisser une large place au **JEU**. - Attention! Enfants en mouvement

Les obstacles au jeu actif en CPE

Lorsqu'on questionne les éducatrices à savoir pourquoi la moyenne de temps de jeu actif est si faible en CPE, on obtient ces 4 réponses.

- ▶ Le nombre d'occasions de bouger.
- ▶ Le manque de matériel.
- ▶ Le manque de d'espace.
- ▶ Sentiment d'inconfort chez certaines éducatrices qui n'ont pas l'habitude d'être actives physiquement ou qui ne sentent pas habiles pour animer et participer à des jeux actifs avec les enfants.
- Gazelle et Potiron





- « Le jeu, et surtout le jeu amorcé par l'enfant, est le moyen le plus efficace pour développer leur plein potentiel ! » – **Attention! Enfants en mouvement**
- « Les enfants prennent des risques qui correspondent à leur niveau d'habiletés. – **C.Dugas**

Réflexion

Mon intervention freine ou facilite les apprentissages?

Exemple : l'habileté de lancer ne se développe pas adéquatement puisque nous l'interdisons trop souvent ! Nous avons peur des accidents quand les enfants lancent des objets. Toutefois, comment pourront-ils apprendre, s'ils n'ont pas le droit de le faire ?

Vers un CPE plus actif

Objectifs de la trousse

- ▶ Répondre au besoin de bouger de l'enfant en augmentant la **qualité**, la **qualité**, la **quantité** et l'**intensité** des expériences motrice en service de garde
- ▶ Favoriser le développement des cinq dimensions de l'enfant
- ▶ Pallier au manque de temps dont vous avez besoin pour planifier des activités de jeu actif
- ▶ Rendre disponible le matériel nécessaire à la réalisation du jeu actif

La trousse contient

- ▶ 5 activités pour chacun des obstacles énumérés précédemment
- ▶ Références pour trouver d'autres idées de jeu actif



Obstacle #1

Le nombre d'occasions de bouger

Les recommandations

TEMPS ACTIF

Enfant de moins de 1 an :

- Bouger plusieurs fois par jour, particulièrement par l'entremise de jeux interactifs au sol

Enfant de 1 à 4 ans :

- Au moins 180 minutes de jeux et d'activités d'intensité variée

Enfant de 5 ans :

- Minimum de 60 minutes d'activités d'intensité moyenne à élevée par jour.

TEMPS SÉDENTAIRE

- Les enfants de 0 à 4 ans ne devraient pas être sédentaires ou gardés inactifs pendant plus d'une heure d'affilée.

Message aux éducatrices

- ▶ Les enfants ont une propension naturelle à pratiquer des activités sur **de COURTES PÉRIODES**, mais d'**INTENSITÉ PLUS ÉLEVÉE**
- ▶ On doit offrir des périodes de jeu actif **FRÉQUEMMENT**, des occasions **DIVERSES** de jouer activement, **PLUTÔT QUE** d'augmenter la durée d'une activité déjà planifiée.
- ▶ Le mouvement peut être intégré dans le quotidien de l'enfant lors de l'**ACCEUIL**, des **TRANSITIONS** et au cours des **DÉPLACEMENTS**.
- ▶ Observez les enfants qui dérogent des consignes à savoir **pourquoi ils ne respectent pas l'activité**. Est-ce parce que c'est trop facile? Est-ce parce que c'est trop difficile? Ont-ils du plaisir?
- ▶ Soyez vigilantes, ouvertes et intéressées par les idées de variantes amenées par les enfants.
- ▶ Voici quelques idées qui peuvent être intégrées à votre quotidien. Je vous propose d'en essayer une chaque jour.

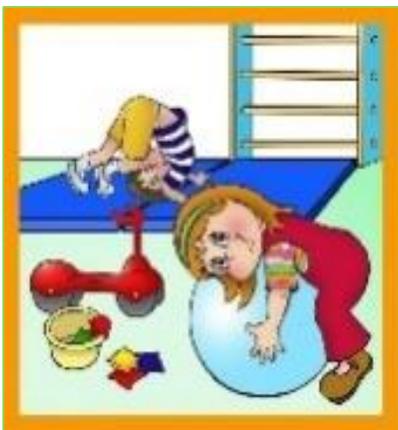
Intégrer le développement moteur à la routine des enfants



IDÉES SIMPLES

► Créez des routines.

1. Utiliser le moment du réveil pour faire des exercices de tonus (exemples : imiter le chien qui s'étire, faire du vélo avec les jambes, grimper dans une échelle imaginaire, s'asseoir et lever les bras pour caresser les nuages).
2. Faire danser les enfants avant de prendre la collation.
3. Lancer les débarbouillettes dans la corbeille à linge après le dîner.
4. Se rendre à la salle de lavage avec les enfants pour y descendre la corbeille à linge.
5. Demander à l'enfant du jour de choisir comment se déplacer lors des transitions au cour d'une même journée.
6. Mettre une image de yoga près du lavabo. Les enfants doivent prendre cette position lorsqu'ils attendent pour se laver les mains ou se brosser les dents.



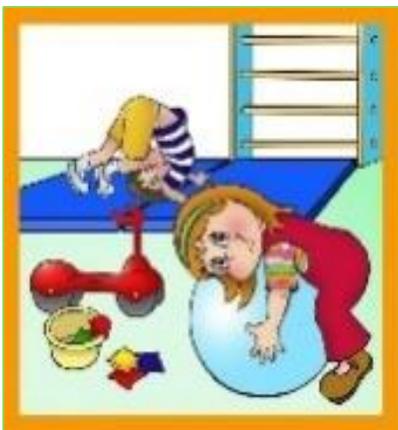
Le tunnel

Matériel : Chaises et couvertures

Déroulement : L'éducatrice construit un tunnel à l'entrée de sa porte de local. L'éducatrice invite les enfants à traverser librement le tunnel pour entrer dans le local.

Variantes :

- ▶ Donner des consignes pour traverser le tunnel (ramper, marcher à quatre pattes, passer par-dessus).
- ▶ Remplacer le tunnel par des chaises ou des cerceaux.
- ▶ Remplacer le tunnel par un chemin de blocs de bois sur lequel les enfants doivent marcher en équilibre.
- ▶ Placer une corde de part et d'autre de la porte et demander aux élèves de passer sous cette corde en faisant du limbo.



Oh hisse!

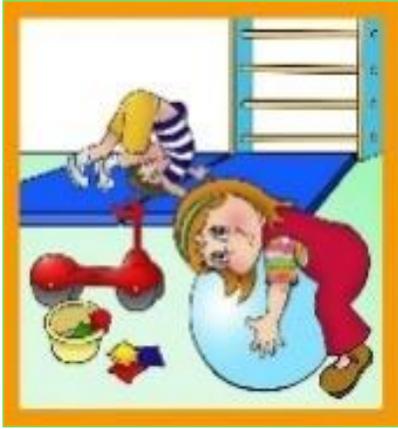


Matériel : 2 cordes (ou bandes d'exercices thera-band) , 2 matelas (matelas de dodo ou petits coussins bleus pour s'asseoir ou planches à roulettes pour les plus petits)

Déroulement : Des enfants tiennent une corde à ses extrémités (un groupe d'enfant à chacune des extrémités ou une éducatrice à chacune des extrémités). Un enfant se couche sur un matelas, en dessous de l'une des extrémités. Il doit faire avancer son matelas d'une extrémité à l'autre de la corde en tirant sur la corde avec les bras.

Variantes :

- ▶ Les enfants et l'éducatrice attachent chacune des cordes à deux points d'ancrage. * Moins d'enfants sont sollicités. Il s'agit d'une variante si les enfants ne sont pas capables de tenir la corde adéquatement.
- ▶ Utiliser des planches à roulettes plutôt que les petits coussins bleus.
- ▶ Faire une compétition entre deux équipes.



Le dé magique

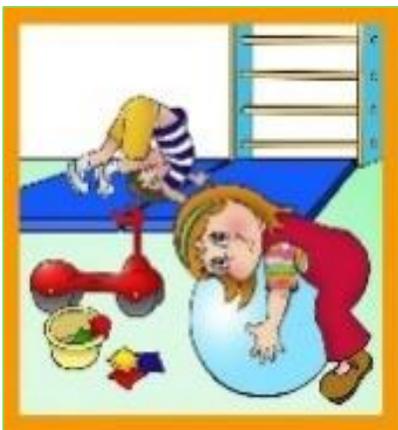
Matériel : Dé

Déroulement : L'éducatrice discute de déplacements ou positions que les enfants pourraient prendre lorsqu'ils attendent leur tour. Ils prennent des photos ou cherchent des images et les colle sur un dé géant. Une fois le dé complété, aussitôt qu'il y a un moment d'attente lors d'activités organisées (sorties) ou même au quotidien (attendre son tour pour la toilette, se laver les mains, se brosser les dents, etc), l'éducatrice peut sortir son dé. Les enfants peuvent changer les images après un certain temps.

Variantes :

Images reliées à/aux

- ▶ Saisons
- ▶ Animaux
- ▶ Fêtes (Halloween, Noël, Pâques, etc)



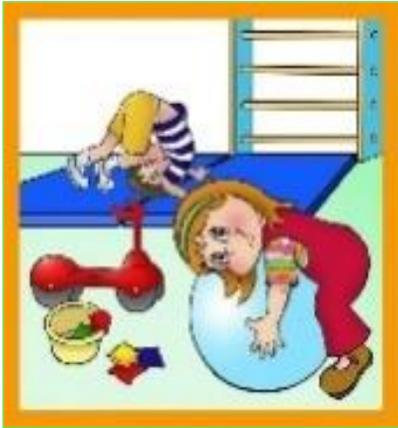
Doudou parachute

Matériel : Doudou et toutou

Déroulement : L'éducatrice forme des équipes de deux enfants. Chaque enfant tient deux coins de la doudou dans ses mains. Un enfant ou l'éducatrice met un toutou sur la couverture. Les enfants comptent ensemble jusqu'à trois pour faire projeter le toutou dans les airs. Ils essaient de rattraper le toutou dans la doudou.

Variantes :

- ▶ Une équipe de deux enfants tentent de projeter leur toutou vers la doudou d'une autre équipe de deux enfants.
- ▶ Prendre d'autres objets de différentes tailles, formes et poids à faire projeter dans les airs pour varier la force, l'amplitude des mouvements et les déplacements.



Casse-mains

Peut être casse-pieds



Matériel : Feuille de papier, crayons, ciseaux

Activité préalable : L'éducatrice, lors de sa planification, prévoit une activité de bricolage. Lors de cette activité de bricolage, l'éducatrice remet deux feuilles de papier à chacun des enfants et les invite à y tracer leur main droite et leur main gauche (une main sur chaque feuille). Les enfants découpent ensuite leurs deux mains.

Déroulement : L'éducatrice et les enfants fixent toutes mains sur les murs, en alternant les mains gauches et droites, dans différentes positions pour créer un parcours.

Variantes :

- ▶ Plutôt que de faire tracer les mains par les élèves, leur faire imprimer avec de la peinture tactile.
- ▶ Varier la hauteur des mains le long du parcours
- ▶ Varier l'alternance des mains. Ex : droite, droite, gauche, droite, gauche, gauche, etc.
- ▶ Disposer les mains au sol plutôt qu'au mur.
- ▶ Donner des consignes. Ex : mettre ses mains sur deux mains de même couleur, mettre ses mains sur des mains rouges, le plus rapidement possible, etc.

Obstacle #2

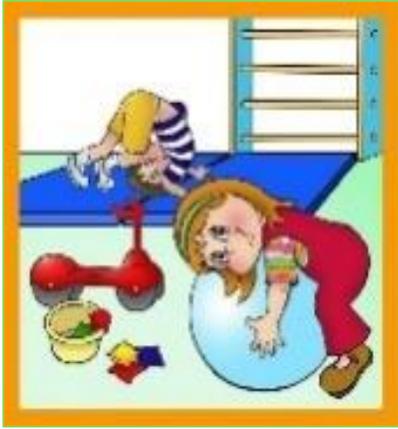
Le manque de matériel

Voici une liste de matériel pouvant être utilisé en fonction des habiletés motrices fondamentales

Marcher Courir Se déplacer	Ramper ou rouler	Sauter	Escalader	Grimper
Balle, ballon, objet à pousser ou tirer (pneu), cône, musique rythmée, corde, bloc, échasse, plan incliné, poutre adaptée, banc renversé, tapis de différentes duretés, craie pour dessiner des lignes au sol, ballons sauteurs, planche à roulette, planche	Tunnel, table, chaise, couverture, cylindre, boîte de carton, tapis mou, banc, plan incliné (coussin triangle), module de jeu extérieur.	Tapis pour amortir, espaliers, marche, cerceau, banc, corde, petits obstacles, trampoline, autocollant pour marquage au sol.	Chaise, escaliers, plan incliné (coussin triangle), échelle, espaliers, corde suspendue, mur d'escalade, module de jeu extérieur.	Balle, anneau, foulard, ballon, cerceau, cible, panier, sac de sable, éponge

Message aux éducatrices

- ▶ Les milieux de garde avec **PLUS** d'équipements de jeux fixes comme des glissades, sont **MOINS** actifs que ceux dans les milieux avec moins d'équipements fixes.
- ▶ Restez dans la **SIMPLICITÉ**, les enfants n'ont pas besoin de matériel spécialisé! Il doit être attrayant, disponible, sécuritaire, en quantité suffisante et adapté à leur âge.
- ▶ **Vaut mieux viser sur l'achat de petit matériel portatif et mobile pour que l'éducatrice puisse y recourir au moment opportun**
- ▶ Dans le cadre de cette trousse, pour faciliter l'accessibilité au matériel et permettre la réalisation du jeu actif, du matériel a été mis à votre disposition à l'intérieur de la trousse elle-même, sinon l'endroit où le trouver vous est indiquez à la fin de la trousse.



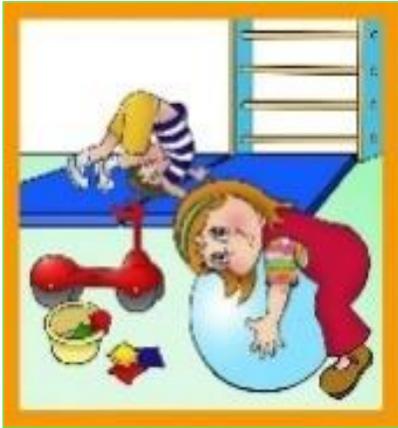
Agents secrets



Matériel : Serpentins de couleur en papier

Déroulement : L'éducatrice et les enfants déplacent les objets qui sont au centre du local vers ses extrémités. Ensuite, ils installent les serpentins pour couvrir la pièce. Des serpentins sont installés près du sol jusqu'au niveau des épaules des enfants.

Notes : Lorsque vous installez les serpentins, faites un premier point d'ancrage et ensuite faites le bifurquer d'endroit en endroit sans faire d'autre point d'attache. Les serpentins vont se briser à plusieurs reprises, vous pouvez faire des nœuds lorsqu'ils sont cassés. Certains enfants se porteront volontaires pour réparer. Vous pouvez installer les serpentins dans un local non utilisé et permettre à tous les groupes de faire l'activité la même journée. Sinon, les serpentins sont peu dispendieux au Dollorama. Vous pouvez inclure des objets dans l'espace tels que tours, tunnels, cabanes, etc.



Secoue-toi!

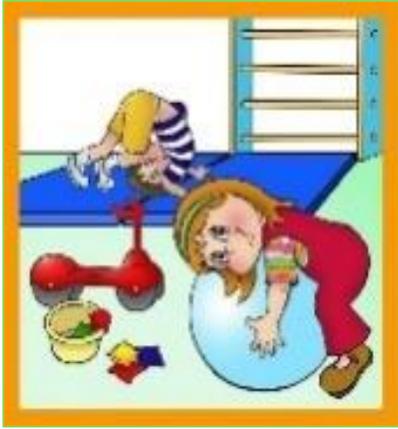


Matériel : Boîtes de mouchoirs vides, tissus (ou ceintures ou cordes), balles de styromousse, radio.

Déroulement : Les enfants et l'éducatrice fabriquent des ceintures dans lesquelles ils insèrent des boîtes de mouchoir vides. Le plastique sur le dessus de la boîte de mouchoir doit être enlevé et deux trous doivent être faits à l'aide de ciseaux pour insérer la ceinture. Des balles remplissent la boîte de mouchoirs. Les enfants enfilent la ceinture. L'éducatrice met de la musique et les enfants doivent se secouer, sauter et danser jusqu'à ce que toutes les balles soient tombées de leur boîte de mouchoirs. Les enfants ne doivent pas utiliser leurs mains ou se coucher sur le sol pour que les balles renversent rapidement. ** Vous pouvez utiliser seulement deux boîtes. Les autres enfants aiment autant ramasser les balles que de se secouer.

Variantes :

- ▶ Diminuer l'ouverture pour que les balles sortent moins facilement. **Vous pouvez créer le motif que vous voulez, plutôt qu'une seule grande ouverture. (Prototype dans le bac de jeu actif)**
- ▶ Faire un duel. Celui qui vide le plus rapidement sa boîte.
- ▶ Attribuer un maximum de temps. Celui qui a le moins de balle dans sa boîte remporte l'épreuve.



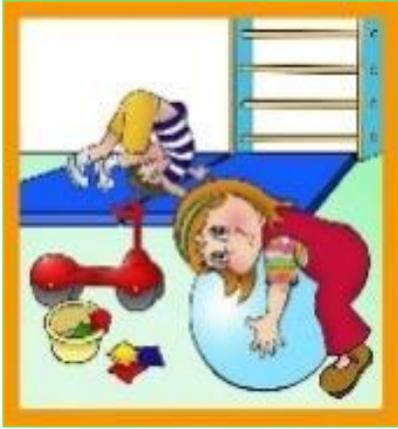
Le déménageur

Matériel : Toutes sortes d'objets présents dans le local

Déroulement : Déposez toutes sortes d'objets dans un coin du local (vêtements, jeux, livres, etc). Demandez aux enfants de déménager les objets dans un autre coin du local, dans un bac ou tout autre contenant.

Variantes :

- ▶ En équilibre sur une partie du corps
- ▶ En utilisant le menton, les aisselles, les jambes
- ▶ En lançant l'objet dans le bac ou le contenant
- ▶ En laissant aux enfants la latitude d'inventer des façons de faire
- ▶ En procédant en équipe



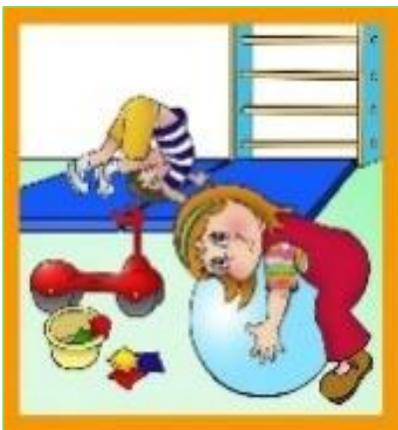
Maestro, musique!

Matériel : Un foulard, un mouchoir ou tout objet flottant dans les airs (ballon de fête : attention aux allergies!!)

Déroulement : Chaque enfant a son objet qui flotte dans les airs dans les mains et il l'agite en se déplaçant dans l'espace. Lorsque la musique s'arrête, il doit s'asseoir sur l'objet en question.

Variantes :

- ▶ Utiliser des cartes de yoga pour décider quelle position adopter lorsque la musique s'arrête.



La boule de feu

Matériel : Ballon, cerceau, anneau de caoutchouc ou frisbee

Déroulement : Les enfants sont couchés sur le ventre, en cercle, la tête vers l'intérieur du cercle. Ils doivent pousser rapidement le ballon vers les autres lorsque celui-ci roule vers eux.

Variantes :

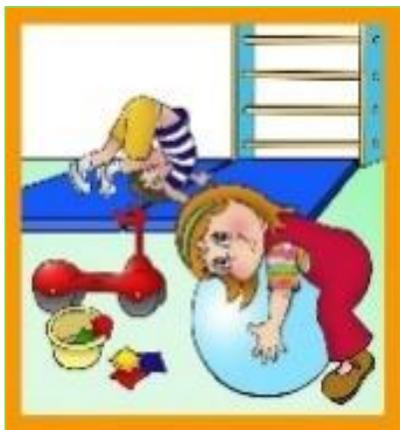
- ▶ Utiliser une balle lumineuse et fermer les lumières.
- ▶ Installer un cerceau au centre du cercle. Les enfants doivent faire trois passes avant d'essayer de lancer l'anneau de caoutchouc ou le frisbee dans le cerceau. 2 points si le frisbee tombe au centre. 1 point si le frisbee touche au cerceau.

Obstacle #3

Le manque d'espace

Message aux éducatrices

- ▶ Les éducatrices doivent composer avec les beaux trésors de leurs locaux, mais également leurs limites.
- ▶ Les **activités extérieures** sont alors une très belle **alternatives**.
- ▶ Évidemment, l'environnement naturel comporte des **risques**... La prise de risque et les défis sont des **éléments-clés** dans le jeu des enfants et dans leur **développement**.
- ▶ À un très jeune âge, les enfants utilisent le jeu pour **vérifier leurs limites** ou pour **répéter des habiletés motrices**.
- ▶ **À RETENIR** : les enfants ont une tendance naturelle à s'engager dans des actions qui correspondent à leurs niveaux d'habiletés, alors en tant qu'éducatrices, on ne devrait pas toujours craindre le pire.
- ▶ **Rôle de l'éducatrice**: garder un œil sur les actions des enfants et **faire réfléchir** l'enfant lorsqu'elle réalise qu'il est imprudent, puisqu'il n'est pas conscient du danger.
- ▶ **Suggestions** : prendre part aux activités des enfants, avoir une approche enthousiaste concernant le risque, s'habiller de façon à pouvoir grimper, rouler, creuser, etc .



La chenille géante

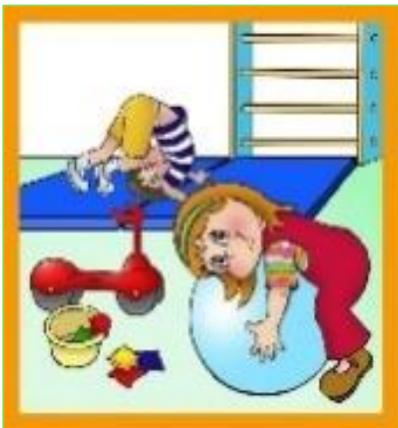


Matériel : Un long morceau de bois rouge et un long morceau de bois bleu avec des crochets fermés et cordes ou bandes élastiques (Thera Band) ou longues échasses en plastiques.

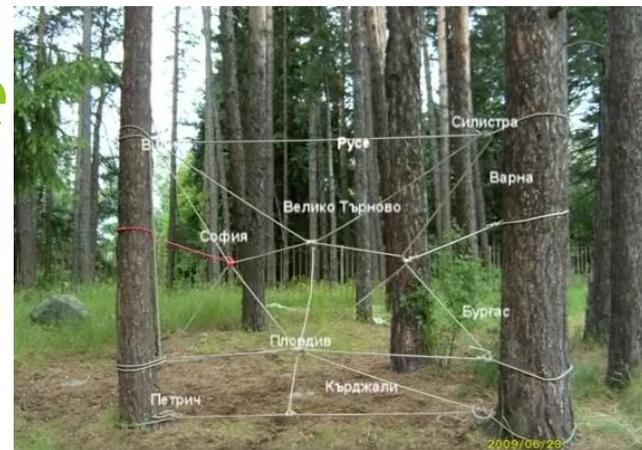
Déroulement : Les éducatrices et les enfants insèrent les cordes sur les morceaux de bois dans les crochets fermés. les enfants sont jumelés selon le nombre de corde sur la chenille. On place la chenille géante au point de départ. Les enfants mettent leurs pieds sur les morceaux de bois et prennent les cordes dans leurs mains. Au signal, la chenille doit se rendre le plus rapidement possible à la ligne d'arrivée. Les éducatrices chronomètrent le temps. Une éducatrice guide les déplacements des enfants pour qu'ils soient synchronisés en disant bleu ou rouge, soit la couleur de chacun des morceaux de bois.

Variantes :

- ▶ Une éducatrice nomme un enfant qui dicte le pas.
- ▶ Une éducatrice guide les déplacements des enfants pour qu'ils soient synchronisés en disant bleu ou rouge. Les éducatrices s'assurent que les enfants connaissent leur droite et leur gauche.



L'homme araignée

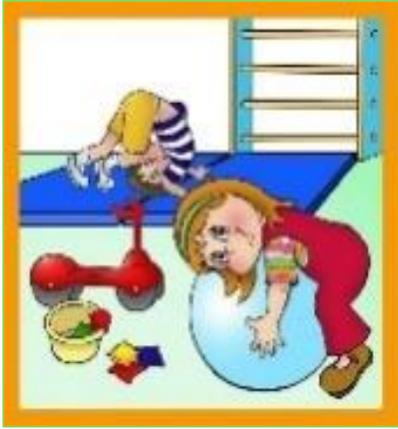


Matériel : Serpentins de couleur ou ficelles ou bandes élastiques (Thera Band)

Déroulement : Les éducatrices cherchent deux arbres qui sont près l'un de l'autre. Les éducatrices et les enfants installent des cordes entre les deux arbres. Chacun leur tour, les enfants doivent passer d'un côté de la toile d'araignée à l'autre. Les enfants choisissent l'endroit qu'ils désirent pour passer d'un côté à l'autre. Les éducatrices mentionnent que les enfants peuvent demander l'aide des autres enfants. La toile ci-haut a plusieurs cordes. Les éducatrices peuvent installer moins de cordes et prédéterminée une certaine hauteur. Les éducatrices dirigent la résolution de problème. Les enfants peuvent demander aux autres d'être soulevé dans les airs, ils peuvent utiliser des branches d'arbre, etc.

Variantes :

- ▶ Les enfants ne doivent pas toucher les cordes.
- ▶ Les yeux bandés.
- ▶ Tous les enfants doivent passer, mais les enfants peuvent passer seulement à 2 reprises au même endroit.



Le plombier

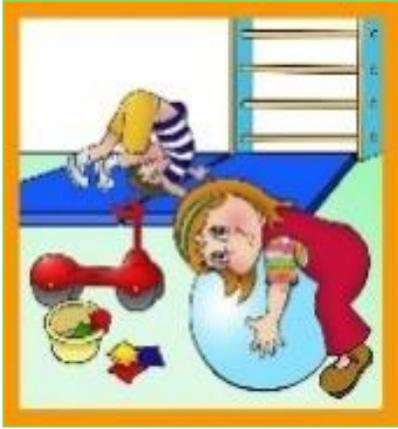


Matériel : Planches à roulettes. Siphons à toilettes.

Déroulement : Les enfants sont assis sur la planche à roulettes et tiennent des siphons dans leurs mains. Ils doivent tenter d'avancer le plus rapidement possible.

Variantes :

- ▶ Varier les positions sur la planche à roulette. Utiliser deux planches à roulettes si l'enfant est en position couchée.
- ▶ Faire un parcours en zig-zag.
- ▶ Utiliser un seul siphon.



Picasso en action!

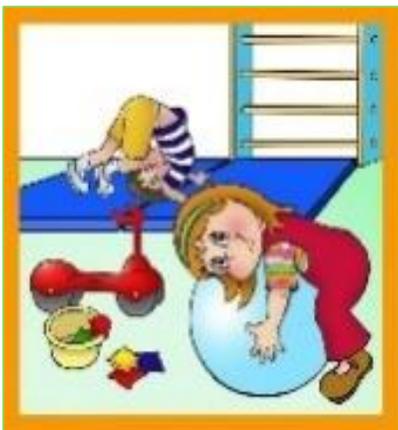


Matériel : Grande toile blanche ou plusieurs grands cartons. Peinture. Habits imperméables. Polythène ou couverture pour couvrir le sol.

Déroulement : Dans le local, les éducatrices demandent aux enfants de faire un dessin simple en s'inspirant d'un thème que les enfants affectionnent à ce moment. Une fois le dessin complété, les enfants vont à l'extérieur et installent la grande toile ou les cartons sur la clôture. Les éducatrices demandent aux enfants de reproduire leur dessin sur la toile. Les enfants mettent de la peinture sur leurs doigts. Il se rendent au point de départ. Les éducatrices nomment un déplacement. Les éducatrices donnent le signal. L'enfant se déplace jusqu'à la toile pour peindre selon la consigne.

Variantes :

- ▶ Les éducatrices nomment la partie du corps avec laquelle les enfants doivent peindre. Les enfants mettent de la peinture sur la partie du corps et vont peindre lorsqu'ils sont prêts.
- ▶ Selon 1 ou 2, varier la distance entre le point de départ et la toile.



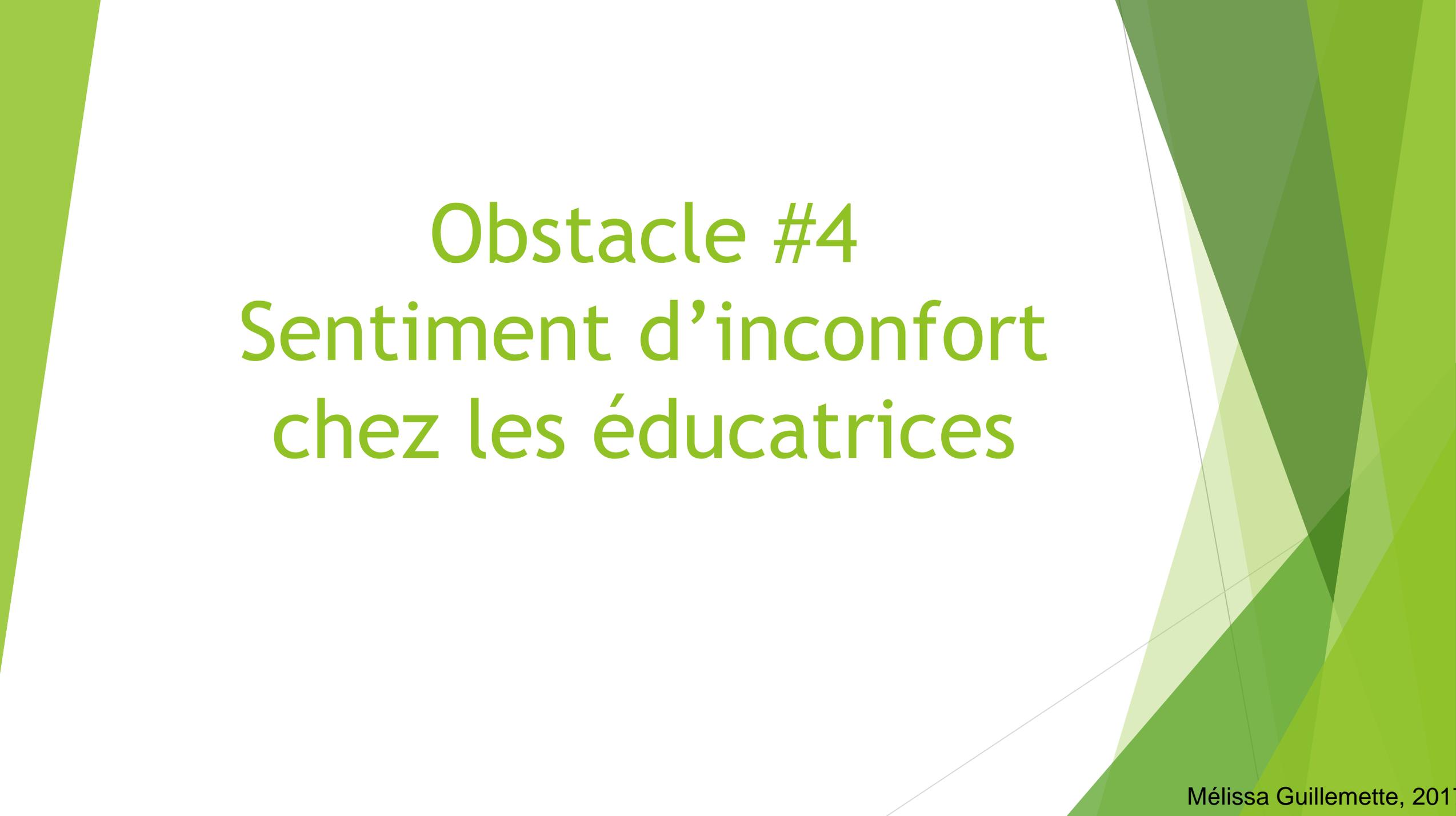
Salade de fruits

Matériel : Des cerceaux ou des craies

Déroulement : Des cerceaux, équivalant au nombre d'enfants, sont disposés en cercle sur le terrain de jeu. Un cerceau est placé au centre du cercle. Au lieu d'utiliser des cerceaux, on peut tracer des cercles au sol. Les enfants prennent place dans un cerceau et l'éducatrice dans le cerceau du centre. L'éducatrice assigne un nom de fruit différent à chacun des enfants de façon que trois variétés de fruits soient représentées plus d'une fois. Ex.: banane, pomme, raisin. Lorsque l'éducatrice nomme un fruit; les enfants assignés à ce fruit devront immédiatement changer de place entre eux. Lorsque l'éducatrice dit «Salade de fruits », tous les enfants doivent changer de place simultanément. Pendant ce temps, l'éducatrice tente de prendre la place d'un joueur dans un cerceau. Si elle se trouve une place, elle prend le nom du fruit que portait le joueur, qui se trouve au centre. Le nouveau meneur de jeu continue l'activité en nommant un fruit ou en disant «Salade de fruits »

Variante :

- ▶ Si des cerceaux de différentes couleurs sont utilisés, la couleur du cerceau sert à identifier les fruits assignés aux joueurs.



Obstacle #4

Sentiment d'inconfort chez les éducatrices

Message aux éducatrices

- ▶ En CPE, les jeux de chamaille reviennent année après année. Les enfants, que **vous le vouliez ou non**, vont se livrer à des jeux de chamaille.
- ▶ Le problème réside souvent chez l'éducatrice dans la crainte de la prise de risque. L'éducatrice appréhende qu'un enfant se blesse et pense au rapport d'accident qu'elle devra remplir et présenter aux parents.
- ▶ L'agressivité chez l'enfant, c'est une pulsion naturelle qui fait office de mécanisme de défense. **l'agressivité** que ressentent les enfants **doit être extériorisée**. Comme adultes, nous devons favoriser l'expression de cette agressivité par le biais du jeu afin d'éviter que cette agressivité teinte le comportement de l'enfant.
- ▶ Comme on apprend à un enfant à tenir son crayon, on doit lui **montrer comment** entrer en contact avec les autres enfants.
- ▶ Tout jeu de chamaille nécessite **toujours** la supervision d'un adulte, que l'activité soit planifiée ou non.
- ▶ Soyons clairs → **toutes les éducatrices sont responsables** de la sécurité des enfants. Ce n'est pas toujours à la même éducatrice d'intervenir. Il est possible qu'une éducatrice ne soit pas à l'aise, mais « Ce que tu fais te suit, ce que tu fais face s'efface ».

Avant d'aller plus loin... Avant de commencer les jeux de chamaille...

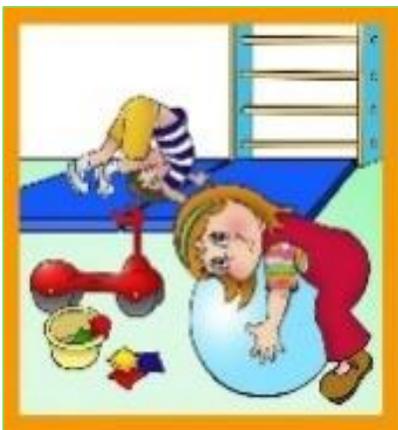
- ▶ **Informez les parents de l'animation des jeux de chamaille.** Certains parents peuvent éprouver un malaise à ce que leurs enfants se livrent à ce type de jeu. Voir les différents fichiers du dossier « parents » dans le dossier « Jeu actif ». Des messages et articles y sont rassemblés pour bonifier vos affichages/votre documentation. Ces messages et articles datent de 2016-2017. Vous pouvez actualiser en faisant quelques petites recherches.
- ▶ Installez un gros matelas dans votre local. Dégagez l'espace autour du matelas.
- ▶ Demandez aux enfants ce qui selon eux est permis, lorsqu'ils se livrent à des jeux de chamaille.
- ▶ Prenez des photos d'eux pour chacune des actions qui est permis.
- ▶ Faites la même chose avec ce qui n'est pas permis.
- ▶ Plastifiez les photos des enfants et installez-les dans un endroit stratégique.
- ▶ Il est préférable que les groupes de 4 ans applique cette proposition en premier. Ils peuvent ensuite faire la démonstration de ce qui est attendu lors des jeux de chamaille aux 3 ans. Ils agissent à titre de petits modèles, sont plus responsables de leurs actions et se sentent valorisés.

Concernant les photos :

- ▶ Laissez-les enfants parler. Vous serez surprises de ce que les enfants vous diront. Vous pouvez par la suite guider leurs réponses. Vous verrez que naturellement les enfants ont une réticence à faire les photos de ce qui n'est pas permis. Certains enfants vous regarderont avec un malaise. Rassurez-les en disant que c'est normal qu'ils se sentent comme cela et que c'est seulement pour la photo.
- ▶ En ce qui concerne ce qui est permis ou non, insistez sur les traits du visage. Il n'est pas permis d'avoir les yeux froncés, mais il est permis d'avoir un grand sourire. Leur rappeler que c'est un jeu pour avoir du plaisir. Il est également important de mentionner l'importance de la réciprocité, les deux enfants doivent être consentants. Ça veut donc dire, qu'en aucun cas un ami devrait pousser dans le dos. Les enfants devraient s'être regardé dans les yeux avant de se chamailler.
- ▶ Ne reprenez pas les mêmes photos d'année en année. Il est également préférable que ce soit des photos réelles plutôt que des pictogrammes. Les enfants se sentent davantage concernés lorsqu'il s'agit de leurs photos.

Concernant les activités proposées :

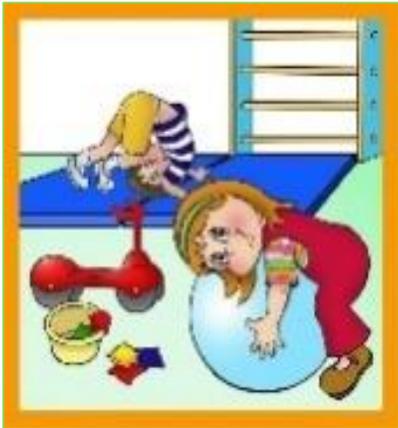
- ▶ Certains enfants ne voudront pas participer, il faut les respecter
- ▶ Lorsque les enfants nomme l'enfant qu'ils affronteront en duel et que les habiletés ou la force des enfants est disproportionnée, l'éducatrice peut proposer un changement d'adversaire et explique aux enfants pourquoi elle fait ce changement. Les enfants doivent apprendre qu'il est important de se mesurer à un adversaire de leur taille. L'éducatrice peut également ne pas effectuer de changement, mais demander à l'enfant qui a plus d'habiletés de contrôler sa force. L'enfant apprend tout autant ainsi.



La tortue

Matériel : Gros matelas. Suggestion : petits matelas ronds ou carrés pour que les enfants qui ne sont pas en action demeurent à leurs places et ne reçoivent pas de coups accidentels de la part des enfants en action.

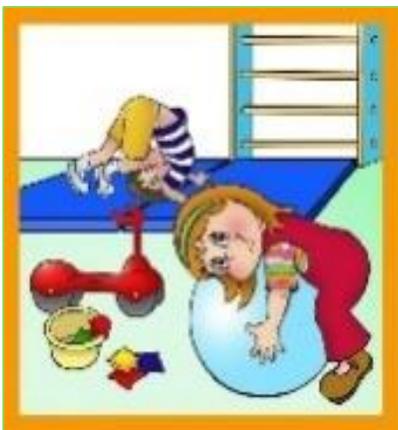
Déroulement : L'éducatrice installe un tableau ou une grande feuille sur le mur. Elle demande aux enfants qui s'affrontera en duel. Elle écrit les noms sur le tableau ou la grande feuille. Elle demande à un enfant de la rejoindre pour faire la démonstration. Elle se met à genoux et elle demande à l'enfant de se placer à quatre pattes devant elle. Elle met une main sur son épaule et une main sur sa hanche. Elle dit qu'au signal, elle va tenter de retourner la tortue sur le dos. L'enfant doit pousser contre les mains de l'éducatrice, s'il ne veut pas être retourné sur le dos. L'éducatrice explique aux enfants que plus leurs mains et leurs genoux sont large sur le sol, plus ils seront stables. Elle demande à l'enfant de coller ses mains et de coller ses genoux. Il est retourné sur le dos. Elle demande l'enfant d'élargir l'espace entre ses mains larges et d'élargir l'espace entre ses genoux. L'enfant est solide et n'est pas retourné sur le dos. L'éducatrice invite ensuite les enfants, un duo à la fois à s'affronter en duel. Les autres enfants encouragent. À la fin du duel, les enfants se serrent la main en souriant.



La queue du renard

Matériel : Gros matelas et deux foulards. Suggestion : petits matelas ronds ou carrés pour que les enfants qui ne sont pas en action demeurent à leurs places et ne reçoivent pas de coups accidentels de la part des enfants en action.

Déroulement : L'éducatrice installe un tableau ou une grande feuille sur le mur. Elle demande aux enfants qui s'affrontera en duel. Elle écrit les noms sur le tableau ou la grande feuille. Elle demande à un enfant de la rejoindre pour faire la démonstration. Elle se met à genoux et elle demande à l'enfant de se placer à genoux devant elle. Elle place un foulard dans son pantalon et demande à l'enfant de mettre un foulard dans son pantalon. Si l'enfant n'est pas capable, vous pouvez demander à un autre enfant de l'aider. Elle met ses deux mains sur les bras (entre l'épaule et le coude) de l'enfant et demande à l'enfant qu'il mette ses mains sur les bras (entre l'épaule et le coude) de l'éducatrice. Elle dit qu'au signal, elle va tenter de voler le foulard de l'enfant et que l'enfant va tenter de voler le foulard de l'éducatrice. L'éducatrice explique aux enfants qu'au même moment qu'il tente de voler le foulard, ils doivent protéger le leur. L'éducatrice démontre différentes stratégies pour voler le foulard et pour le protéger. L'éducatrice invite ensuite les enfants, un duo à la fois à



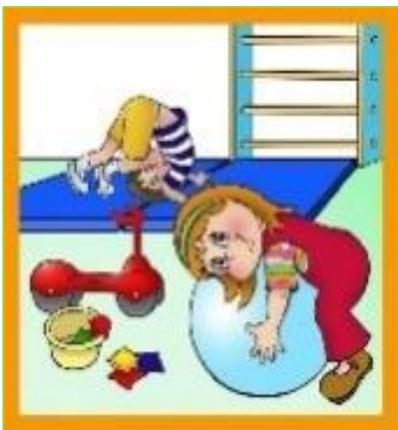
C'est mon ballon!

Matériel : Gros matelas. Un gros ballon.

Déroulement : L'éducatrice invite un enfant à faire la démonstration avec elle comme il en fût le cas pour les deux dernières activités. L'éducatrice tient un medecine-ball, l'enfant doit essayer de lui prendre. Pour chaque réussite, l'enfant marque un point. À la fin du temps de jeu (30-45 secondes), on compte les points et on échange les rôles. L'éducatrice invite ensuite les enfants, un duo à la fois à s'affronter en duel. Les autres enfants encouragent. À la fin du duel, les enfants se serrent la main en souriant. * La personne qui tient le ballon peut choisir la position qu'il désire pour protéger le ballon. Étant donné cette latitude, rappelez aux enfants ce qui est permis et ce qui est interdit avant de débiter en disant : « est-ce que _____ a le droit de _____ pour m'enlever le ballon ». Demandez aux enfants, les stratégies qui peuvent être utilisées.

Variantes :

- ▶ Jouer sur une surface plus restreinte.
- ▶ Devoir lâcher le ballon si on est mis sur le dos.
- ▶ Faire varier les objets à tenir.



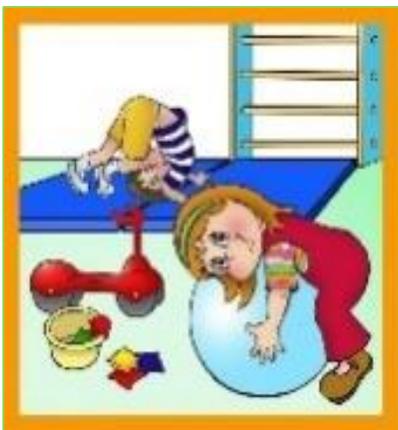
Je suis dans ma bulle

Matériel : Gros matelas. Deux cerceaux.

Déroulement : L'éducatrice invite un enfant à faire la démonstration avec elle comme il en fût le cas pour les dernières activités. L'éducatrice place deux cerceaux au sol. L'éducatrice se met debout dans un cerceau et invite l'enfant à faire la même chose. Au signal, il faut réussir à faire sortir son adversaire du cerceau où il se trouve dans sortir du sien. L'éducatrice invite ensuite les enfants, un duo à la fois à s'affronter en duel. Les autres enfants encouragent. À la fin du duel, les enfants se serrent la main en souriant.

Variantes :

- ▶ Se tenir à une main.
- ▶ Se tenir en équilibre sur un pied.



Reste dans ta cour

Matériel : Gros matelas. Ruban adhésif de couleur

Déroulement : L'éducatrice délimite deux X l'un en face de l'autre, au milieu du tapis. L'éducatrice délimite deux camps (ruban adhésif de couleur) de part et d'autre de la ligne centrale. L'éducatrice invite un enfant à faire la démonstration avec elle comme il en fût le cas pour les dernières activités. L'éducatrice s'assoit et demande à l'enfant de s'asseoir dos à elle. Au signal, il faut réussir à repousser le joueur adverse dans son camp. L'éducatrice invite ensuite les enfants, un duo à la fois à s'affronter en duel. Les autres enfants encouragent. À la fin du duel, les enfants se serrent la main en souriant.

Variantes :

- ▶ Main contre main, face à face.
- ▶ Dos à dos, debout.

Références

Au cours des pages précédentes, certaines activités vous ont été proposées. Voici maintenant des documents auxquels vous pouvez vous référer pour planifier des activités de jeu actif.

Il existe :

- Des sites Internet. Voir pages suivantes
- Plusieurs documents dans le centre de documentation à la Coquinerie. Voir pages suivantes
- Des fiches de jeu à l'intérieur du cartable de formation *Attention! Enfants en mouvement*

Le matériel nécessaire aux activités

Obstacle 1	Obstacle 2	Obstacle 3	Obstacle 4
Le tunnel <ul style="list-style-type: none"> - Chaises : locaux - Couvertures ou tissus : salle de lavage 	Agents secrets <ul style="list-style-type: none"> - Serpentins de couleur : bac 	La chenille géante <ul style="list-style-type: none"> - Cabanon 	La tortue <ul style="list-style-type: none"> - Gros matelas : GHNU
Oh hisse <ul style="list-style-type: none"> - Petits matelas bleus : locaux - Bandes élastiques thera band : bac - Cordes à danser attachées : bac - Planches à roulettes : vestiaire 4-5 ans 	Secoue-toi! <ul style="list-style-type: none"> - Boîtes de mouchoirs vides : armoire salle de lavage - Bandes de tissus: salle de lavage - Balles de styromousse : bac - Radio : locaux 	L'homme araignée <ul style="list-style-type: none"> - Serpentins de couleur : bac - Bandes élastiques : bac - Cordes à danser ou ficelles : bac 	La queue du renard <ul style="list-style-type: none"> - Gros matelas : GHNU - 2 foulards : local Fourmis
Le dé magique <ul style="list-style-type: none"> - Dé : bac 	Le déménageur Aucun matériel	Le plombier <ul style="list-style-type: none"> - Planches à roulette : vestiaire 4-5 ans - Syphons : toilette sous-sol 	C'est mon ballon! Gros matelas : GHNU Ballon : bac
Doudou parachute <ul style="list-style-type: none"> - Si lors des transitions- Doudous et toutous : locaux. 	Maestro, musique! <ul style="list-style-type: none"> - Foulards : local Fourmis - Ballons de fête : bac - Mouchoirs : locaux - Radio : locaux 	Picasso en action <ul style="list-style-type: none"> - Rouleau de papier toilé : salle des employés - Peinture : salle des employés - Sarreaux : locaux 	Je suis dans ma bulle <ul style="list-style-type: none"> - Gros matelas : GHNU - 2 cerceaux : cabanon
Casse-mains <ul style="list-style-type: none"> - Matériel de bricolage : locaux 	La boule de feu <ul style="list-style-type: none"> - Ballon : bac - cerceau : cabanon - Anneau de caoutchouc : bac 	Salade de fruits <ul style="list-style-type: none"> - Cerceaux : cabanon * Vous pouvez ajouter des photos des fruits pour les identifier 	Reste dans ta cour <ul style="list-style-type: none"> - Gros matelas : GHNU - Ruban adhésif de couleur : bac

Références

Sites Internet/PDFs

- http://healthybeginningspreschoolers.ca/wp-content/uploads/2014/05/CACO-Activité-physique-et-temps-décran_FR-final.pdf

Il s'agit d'activités proposés selon les stades de développement de l'enfant et de jeux selon les thèmes suivants : coordination du corps, bouger son corps et l'équilibre. Pages 26 à 93. Disponible dans le dossier « PDFs » du dossier « Jeu actif ».

- http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/SLS/sport_loisir_act_physique/ExerciceFRp.pdf

Il s'agit de jeu et exercices conçus dans une perspective de mettre en action les grands-parents et les petits-enfants de la naissance à 4 ans. Évidemment, ces jeux et exercices peuvent être généralisés à n'importe quel adulte. Disponible dans le dossier « PDFs » du dossier « Jeu actif ».

- http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/SLS/sport_loisir_act_physique/ma_cour_fiches_jeux_fr_2012_webP.pdf

Il s'agit d'une banque de 100 jeux destinés aux enfants d'âge scolaire, en contexte de cour extérieure. Les activités sont divisés en trois sections : les jeux de ballon, les jeux de course et de poursuite et les jeux d'habiletés. Pour chaque activité, le cycle qui se prête le plus à l'activité est coché. Vous devez donc regarder les activités qui s'adressent aux enfants de maternelle. Vous pouvez vous en inspirer et les adapter aux besoin. Disponible dans le dossier « PDFs » du dossier « Jeu actif ».

Références

Sites Internet

- http://campdejour.v3r.net/doc_uploads/v3r/camps_de_jour/documents/recueil%20de%20jeux%20pour%20les%20enseignants%20du%20prescolaire.pdf

Il s'agit d'un recueil de jeux et d'activités pour les élèves du préscolaire, dans le cadre de *Trois-Rivières en action et en santé*. Il contient des jeux et activités de différentes intensités. Essayez de cibler celles qui conviennent le mieux à votre groupe d'âge et qui engagent dans l'action **LE PLUS D'ENFANTS AU MÊME MOMENT**. Disponible dans le dossier « PDFs » du dossier « Jeu actif ».

- <http://www.crede.ca/ergotrucs.php?page=1>

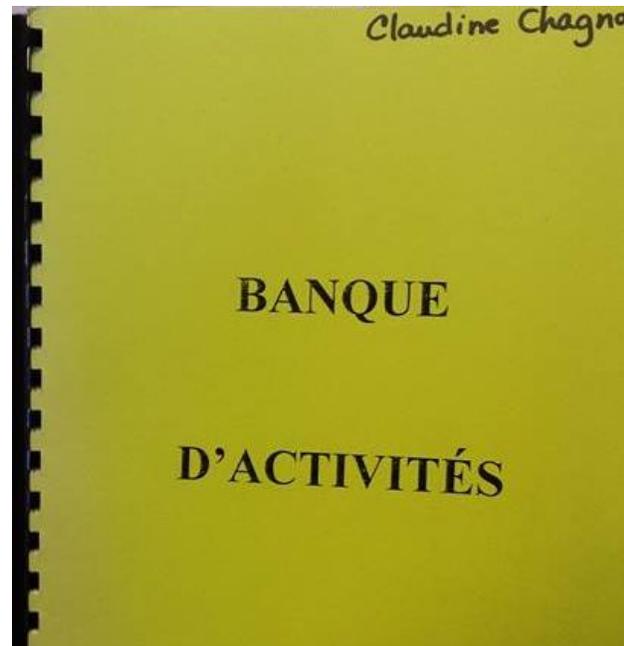
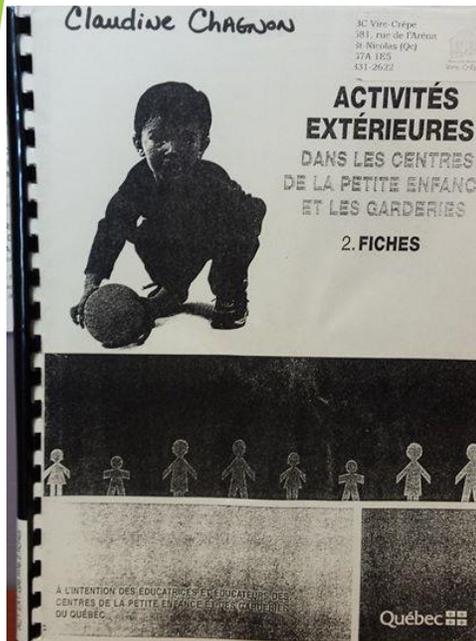
À chaque mois, le Centre Régional d'ergothérapie pour le développement des enfants (CREDE) livre via (via internet) des connaissances concernant le développement des enfants ou des difficultés particulières que vivent certains enfants ou des notions sur l'ergothérapie. Il y a des idées d'activités et ils émettent des puces à l'oreille. Sélectionnez l'onglet CPE dans la liste.

- http://www.quebecenforme.org/media/265681/qef_mvpa_activites-psychomotricite-en-famille_mai_2004.pdf

Il s'agit d'activités de psychomotricité en famille pour la maison. Il contient plusieurs sections : connaissances des parties du corps, tonus postural, équilibre, latéralité, sensibilité, respiration et relaxation, structurations spatiales, structurations temporelles et activités dans les structures de parc. Il n'y a pas de « meilleures » ou de « moins bonne activités ». La psychomotricité fait partie du développement de l'enfant au même titre que la nécessité du jeu actif pour la santé. Chacune des sections ne contient pas uniquement des activités de jeu actif à intensité élevée, à vous de choisir celle qui convient le plus selon votre objectif. Accessible dans le dossier « PDFs » du dossier « Jeu actif ». Disponible dans le dossier « PDFs » du dossier « Jeu actif ».

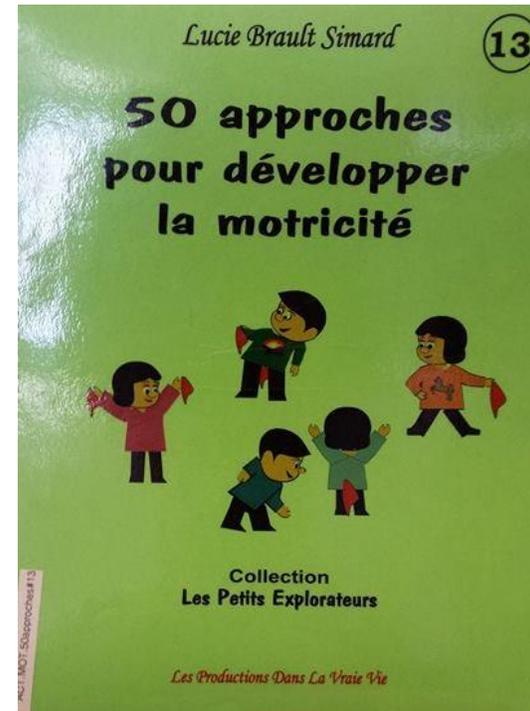
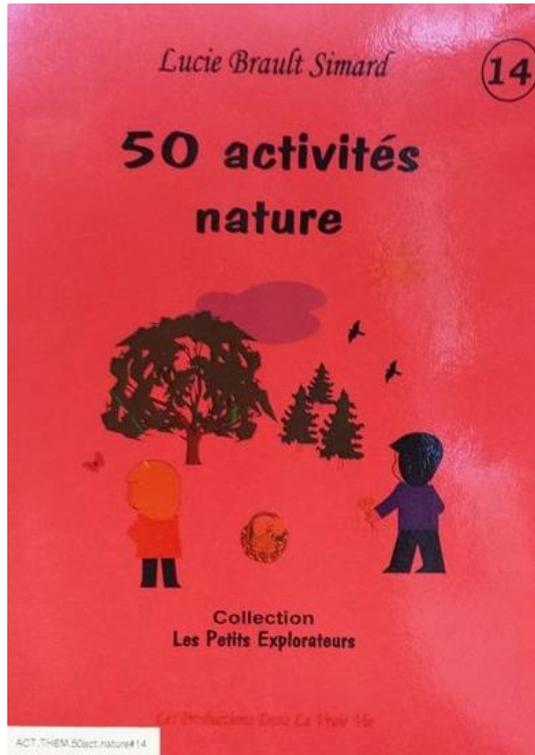
Références

Centre de documentation-Coquinerie



Références

Centre de documentation-Coquinerie



Références

Centre de documentation-Coquinerie

