

Équipements	Une corbeille à linge ou un sac à linge, un assortiment de vêtements (par exemple, chaussettes, shorts, tee-shirts, etc.), un chronomètre, un marqueur au sol (par exemple, un gobelet en plastique)
Résultat(s) d'apprentissage	Développer l'endurance cardiovasculaire et s'exercer aux habiletés motrices.

## Description

Pour commencer, vérifiez que vous disposez de suffisamment d'espace pour faire l'activité, et écartez les objets et obstacles qui pourraient poser un danger. Au milieu de l'aire de jeu, éparpillez les vêtements sur le sol, et posez la corbeille ou le sac à linge au centre. Posez un marqueur au sol à une distance de deux mètres de la corbeille.

Expliquez à l'enfant que la chambre est en désordre et il faut la ranger vite fait! Avant de commencer, définissez un système de pointage en attribuant une valeur à chaque type de vêtement (par exemple, chaussettes = 1, shorts = 2, tee-shirts = 3). L'enfant se tient à côté du marqueur au sol, et quand vous donnez le coup d'envoi et déclenchez le chronomètre, l'enfant court ramasser un article à la fois et les déposer dans la corbeille.

Après avoir déposé chaque article dans la corbeille, l'enfant doit courir vers le marqueur au sol et le toucher. Arrêtez le chronométrage lorsque tous les vêtements auront été ramassés et l'enfant aura touché le marqueur pour la dernière fois.

Aidez l'enfant à calculer les points cumulés, puis jouez une autre ronde, en essayant d'améliorer sur le chrono et le pointage.

Pour les enfants plus âgés, vous pourriez les inviter à effectuer différents mouvements lors de se déplacer pour ramasser les vêtements, comme sauter ou slalomer vers chaque article.

## Compétences d'éducation physique



### BOUGER

Les élèves développeront leurs habiletés psychomotrices et apprendront des tactiques et des stratégies pour faciliter une variété d'activités physiques dans différents environnements.



### RÉFLÉCHIR

Les élèves développeront des habiletés cognitives et apprendront des stratégies qu'ils peuvent appliquer dans une variété de contextes de mouvement, en s'exerçant à la pensée critique, la prise de décisions, et la résolution de problèmes.



### RESSENTIR

Les élèves développeront des habiletés affectives et apprendront des stratégies favorisant des relations saines et positives avec soi-même, avec autrui et avec l'environnement.



### AGIR

Les élèves mettront en pratique des habiletés et des stratégies comportementales qui appuient la maîtrise du mouvement et qui renforcent la confiance.



## Questions de réflexion

La réflexion est une étape importante de l'apprentissage d'une activité physique. Pensez à poser les questions de réflexion ci-dessous à l'enfant et discutez des réponses avec l'enfant.

- *Comment as-tu décidé quels vêtements ramasser chaque fois?*
- *Quelles règles pourrait-on ajouter pour rendre l'activité plus facile? Et pour la rendre plus difficile?*



## Considérations sur l'inclusion

Il est possible d'apporter des modifications à divers éléments d'une activité donnée pour encourager la participation de tous et de toutes. Lorsque vous planifiez vos activités, pensez aux moyens pour encourager la participation de tous et de toutes, et aux modifications que vous pourriez instaurer afin d'adapter les activités. Le cadre STEP propose des modifications aux aspects suivants de l'activité – surface, tâche, équipement, et participants.

S Surface	T Tâche	E Équipement	P Participants
Supprimer le marqueur au sol : c'est à l'enfant de déterminer l'endroit où l'activité va commencer.	Poser la corbeille sur une chaise et poser les objets sur une autre chaise : l'enfant transporte les objets et les dépose dans la corbeille en utilisant un mouvement de son choix.	L'enfant ramasse des oreillers ou d'autres grands objets moelleux pareils et les met dans la corbeille.	Avec permission, offrir des indices physiques pour appuyer manuellement l'enfant dans ses déplacements.